

eduser

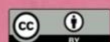
Adaptação dos estudantes de educação social no 1.º confinamento pela Covid-19 Adaptation of social education students in the 1st confinement by Covid-19

LUÍSA CRAMÊS

ISSN 1645-4774 | e-ISSN 2183-038X

<https://www.eduser.ipb.pt>

 **ipb** INSTITUTO POLITÉCNICO DE BRAGANÇA
Escola Superior de Educação



Adaptação dos estudantes de educação social no 1.º confinamento pela Covid-19

Adaptation of social education students in the 1st confinement by Covid-19

LUÍSA CRAMÊS

Instituto Politécnico de Bragança, Portugal, <https://orcid.org/0000-0002-1465-7615>, maria.crames@ipb.pt

RESUMO: A Covid-19 trouxe alteração de processos adaptativos da sociedade em geral, e à vida académica em particular. Este estudo teve como objetivo perceber como os estudantes do curso superior de Licenciatura em Educação Social de uma instituição do ensino superior do Norte de Portugal, se adaptaram emocionalmente durante o primeiro confinamento pela Covid-19. Trata-se de um estudo descritivo, correlacional e transversal. Para a recolha de dados foi aplicado um questionário online. A amostra incluiu 123 estudantes, sendo 109 do sexo feminino e 14 do sexo masculino, com a faixa etária predominante dos 19-29 anos. Verificou-se que 80,5% referiu sentir-se preocupada/o, 70,7% cansada/o e 52,8% nervosa/o. Encontraram-se diferenças estatisticamente significativas na componente sociocognitiva das emoções consoante o sexo ($p < 0,05$). Os dados sugerem dificuldades na adaptação desta população requerendo a exploração de outras variáveis em estudos futuros.

PALAVRAS-CHAVE: Estudantes; Educação Social; Pandemia; Emoções.

ABSTRACT: Covid-19 brought changes to adaptive processes in society in general, and to academic life in particular. This study aimed to understand how students of the undergraduate degree in Social Education of a higher education institution in Northern Portugal adapted emotionally during their first confinement by Covid-19. This is a descriptive, correlational, and cross-sectional study. For data collection, an online questionnaire was applied. The sample included 123 students, 109 female and 14 male, with the predominant age range of 19-29 years. It was found that 80.5% reported feeling worried, 70.7% tired, and 52.8% nervous. Statistically significant differences were found in the socio cognitive component of emotions according to gender ($p < 0.05$). The data suggest difficulties in the adaptation of this population requiring the exploration of other variables in future studies.

KEYWORDS: Students; Social Education; Pandemic; Emotions.

1. Introdução

A Covid-19 implicou uma mudança repentina a vários níveis, particularmente exigente para os/as estudantes, levou ao aperfeiçoamento de competências pedagógicas ao nível do ensino a distância substituindo o ensino presencial. Esta situação pôde levar a alterações em diversos contextos do estudante, quer ao nível económico, social e mesmo emocional (Ambiel et al., 2020).

A forma repentina com que teve que se adaptar a novas ferramentas de estudos, novas plataformas, pôde também contribuir para aumentar as preocupações para os estudantes, pelas exigências envolvidas pela pandemia Covid-19, tais como: alteração de rotinas, preparação do estudo, aulas on-line, dificuldades de sinal de rede, avaliações, entre outras.

Tratando-se de uma situação nunca antes vivida pelos estudantes, uma vez que não estavam preparados para a enfrentar, provavelmente poderiam ter passado por diversas situações geradoras de stress, ansiedade e dificuldade em gerir as suas emoções. Todos estes fatores podiam levar a momentos de maior tensão, mal-estar, alterações alimentares, fraca higiene do sono, maior desgaste físico e emocional nos estudantes. A ausência de estudos com estudantes do Curso de Licenciatura em Educação Social, foi a razão decisiva de opção por esta investigação.

