Revista Gestão Universitária na América Latina - GUAL | www.gual.ufsc.br ISSN 1983-4535

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

SAÚDE EMOCIONAL E PANDEMIA: PERCEPÇÃO DOCENTE E DISCENTE DO CURSO DE ADMINISTRAÇÃO

EMOTIONAL HEALTH AND PANDEMIC: PROFESSOR AND STUDENT PERCEPTION OF THE ADMINISTRATION COURSE

Andrieli de Fátima Paz Nunes, Mestre
https://orcid.org/0000-0002-4082-929X
andriieli.nunes@gmail.com
Programa de Pós-Graduação em Administração | Universidade Federal de Santa Maria
Santa Maria | Rio Grande do Sul | Brasil

Beatriz Leite Gustmann de Castro, Doutora
https://orcid.org/0000-0001-8205-2979
beatriz_gustmann@hotmail.com
Programa de Pós-Graduação em Administração | Universidade Federal de Santa Maria
Santa Maria | Rio Grande do Sul | Brasil

Greice Eccel Pontelli, Mestre
https://orcid.org/0000-0003-4643-478X
grace_pontelli@yahoo.com.br
Programa de Pós-Graduação em Administração | Universidade Federal de Santa Maria
Santa Maria | Rio Grande do Sul | Brasil

Vania Medianeira Flores Costa, Doutora
https://orcid.org/0000-0002-6099-820X
vania.costa@ufsm.br
Programa de Pós-Graduação em Administração | Universidade Federal de Santa Maria
Santa Maria | Rio Grande do Sul | Brasil

Jordana Marques Kneipp, Doutora
https://orcid.org/0000-0001-6982-994X
jordana.kneipp@ufsm.br
Programa de Pós-Graduação em Administração | Universidade Federal de Santa Maria
Santa Maria | Rio Grande do Sul | Brasil

Recebido em 06/outubro/2022
Aprovado em 30/novembro/2022
Publicado em 01/março/2023

Sistema de Avaliação: *Double Blind Review*

Esta obra está sob uma Licença Creative Commons Atribuição-Uso.

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

RESUMO

Este estudo tem por objetivo descrever a percepção de docentes e discentes de instituições públicas e privadas do Curso de Administração, no que tange à saúde emocional e a Covid-19. Para isso, realizou-se um estudo qualitativo, utilizando a análise de conteúdo. Os achados indicam pontos positivos e negativos, bem como sentimentos que afetaram habilidades emocionais, comportamentais, físicas e cognitivas. Além disso, ações para manter o equilíbrio emocional também foram descritas. Já em relação às ações de adaptação, os discentes relataram aspectos tecnológicos, rotina e participação nas aulas, enquanto docentes relacionam adaptações nos planos de ensino, avalições e treinamentos. Assim, as perspectivas futuras remetem para o ensino híbrido, mudança comportamental e utilização massiva da internet na realização das atividades. O presente estudo, contribui com a literatura da gestão emocional diante de cenários de eventos adversos, bem como com a inserção de políticas públicas educacionais, a fim de atender a comunidade acadêmica.

Palavras-chave: Ensino Superior. Covid-19. Saúde Emocional.

ABSTRACT

This study aims to describe the perception of professors and students from public and private institutions in the Administration Course, regarding emotional health and Covid-19. For this, a qualitative study was carried out, using content analysis. The findings indicate positive and negative points, as well as feelings that affected emotional, behavioral, physical and cognitive abilities. Furthermore, actions to maintain emotional balance were also described. In relation to adaptation actions, students reported technological aspects, routine and participation in classes, while teachers related adaptations in teaching plans, assessments and training. Thus, future perspectives refer to hybrid teaching, behavioral change and massive use of the internet in carrying out activities. This study contributes to the literature on emotional management in the face of adverse event scenarios, as well as the insertion of educational public policies in order to serve the academic community.

Keywords: Higher Education. Covid-19. Emotional Health.

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

1 INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, a partir da informação de um vírus desconhecido, iniciou-se o surto de Covid-19, e em março de 2020, este surto passou a ser considerado como uma pandemia pela Organização Mundial da Saúde (OMS) (GIONES et al., 2020). O impacto da Covid-19 é sentido a curto prazo com o distanciamento social e a mudança de local de trabalho, entretanto, os efeitos econômicos, sociais, políticos e culturais são profundos e duradouros (HE; HARRIS, 2020). Percebe-se que esta crise mundial, em poucos meses, afetou os indivíduos tanto de forma econômica, quanto social (GIONES et al., 2020).