As emoções ocorrem através das vivências internas e dos estímulos externos a que os indivíduos podem estar sujeitos, são manifestadas a partir do nosso corpo e são determinadas pela cultura em que se vive, ou seja, fazem parte da nossa vida (Fragoso, 2012). Estas, quando ocorrem, são sempre originadas por uma causa, objeto ou mesmo por pensamentos, podemos referir que quando ocorrem são percebidas por outras pessoas apresentando-se por reações corporais.

A emoção segundo Damásio (2003) é considerada como “uma panóplia de reações e de alterações fisiológicas que ocorrem no organismo, e o sentimento como a interpretação e a tomada de consciência dessas mesmas alterações” (como citado em Nuno-Valente & Monteiro, 2016, p.3).

Damásio (1995) e Goleman (1999) “defendem que as pessoas emocionalmente competentes apresentam, nos contextos de vida prática, uma relação consigo e com os outros francamente mais positiva do que aqueles que apresentam sinais de iliteracia emocional” (como citados em Nuno-Valente & Monteiro, 2016, p.4). Steiner e Perry (2000) referem que a pessoa emocionalmente inteligente se encontra preparada para lidar com as próprias emoções, ajudando a evoluir quer a nível pessoal quer na sua qualidade de vida (como citados em Cardeira, 2012).

Neste sentido, Nunes-Valente e Monteiro (2016) referem que “desenvolver a capacidade para gerir as emoções e filtrar estímulos stressantes é de extrema importância no dia-a-dia de todos os envolvidos no contexto educativo” (p.8).

2. Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo, correlacional e transversal. A recolha de dados foi efetuada durante o mês de junho de 2020. Foi usada a ferramenta *Google Forms* para a realização e preenchimento dos questionários. Este foi enviado *online* aos estudantes da Licenciatura em Educação Social.

O questionário incluiu questões de caracterização sociodemográfica (sexo, idade, ano de licenciatura), questões relativas ao ensino a distância e uma *Escala de Inteligência Emocional de Shutte* (EIES) (1998), adaptada para a população portuguesa por Vicente et al. (2014). O instrumento era de autorresposta, constituído por 27 itens, avaliados numa escala de Likert, em que 1 – correspondia a “Discordo Totalmente” e 5 a “Concordo Totalmente”.

Procedeu-se à análise descritiva da amostra através de tabelas de frequência (no caso das variáveis de natureza qualitativa) e da análise da média, máximo, mínimo e desvio padrão (no caso das variáveis de natureza quantitativa). A *Escala de Inteligência Emocional de Shutte* foi submetida a uma análise de fiabilidade interna com recurso ao Alpha de Cronbach e, para detetar o sexo, utilizou-se o teste *t* student para duas amostras independentes. Para detetar a existência de diferenças estatisticamente significativas consoante ano do curso utilizou-se o teste 1-way ANOVA.

Foi validado o pressuposto da normalidade populacional para a realização de testes paramétricos, por não se rejeitar a normalidade populacional nos grupos ou por se invocar o teorema do limite central.

Todas as análises estatísticas foram realizadas com *IBM SPSS Statistics 24.0* (Chicago, IL).

Foram considerados todos os procedimentos éticos em vigor. Solicitou-se autorização para aplicação da EIES aos autores que a tinham validado para a população adulta portuguesa. Os participantes responderam ao questionário de forma voluntária, de consentimento livre, tendo conhecimento prévio de que as respostas seriam confidenciais e os resultados obtidos apenas utilizados para fins científicos.

Importa referir que a confidencialidade da informação recolhida foi cumprida de acordo com os princípios da *Declaração de Helsínquia* (Associação Médica Mundial, 2013).

2.1. Participantes

A amostra deste estudo foi constituída por 123 estudantes, em que 88,6% é do sexo feminino e 11,4% do sexo masculino, sendo, na sua grande maioria, estudantes com idades dos 19 aos 29 anos (ver Tabela 1). Verifica-se que 29,5% estavam no 1.º ano de licenciatura, 39,3% no 2.º ano e 31,2% no 3.º ano.

Quase todos os estudantes tinham internet em casa e possuíam equipamentos informáticos para ajudar a acompanhar as aulas a distância e para realizarem as tarefas solicitadas.

Tabela 1

Caracterização sociodemográfica da amostra.

Variáveis	Frequências absolutas (n)	Frequências relativas %
Sexo		
Masculino	14	11,4
Feminino	109	88,6
Idade		
18 ou menos	9	7,3
19 - 29	103	83,7
30 - 39	7	5,7
Mais de 40	4	3,3
Ano de licenciatura		
1.º ano	36	29,5
2.º ano	48	39,3
3.º ano	38	31,2
«Possui internet em casa»		
Não	8	6,5
Sim	115	93,5
«Possui equipamento/s informático/s para o ajudar a acompanhar as aulas a distância e para realizar as tarefas solicitadas?»		
Não	3	2,4
Sim	120	97,6

Fonte: Elaboração própria

3. Resultados

Relativamente a atitudes e percepções dos estudantes em relação a sistemas de ensino, na tabela 2, verificamos que 67 dos inquiridos (54,5%), não se sentiam preparados para o ensino a distância. As principais dificuldades prendem-se com a falta de concentração e o excesso de trabalho. Mais de três quartos da amostra, correspondente a 94 estudantes (76,4%), têm preferência pelo sistema de ensino presencial. 28 estudantes (22,8%) gostariam de continuar com o sistema de ensino a distância, sendo que quem respondeu negativamente se justificou essencialmente pela falta de motivação e com a dificuldade em manter a concentração. Quando questionados se as suas rotinas foram alteradas, 112 estudantes (91,1%) responderam afirmativamente. O horário de deitar e dos estudos foram as principais rotinas que sofreram alterações.

Tabela 2*Atitudes e percepções dos estudantes em relação a sistemas de ensino.*

Variáveis	Frequências absolutas (n)	Frequências relativas %
«Acha que se encontrava preparado/a para o ensino à distância (e-learning)?»		
Não	67	54,5
Sim	56	45,5
«Se respondeu não, refira quais são as maiores dificuldades encontradas»		
Dificuldades na aprendizagem	6	9,0
Gestão do tempo	6	9,0
Falta de concentração	13	19,4
Acesso à Internet	6	9,0
Inadaptação dos docentes	3	4,5
Excesso de trabalho	7	10,4
Esclarecimento de dúvidas	4	6,0
Outros	22	32,8
«Qual dos sistemas de ensino prefere?»		
E-learning	6	4,9
Presencial	94	76,4
Ambos	20	16,3
Não tenho opinião	3	2,4
«De uma forma geral, considera que o seu interesse pelo estudo melhorou?»		
Não	85	69,1
Sim	38	30,9
«Gostaria de continuar com esta metodologia de ensino?»		
Não	95	77,2
Sim	28	22,8
«Se respondeu não, diga porquê»		
Difícil manter a concentração	16	16,8
Mais complicado	4	4,2
Necessidade de competências	6	6,3
Disfuncional	4	4,2
Dificuldades na aprendizagem	6	6,3
Falta de motivação	19	20,0
Presencial imprescindível	6	6,3
Falta de interação	15	15,8
Outros	19	20,0
«As suas rotinas diárias foram alteradas?»		
Não	11	8,9
Sim	112	91,1
«Caso tenha respondido sim, diga quais foram as rotinas que se alteraram?»		
Horário das refeições	44	35,8
Horário de deitar	53	43,1
Horário dos estudos	54	43,9
Maior envolvimento nas tarefas escolares	46	37,4
Todas	38	30,9