No entendimento de Chatterjee et al. (2020), os efeitos da Covid-19 ainda são desconhecidos, uma vez que a crise está se prolongando; e os impactos são nocivos para a segurança econômica, bem como para a saúde humana. Desse modo, surgiram aflições quanto ao bem-estar psicológico (SCHMIDT, 2020), visto que houve acréscimos em diagnósticos de saúde decorrentes da Covid-19, como: insônia, medos, transtorno do pânico, depressão, raiva e ansiedade. Por conseguinte, estas transformações ocasionadas pela doença, impactaram em transtornos psicológicos, demandando maior atenção à saúde emocional (SCHMIDT, 2020; BESSER; LOTEM; ZEIGLER-HILL, 2020).

Dessarte, dentre os indivíduos que sentiram as mudanças repentinas decorridas da Covid-19, enfocam-se os docentes e discentes das instituições de ensino, os quais precisaram adaptar-se da aprendizagem de ensino presencial ao ensino on-line (remoto). Provavelmente, alguns tiveram mais facilidades, tornando este momento uma oportunidade positiva, enquanto outros vivenciaram dificuldades e altos níveis de estresse (DAUMILLER et al., 2021). Assim, com base nos diferentes comportamentos e atitudes quanto a essa mudança abrupta, Daumiller et al. (2021) explanam que se faz necessário compreender como as pessoas estão vivenciando as diferentes motivações.

Deste modo, Flett e Zangeneh (2020) e Besser, Lotem e Zeigler-Hill (2020) constatam que a Covid-19 por gerar incertezas, seja para o indivíduo ou para pessoas de convívio, ocasionou um significativo fator de estresse: a desordem da vida cotidiana. Já que ocorreram restrições de contato físico e de viagens e, mesmo assim muitos indivíduos foram infectados, incapacitados ou mortos. Esta sensação de incapacidade no que tange à doença, atrelada aos indivíduos que já se sentiam deprimidos pelos fatores estressantes recorrentes de suas vidas, seja para equilibrar ensino, pesquisa e obrigações da academia, sem mencionar o equilíbrio

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

entre vida pessoal e profissional (HOULDEN; VEKETSIANOS, 2020) que intensificaram, ocasionando uma aflição emocional e estresse psicológico (RAPANTA et al., 2020).

Dessa maneira, Castro et al. (2020) evidenciam ser extremamente importante, atentar-se à saúde mental, em particular, neste cenário de impactos significativos. As autoras salientam que deve "tomar medidas e apoiar o bem-estar dos indivíduos, estabelecendo canais de acolhimento psicológico e uma comunicação eficaz" (CASTRO et al., 2020, p. 1062). Nesta perspectiva, busca-se descrever a percepção de docentes e discentes de instituições públicas e privadas do Curso de Administração, no que tange à saúde emocional e a Covid-19.

Esta pesquisa divide-se em cinco tópicos. Primeiramente, apresenta-se a introdução; em sequência é exposto o referencial teórico que norteou a pesquisa; seguido da descrição do método, discussão dos resultados e, por fim, as considerações finais que destacou a relevância dos achados e as limitações.

2 COVID-19: O CONTEXTO EDUCACIONAL

A educação, como muitos setores da sociedade, foi afetada pela pandemia da Covid-19. Os professores e alunos tiveram que se ajustar rapidamente aos novos modelos de ensino à distância, assim como os exames presenciais foram cancelados em muitas partes do mundo (HODGES et al., 2020; SCHRAMM; RUBIN; SCHRAMM, 2021). Embora algumas escolas, assim como as universidades, usassem o ensino à distância antes da pandemia, ele não era obrigatório e não se concentrava em todo o processo de ensino (CICHA et al., 2021).

Neste novo contexto de pandemia, as instituições educacionais buscaram alternativas para continuar suas atividades em meio ao distanciamento social. Assim, o ensino à distância tem sido o protagonista do ensino-aprendizagem entre professores e alunos. Todavia, a evolução do ensino à distância está relacionada às tecnologias e pedagogias predominantes em um determinado momento, assim como a tecnologia evoluiu, a definição de ensino à distância continua mudando (ERWINSYAH, 2021).

Desse modo, Erwinsyah (2021) destaca que a visão geral e simples do início da educação à distância, centra-se na fase de correspondência e sua dependência de mídia impressa; então a rádio e a televisão eram meios eficazes de transmissão para as massas; a geração seguinte usou aprendizagem assistida por computador e avanços em telecomunicações (áudio e videoconferência) (ROBERT, 2009).

Assim, o ensino à distância geralmente inclui a comunicação síncrona que ocorre quando professores e alunos estão presentes ao mesmo tempo durante o período de instrução.

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

Em alguns casos, a comunicação assíncrona ocorre na medida em que professores e alunos não têm contato pessoal e interação direta ao mesmo tempo (PHIPPS; MERISOTIS, 1999; ERWINSYAH, 2021). Já sob a perspectiva de Gobbi e Rovea (2021, p. 84) durante a emergência como a Covid-19, o "ensino a distância é certamente a única forma possível de dar continuidade a algum tipo de atividade escolar, as suas contraindicações são o mal menor (interromper todo o contato com a escolarização durante a pandemia teria consequência muito piores)".

Desse modo, a virada inesperada na modalidade da educação causada pela pandemia criou vários desafios, que podem ser descritos tanto como problemas para atingir as metas de aprendizagem quanto como crescentes lacunas de desigualdade social. A partir desta decisão célere de mudança do ambiente escolar, o aluno passa a ser protagonista de sua aprendizagem em que é impelido a se esforçar e dedicar-se aos estudos à distância sem a presença de professores e colegas (DONG et al., 2020; AMBER et al., 2020; FONTANESI et al., 2020; DANIELA; RUBENE; RÜDOLFA, 2021).

Todavia, a falta de contato com os alunos, especialmente, a nível de graduação, preocupa os professores sobre os problemas para motivá-los (KRUSZEWSKA; NAZARUK; SZEWCZYK, 2020). Demais pesquisas apontaram para as implicações do distanciamento social de professores e colegas, resultando em danos emocionais para alunos e professores. Acrescido a isso, a comunicação entre professores e alunos apresentou mudanças. Ainda, pesquisadores afirmaram que os professores mudaram a forma de comunicação com os alunos para aconselhá-los e orientá-los (ARISTOVNIK et al., 2020; PÉREZ-JORGE et al., 2020).

Dessa maneira, os estudos com foco no bem-estar dos alunos foram pauta de agendas de pesquisas (TANVEER et al., 2020) os resultados demonstraram que a maioria dos alunos indicou a carga horária de estudo maior que antes das aulas presenciais. Os alunos questionados mostraram queda no desempenho acadêmico, devido à falta de acesso ao material, ausência de habilidades digitais e falta de um lugar tranquilo para estudar (BARADA et al., 2020).

Por conseguinte, ARISTOVNIK et al. (2020) realizou estudos em junho de 2020 com 30.383 alunos em 62 países e constatou que os impactos da COVID-19 em suas vidas, desencadearam sofrimento emocional resultante da pandemia. De outro modo, sentimentos como ansiedade, estresse, esgotamento mental e físico, medo e exaustão emergiram como apontamentos pelos estudantes (TANVEER et al., 2020; ISLAM et al., 2020).

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

Devido a pertinência e amplitude das reações emocionais no período da pandemia, que tem assolado um contingente cada vez maior de pessoas, singularmente, professores e alunos, é fundamental abordar essa temática. Sendo assim, o tópico subsequente apresenta aspectos da saúde emocional no cenário da pandemia.

3 SAÚDE EMOCIONAL: UM TEMA EMERGENTE

No contexto educacional, a saúde emocional requer atenção. O fechamento de escolas e universidades, o medo da infecção pela COVID-19, as interrupções socioeconômicas e o aprendizado acelerado podem desencadear problemas de saúde mental e emocional, como estresse, trauma e depressão entre os alunos (JONES, 2020; VARNUM, 2020). Em um período turbulento, permeado pela incerteza, como este em que estamos vivenciando, é substancial que professores deem suporte aos alunos, uma vez que, não apenas servirão como mediadores do conhecimento, mas também como apoiadores socioemocionais para os alunos (MASON; GROVER, 2020; SCHLUND; WEISSBERG, 2020).