Fonte: Elaboração própria

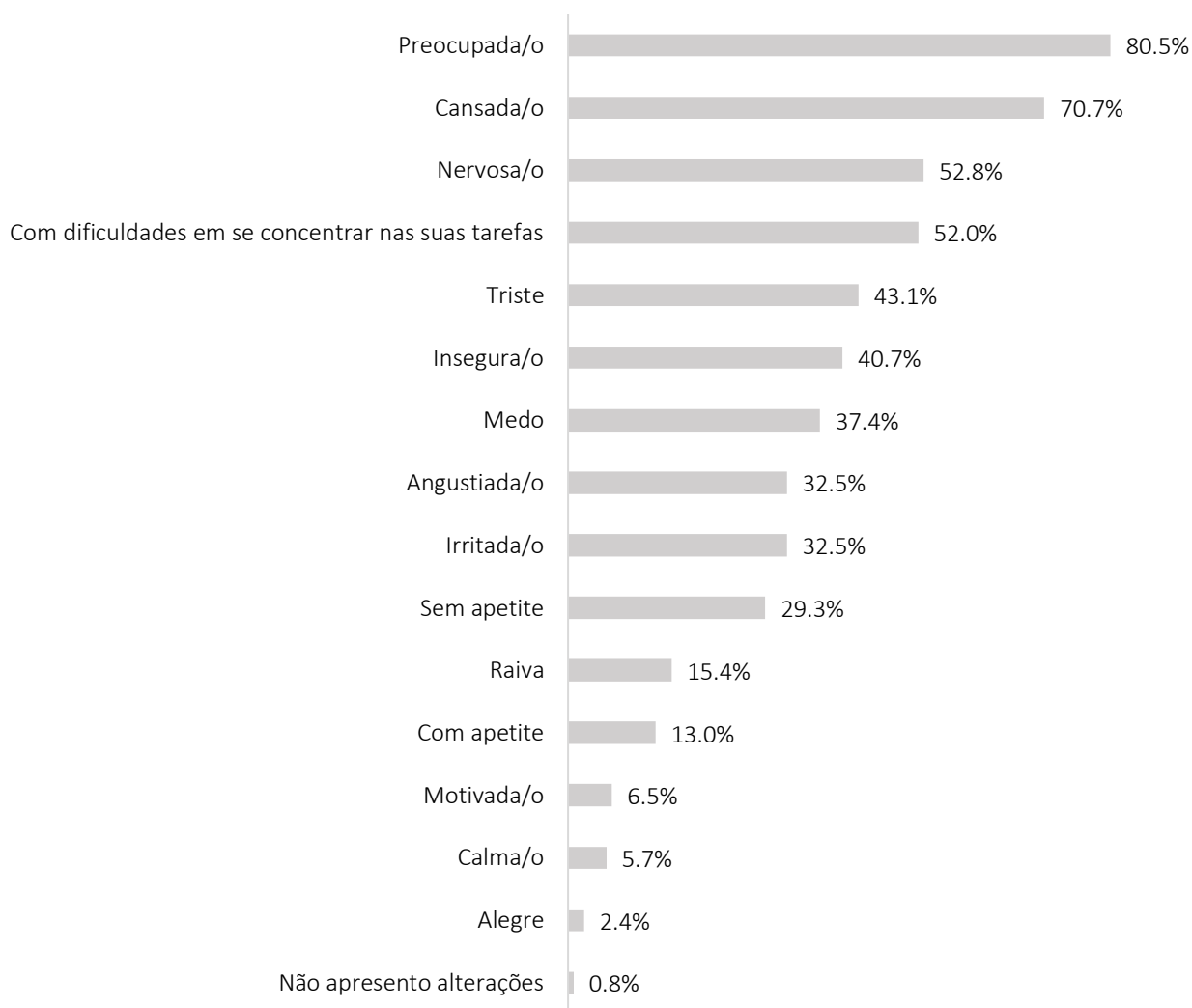
No que respeita à valorização da sua saúde mental no último mês, a tabela 3 mostra que 53 estudantes (43,1%) consideram a sua saúde como razoável, com uma média de avaliação intermédia de 2,63 (desvio padrão de 1,05) de uma escala de 1 – Muito Má a 5 – Muito Boa.

Tabela 3*Autopercepção dos estudantes da saúde mental.*

	Frequências absolutas (n)	Frequências relativas %
Como valoriza a sua saúde mental durante o último mês?		
Muito Má	22	17,9
Má	27	22
Razoável	53	43,1
Boa	16	13
Muito Boa	5	4,1
Tratamento quantitativo (1 – Muito Má a 5 – Muito Boa): Média 2,63 (Desvio Padrão 1,05); Min: 1; Max: 5		

Fonte: Elaboração própria

Quando questionados sobre como se sentiram ao longo destes tempos com a situação de pandemia por Coronavírus, 80,5% dos estudantes respondeu sentir-se preocupada/o, 70,7% referiu sentir-se cansada/o e 52,8% nervosa/o. Angustiado/o e irritado/o foram ambos respondidos por 32,5% e a raiva foi referida por 15,4% (ver Figura 1).

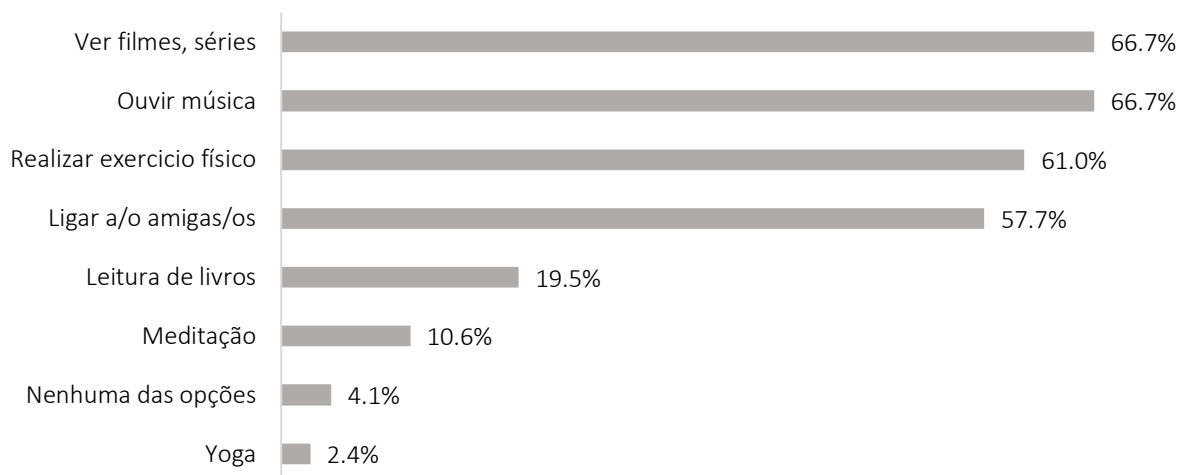
Figura 1*Como se têm sentido com a situação de pandemia por Coronavírus.*

Fonte: Elaboração própria

Relativamente à questão sobre que estratégias os participantes utilizaram para lidar com a situação atual de pandemia, verificou-se que 66,7% respondeu ver filmes, séries e ouvir música, a realização de exercício físico foi referida por 61,0%. A meditação foi respondida por 10,6% dos inquiridos (ver Figura 2).

Figura 2

Estratégias utilizadas



Fonte: Elaboração própria

Ao avaliar as dimensões de Inteligência Emocional verifica-se uma fiabilidade acima do aceitável para a construção de índices a avaliar pelos valores de *Alpha de Cronbach* todos superiores a 0,6 (ver Tabela 4).

O traço de inteligência emocional com maior presença na amostra é a componente sociocognitiva das emoções (média de 4,35 e desvio padrão 0,77). A dificuldade na compreensão das emoções é a dimensão de inteligência emocional com menor manifestação entre os estudantes inquiridos (média de 2,57 e desvio padrão 0,88).

Tabela 4

Análise das dimensões de Inteligência Emocional.

Dimensão	Média	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo	Nº itens	Alpha de Cronbach
Perceção das próprias emoções	3,93	0,55	2,4	4,9	12	0,791
Componente sociocognitiva das emoções	4,35	0,77	2,2	6	6	0,667
Perceção das emoções dos outros	3,93	0,59	1,8	5	6	0,759
Dificuldade na compreensão das emoções	2,57	0,88	1	4,3	3	0,702

Fonte: Elaboração própria

Na tabela 5 podemos observar que existem diferenças estatisticamente significativas na componente sociocognitiva das emoções consoante o sexo ($p < 0,05$) sendo que os inquiridos do sexo masculino apresentam com uma média significativamente superior nesta dimensão. Outras diferenças que estão muito próximas da significância estatística é na perceção das emoções dos outros ($p = 0,052$), sendo que os inquiridos do sexo feminino têm uma média notoriamente superior nesta dimensão.