Assim sendo, a pandemia da COVID-19 causou sofrimento psicológico da população mundialmente (IMPERATORI et al., 2020) e na comunidade estudantil (HASSAN; BAO, 2020; DANGI; GEORGE, 2020; SUNDARASEN et al., 2020). Isso requer que os educadores continuem a se envolver com os alunos, promovam a interação, antecipem a ansiedade com triagem ativa para permitir a detecção e intervenção precoce (SRIVASTAVA et al., 2021).

Desse modo, a saúde emocional para Su et al. (2020) é um termo coletivo para uma série de experiências subjetivas que é um estado psicológico e fisiológico produzido por uma variedade de sensações, pensamentos e comportamentos. Em termos de análise de emoção, o estado emocional dos alunos e professores é analisado, principalmente, por meio dos dados dos discursos. Compreender a dinâmica da emoção pode remeter a uma ideia de como as emoções dos alunos e professores influenciam suas atividades e como as emoções se propagam nas redes de relacionamentos (WANG et al.; 2015; SU et al., 2020).

Além disso, sabe-se que as pandemias estão associadas a altos níveis de estresse, incerteza e perda de controle na população em geral (IMPERATORI et al., 2020). Adicionalmente, a pandemia da COVID-19 piorou as condições de saúde mental e emocional pré-existentes, singularmente devido ao fechamento de instituições educacionais, perda da rotina e conexões sociais restritas (CAO et al., 2020; SRIVASTAVA et al., 2021).

De outro modo, os professores também contraíram uma carga de trabalho exaustiva durante a pandemia, além de preparar aulas, cuidar da saúde mental e emocional, posto que

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

necessitam dar suporte aos alunos e familiares. O bem-estar do professor determina em grande parte a qualidade do processo de educação, que se baseia na criação de um ambiente seguro propício ao desenvolvimento, criatividade, aprendizagem e socialização (ZARETSKY, 2020).

O aparecimento da Covid-19, em um contexto volátil, incerto e inconsistente, esforços ainda maiores são necessários para atender às necessidades da comunidade acadêmica quanto às demandas emocionais (DARLING-HAMMOND; HYLER, 2020). Nesta esfera, é imprescindível que professores desenvolvam competências socioemocionais, a fim de repassar a alunos para aumentar sua capacidade de lidar com o estresse e saúde emocional (CAO et al., 2020; SRIVASTAVA et al., 2021).

Os modelos de competências socioemocionais enfatizam a autoconsciência e a regulação, a consciência social, as habilidades de comunicação, a empatia e a tomada de decisão responsável. Ademais, tais competências são cruciais para o bem-estar dos alunos e professores, bem como para sua capacidade aprimorada para lidar com condições complexas (LAUKKONEN; BIDDEL; GALLAGHER, 2019; CAO et al., 2020; SRIVASTAVA et al., 2021). Após compreender os aspectos da saúde emocional, a seção seguinte destina-se a apresentar o percurso metodológico.

4 MÉTODO

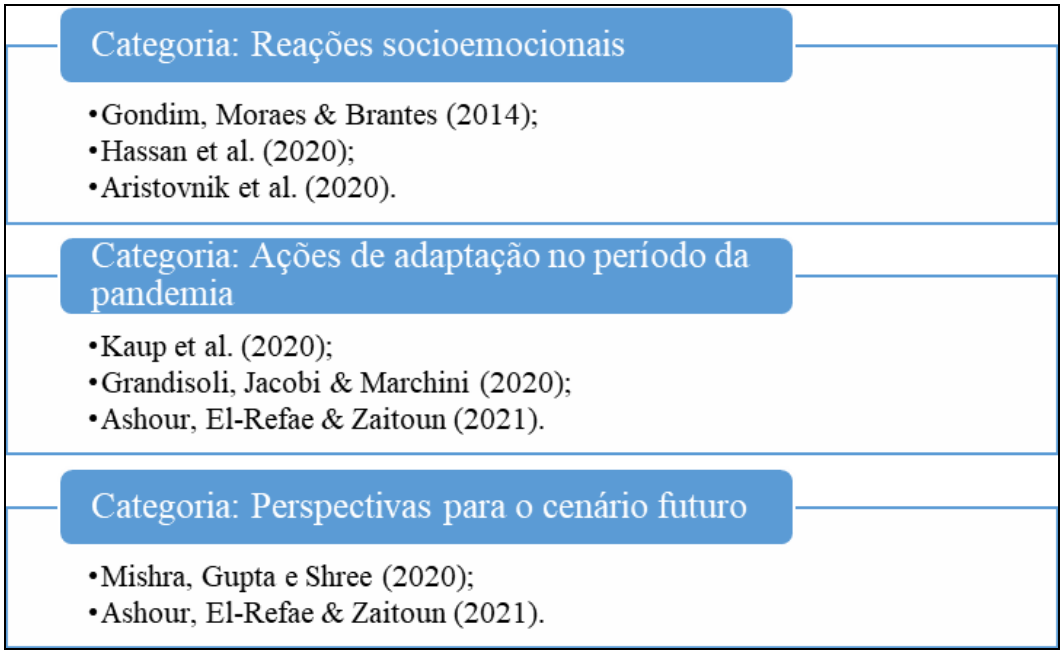
Neste estudo, de abordagem qualitativa do tipo descritivo (SILVERMAN, 2009), o propósito foi descrever a percepção de alunos e professores de instituições públicas e privadas do Curso de Administração, no que tange à saúde mental e a Covid-19. Para tanto, esta pesquisa contou com cinco discentes e quatro docentes do Curso de Administração de instituições da Região Central do RS escolhidos por acessibilidade. Para identificá-los e manter o anonimato, utilizou-se a identificação A1, A2, A3, A4 e A5 para os discentes e P1, P2, P3 e P4 para os docentes. Como critérios para participar da pesquisa estabeleceu-se: ser discente ou docente do Curso de Administração e residir na Região Central do Rio Grande do Sul.

Os dados foram coletados entre 20 de setembro de 2020 e 28 de setembro de 2020, via internet, pelo Skype, respeitando as normas de distanciamento social impostas pelo período. Por meio de entrevistas semiestruturadas, as quais foram gravadas, transcritas e exploradas e com o intuito de facilitar o entendimento das categorias de análise, a priori, a Figura 1

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

apresenta, as categorias, com seus respectivos autores que fundamentaram a escolha para este estudo.

Figura 1 Categorias do Estudo



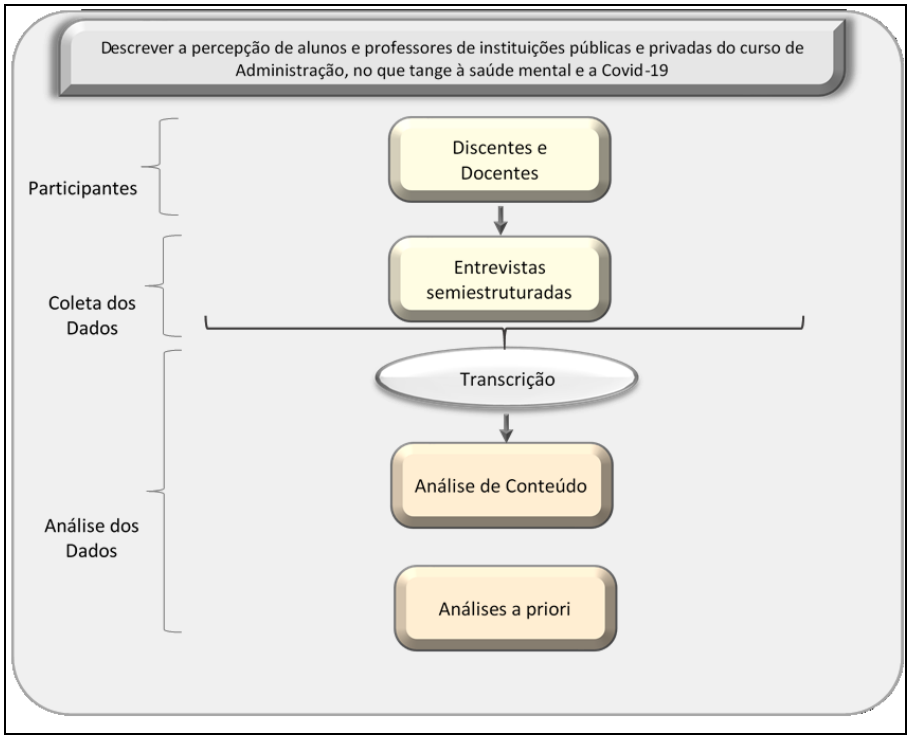
Fonte: Elaborado pelas autoras com base nos autores citados.