Tabela 5

Dimensões de inteligência emocional consoante o sexo.

	Masculino		Feminino		<i>p</i>
	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	
Perceção das próprias emoções	3,97	0,47	3,92	0,56	0,741

Componente sociocognitiva das emoções	4,81	0,58	4,30	0,77	<0,05
Perceção das emoções dos outros	3,64	0,58	3,97	0,58	<u>0,052</u>
Dificuldade na compreensão das emoções	2,59	0,79	2,56	0,90	0,907

Fonte: Elaboração própria

Não existem diferenças estatisticamente significativas entre as dimensões de inteligência emocional consoante o ano de licenciatura, se bem que os estudantes inscritos no 2.º ano de licenciatura se perfilam com uma média superior na perceção das emoções dos outros (ver Tabela 6).

Tabela 6

Dimensões de inteligência emocional consoante ano de licenciatura.

	1.º ano		2.º ano		3.º ano		p
	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	
Perceção das próprias emoções	3,94	0,62	4,00	0,50	3,82	0,53	0,299
Componente sociocognitiva das emoções	4,26	0,88	4,25	0,79	4,34	0,62	0,629
Perceção das emoções dos outros	3,97	0,66	4,05	0,51	3,74	0,61	<u>0,053</u>
Dificuldade na compreensão das emoções	2,39	0,78	2,61	0,92	2,64	0,90	0,438

Fonte: Elaboração própria

4. Discussão

Os resultados desta investigação remetem-nos para algumas reflexões sobre a forma como os estudantes enfrentaram este período de confinamento. Da amostra estudada, 112 estudantes (91,1%) responderam ter tido necessidade de fazer várias adaptações. Por outro lado, quando questionados como percecionavam a sua saúde, 27 estudantes consideraram-na má (22%) e 22 muito má (17,9%). Esta realidade pode ser nefasta e comprometer a sua adaptação bem como o seu percurso de aprendizagem.

Foi possível constatar que o horário de estudos foi a rotina referida por 54 estudantes como a mais alterada (43,9%).

As interações sociais são concebidas como base das nossas relações humanas nos diferentes contextos. Com o isolamento social, os estudantes foram privados da sua vida social, o que justificou que 57,7% deles, nesta fase, tentasse ultrapassar a situação ligando aos amigos.

A percentagem de estudantes que respondeu ver filmes/séries, ouvir música e realizar exercício físico foi muito próxima, com 66,7%, 66,7% e 61,0% respetivamente. Intercalar os estudos com atividades de lazer que fossem agradáveis tornava a rotina de estudos mais leve e dava-lhes ânimo para continuar. Em ambiente académico é comum que os estudantes conversem de forma remota com os seus pares sobre as atividades académicas, trabalho, preocupações e também a necessidade de partilhar a vida pessoal (Ambiel et al., 2020).

O facto de 56% da amostra se considerar preparada para o ensino a distância, parece positivo, no entanto, que 77% não gostaria de continuar com o ensino remoto.

O item “dificuldade na compreensão das emoções” é o que apresenta a média mais baixa. Ambiel et al. (2020) dizem-nos que a ansiedade, preocupação e alguma tristeza são sentimentos compreensíveis e esperados em momento de adaptação a uma nova realidade. Daqui decorre que manter os contactos com pessoas significativas é importante, pois em momentos de isolamento social, é importante manter os contactos ativos e fazermos-nos “presentes”. Receber uma chamada de vídeo, uma ligação ou uma mensagem foi considerado um presente para esse momento. Esta estratégia faz com que nos sintamos especiais e importantes na vida de alguém (Augusto et al., 2020).