A presente pesquisa adotou a técnica de Análise de Conteúdo de Bardin (2016) para análise dos dados coletados. Nesse sentido, foram estruturados os seguintes passos de análise para a presente pesquisa: (1) Leitura flutuante; (2) Protocolo de entrevistas; e (3) Aplicação das técnicas de análise de conteúdo.

Para Bardin (2016), a análise de conteúdo se constitui de várias técnicas em que se busca descrever o conteúdo emitido no processo de comunicação, seja ele por meio de falas ou de textos. A técnica de análise de conteúdo utilizada neste estudo foi a categorização, visto que é estruturada, de forma a estabelecer categorias de análise representantes da frequência, a partir dos aspectos que contenham similaridade entre as entrevistas. Ocorre a classificação de elementos por diferenciação e seguidamente, por agrupamento por analogia, segundo critérios definidos previamente (BARDIN, 2016). A Figura 2 ilustra, de maneira sintética, a síntese do método de pesquisa.

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

Figura 2 Síntese do método de pesquisa



Fonte: Elaborado pelas autoras.

Na próxima seção serão apresentados os resultados e análise dos dados.

5 RESULTADOS E ANÁLISE DE DADOS

5.1 CARACTERIZAÇÃO DOS ENTREVISTADOS

A amostra deste estudo compreendeu nove entrevistados, sendo: discentes de instituição pública (3); discentes de instituição privada (2); docentes de instituição pública (2) e docentes de instituição privada (2). A tabela 1 sintetiza o perfil dos entrevistados.

Conforme demonstrado na Tabela 1, 56% dos entrevistados são do sexo feminino, enquanto 44% são do sexo masculino. Em relação à trajetória docente, os entrevistados possuem, no máximo 10 anos, sendo que 2 possuem entre 1 e 5 anos de tempo de docência. Quanto ao perfil acadêmico dos alunos, 4 discentes estão entre 5º e 8º semestre do curso, e 1 está nos semestres iniciais. Os entrevistados (docentes e discentes) possuem idade entre 22 e 39 anos. A seguir, discorre-se sobre os resultados e discussões das categorias de análise.

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

Tabela 1 Dados dos entrevistados

Gênero	Nº. de entrevistados	(%)	Semestre do Curso	Nº. de entrevistados	(%)
Feminino	5	56%	1º e 2º	1	20%
Masculino	4	44%	3º e 4º	-	-
			5º e 6º	2	40%
			7º e 8º	2	40%
Total	**9**	**100%**	**Total**	**5**	**100%**
Entrevistados	**Nº. de entrevistados**	**(%)**	**Tempo de Docência**	**Nº. de entrevistados**	**(%)**
Discentes (Instituição Pública)	3	33%	Até 1 ano	1	25%
Discentes (Instituição Privada)	2	22%	1 a 5 anos	2	50%
Docentes (Instituição Pública)	2	22%	6 a 10 anos	1	25%
Docentes (Instituição Privada)	2	22%	Mais de 10 anos	0	0%
Total	**9**	**100%**	**Total**	**4**	**100%**

Fonte: Dados da pesquisa.

5.2 REAÇÕES SOCIOEMOCIONAIS

O cenário da pandemia da Covid-19 desencadeou reações socioemocionais em todos os indivíduos. Gondim, Moraes e Brantes (2014) enfatizam que o domínio de aspectos motivacionais e afetivos, em si e nos outros indivíduos, assegura a aprendizagem, o desenvolvimento e a transferência dessas capacidades para outros contextos laborais. O sofrimento emocional resultante da pandemia da Covid-19 foi evidenciado na pesquisa de Aristovnik et al. (2020). Neste sentido, os entrevistados relataram sentimentos negativos e positivos conforme demonstrado na Figura 3.

Figura 3 Sentimentos positivos e negativos

Fonte: Dados da pesquisa.

O entrevistado A5 menciona “Desânimo e dificuldade para adaptação, antes da pandemia, no meu caso, saia, ia pra aula, ter que ficar em um ambiente só e sem ver os

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

amigos e mudar totalmente a rotina, causou bastante impacto, principalmente, na parte psicológica". Segundo Kruszewska, Nazaruk e Szewczyk (2020) a falta de contato pode desmotivar os alunos, especialmente, em cursos de graduação preocupando professores. A dificuldade ao utilizar o ensino à distância também foi evidenciada "Então, por ter aulas em EAD, o ensino ficou mais dificultado" (A3). Os sentimentos de medo, tristeza, insegurança, ansiedade, angústia e incerteza são os principais sentimentos associados à pandemia (GRANDISOLI; JACOBI; MARCHINI, 2020).

Por outro lado, a pandemia trouxe ensinamentos como a empatia, evidenciado pela entrevistada A4 "As pessoas aprenderam a ser mais solidárias e se preocupar com o próximo", complementa o P4 "(...) deixou-se um pouco o "eu", e olhou-se para o lado, e também valorizou-se as relações o afeto, carinho, nesta era digital, todos vimos a importância do convívio social".

Os impactos da pandemia mostraram como os indivíduos são frágeis diante de situações complexas, o entrevistado P4 enfatiza: "Se criarmos uma linha da história recente, podemos notar que nada mudou drasticamente nossa rotina como essa pandemia. A Covid-19 afetou o mundo todo, demonstrando o quanto o ser humano é frágil e não consegue ter controle sob as coisas" (P4). Em relação aos aspectos profissionais da docência, o P2 relaciona pontos positivos:

> Poder dar aula em home office e continuar o semestre em segurança; Aprendizado de novas tecnologias para a educação; Maior empenho dos alunos em aprender os conteúdos (antes ficava muito nas costas do professor, agora eles vão atrás das coisas) (...).

Enquanto, a P3 observa que o ensino remoto exige tempo "(..) trabalho quase o tempo todo, mesmo junto com meu filho 24h por dia, fico menos tempo com ele do que antes. Portanto, o que seria positivo (fazer meus próprios horários e ficar perto do meu filho), tornou-se negativo". Evidente que o ensino remoto requer maior dedicação profissional, o qual depara-se com dificuldades "utilizar meios de com (..) comunicação online para disponibilizar as aulas; muita dificuldade dos alunos em participar das aulas nos momentos síncronos; alunos entrando em contato com o professor em qualquer horário" (P2). A forma de comunicação entre aluno e professor precisou ser alterada (ARISTOVNIK et al., 2020; PÉREZ-JORGE et al., 2020). A Tabela abaixo sintetiza as mudanças emocionais, físicas, comportamentais e cognitivas relacionadas pelos indivíduos entrevistados.

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

Tabela 2 Sentimentos desencadeados pela pandemia

Sentimentos entrevistados	Emocional	Físico	Comportamental	Cognitivo
Discentes	Ansiedade; Irritabilidade; Raiva; Tristeza; Depressão; Sentimento de pânico; Sentimento de estar sobrecarregado; Ansiedade exacerbada; Desânimo; Choque emocional; Medo.	Fraqueza; Cansaço; Tonturas; Aumento da frequência cardíaca; Dor no peito; Dificuldade de respirar; Dores de cabeça, Aumento de apetite; Suor excessivo, Respiração rápida.	Calma; Mudança drástica na alimentação; Mudança nos padrões de comportamento; Aumento drástico na interação com colegas.	Dificuldade nas decisões; problemas com pensamentos mais abstratos; Pensamento confuso; Perda de atenção; Perda de concentração; Memória disfuncional; Dificuldade na tomada de decisão; Dificuldade para fazer cálculo de cabeça; Memória Disfuncional.
Docentes	Ansiedade; aumento da autocobrança, sentimento de que não estava dando o meu melhor, mesmo trabalhando muito mais; Ansiedade exacerbada; Tristeza; Sentimento de estar sobrecarregado; Irritabilidade.	Aumento do peso; Problemas de coluna; Dores nas articulações; Tensão constante; Dores de cabeça; Cansaço; Aumento de apetite.	Estresse; mal humor; Impaciência; Redução da Interação com os colegas; Silêncios/ausências prolongadas; Perda de interesse no trabalho; Mudança na alimentação; Perda de interesse nos estudos.	Pensamento confuso; perda de concentração; Dificuldade de tomada de decisão; Perda de atenção; Dificuldade para fazer cálculos de cabeça.