Verificaram-se diferenças estatisticamente significativas na componente sociocognitiva das emoções consoante o sexo ($p < 0,05$), sendo que os inquiridos do sexo masculino apresentam uma média significativamente superior nesta dimensão. O mesmo foi observado por Ferreira (2014), revelando no seu estudo que as jovens revelaram uma aptidão maior para lidar com a emoção, comparativamente aos jovens. Contrariamente, os resultados de Meshkat e Nejati (2017), numa investigação com 445 estudantes universitários, mostrou não haver diferença significativa entre os sexos, mas tendiam a diferir na

autoconsciência emocional, relacionamento interpessoal, autoestima e empatia com mulheres, estas com pontuação mais alta do que com homens.

5. Considerações finais

Este estudo teve como objetivo principal perceber de que forma os estudantes se adaptaram emocionalmente durante o primeiro confinamento mediante a pandemia Covid-19. Através da análise dos dados foi possível verificar que o confinamento provocou alterações na adaptabilidade académica, mas também na vida pessoal. Será relevante que os estudantes aprendam a gerir as suas emoções, de forma a poder ajudá-los a lidar com diversas situações para as quais nunca foram preparados, a conhecerem-se não só a si como também perceber as emoções nos outros. Podemos considerar que a realização de formações neste âmbito, na área da educação emocional, poderiam ajudar a criar estratégias dos estudantes, no decorrer da sua formação, como também as poderiam aplicar na sua vida profissional.

Conforme refere Valente (2020) “assume particular relevância a promoção e o reforço destas aprendizagens no educador social pela intervenção intensa e emotiva que a sua atividade laboral exige” (p.2345).

Por fim, como limitação deste estudo salienta-se o facto de ser uma amostra de pequena dimensão.

Referências

Ambiel, R. A. M., Santos, A. A., Soares, A. B., & De Lima, T. H. (2020, May). Adaptação e permanência no Ensino Superior em tempos de pandemia. Doi: [10.13140/RG.2.2.32401.86886](https://doi.org/10.13140/RG.2.2.32401.86886)

Associação Médica Mundial (2013, outubro). *Declaração de Helsínquia da Associação Médica Mundial. Princípios éticos para a investigação médica em seres humanos*. https://static.sanchoeassociados.com/DireitoMedicina/Omlegissum/legislacao2014/Fevereiro/Helsinq_2013.pdf

Carreira, A. R. (2012). Educação emocional em contexto escolar. *Psicologia. PT – O Portal dos Psicólogos*, 1-14.

Ferreira, S. A. A. (2014). *Competência emocional no ensino superior - Psicologia positiva* [Dissertação de Mestrado]. Instituto Superior Miguel Torga.

Fragoso, V. (2012). Emoção, sentimento e afeto na senioridade. Em V. Fragoso, & M. Chaves (Orgs.), *Educação emocional para seniores* (1ª ed.) (pp. 55-107). Psicosoma.

Meshkat, M., & Nejati, R. (2017, July-September). Does emotional intelligence depend on gender? A study on undergraduate english majors of three iranian universities. *SAGE Open*, 7(3), 1-8. <https://doi.org/10.1177/2158244017725796>

Nunes-Valente, M., & Monteiro, A. P. (2016). Inteligência emocional em contexto escolar. *Revista Eletrónica de Educação e Psicologia*, 7, 1-11.

Valente, S., & Almeida, L. S. (2020). Educação emocional no Ensino Superior: Alguns elementos de reflexão sobre a sua pertinência na capacitação de futuros professores. *Revista E-Psi*, 9(1), 152-164. <https://artigos.revistaepsi.com/2020/Ano9-Volume1-Artigo10.pdf>

Valente, S. (2020). Competências socioemocionais na atividade do educador social: implicações à inclusão escolar. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, 15(esp3), 2332–2349. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8083096>

Vicente, L. C. M., Esgalhado, M. G. P., & Santos, N.M.G. (2014). *Validação da escala de inteligência emocional de Schutte - Impacto da intervenção por mensagens SMS na inteligência emocional e inteligência espiritual em estudantes de psicologia* [Dissertação de Mestrado]. Universidade da Beira Interior.