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Os sentimentos como ansiedade, estresse, esgotamento mental e físico, medo e exaustão também foram identificados nos estudos de Tanveer et al. (2020) e Islam et al. (2020). Estresse, trauma e depressão entre os alunos são alguns problemas de saúde mental e emocional que podem emergir na situação de pandemia (JONES, 2020; VARNUM, 2020).

O distanciamento social e as adaptações desencadearam problemas na saúde emocional, física, comportamental, bem como na autorregulação de comportamentos, cognições e emoções (HAWKLEY; CACIOPPO, 2010; BOYRAZ; LEGROS; TIGERSHTROM, 2020). O entrevistado P4 enfatiza que os sentimentos de medo e ansiedade são inevitáveis, visto que o método de ensino necessitou de grandes mudanças "(...) frente as mudanças repentinas ao modo de atuação com os alunos nos causam um sentimento de sobrecarga, pois estamos em um novo meio de ensino, para os docentes e alunos, portando ambos os lados são afetados" (P4). Em relação ao físico, o P4 enfatiza o cansaço "(...) a comodidade de estar em casa sem se exercitar gera um cansaço excessivo".

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

O sofrimento psicológico causado nos estudantes (HASSAN; BAO, 2020; DANGI; GEORGE, 2020; SUNDARASEN et al., 2020) exige a busca pelo equilíbrio emocional em um momento que requer calma e delineamento de ações para manter o autocontrole em todos as áreas da vida, bem como para dar continuidade as atividades que estavam em andamento. Neste sentido, os discentes enfatizaram que buscam manter a mente ocupada (A3, A4 e A5). Entretanto, a A2 menciona o desgaste ocasionado pela 'nova' rotina: "a rotina de trabalho e estudos se tornaram muito cansativos", conforme Tanveer et al. (2020) a carga horária de estudo no ensino remoto é maior. Algumas ações contribuem para o equilíbrio emocional, ressalta a A5: "(...) procurar achar algo que me mantenha motivada, uma boa alimentação, tomar sol e dormir no horário correto também são essenciais para manter o emocional saudável".

Na questão do equilíbrio emocional, os docentes relatam a importância da religião, manter o foco constante nos objetivos, necessidade de apoio psicológico, terapias, meditações e leitura. O P2 destaca a necessidade de dedicar um tempo para o lazer "Acho que um tempo para fazer o que gosta, ajuda a manter a saúde mental e "desconectar" do trabalho e da rotina de professor". Por outro lado, a P3 relatou a utilização de remédios. As mudanças de rotina com o fechamento de instituições educacionais, o aprendizado acelerado, entre outros fatores decorrentes do cenário podem provocar problemas de saúde emocional (JONES, 2020; VARNUM, 2020). Na próxima seção serão abordados os achados sobre ações de adaptação.

5.3 AÇÕES DE ADAPTAÇÃO NO PERÍODO DA PANDEMIA

Deste modo, compreender o momento exige ações para adaptação da rotina acadêmica, profissional e pessoal. A pandemia da Covid-19 apresentou uma oportunidade para repensar o ensino superior (ASHOUR; EL-REFAE; ZAITOUN, 2021). Foi necessária uma mudança drástica para ajustar os novos modelos de ensino à distância (HODGES et al., 2020; SCHRAMM; RUBIN; SCHRAMM, 2021).

Em relação à rotina de estudos e às atividades remotas, os discentes relacionaram a necessidade de adaptação ao ensino não presencial, com aulas via *meet* (A1); rede de internet adequada (A2); rotina de horário para atender às atividades na integralidade e manter-se presente nas aulas síncronas (A3) e disciplina (A5). A tecnologia foi um dos desafios referenciados por Kaup et al. (2020).

Nesta linha, os docentes relatam ações como: aumento dos prazos das atividades propostas (P1, P2); faltas justificadas (possibilidade de ver a aula gravada em outro momento)

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

(P2); mudança do plano de ensino para atender as aulas síncronas e assíncronas (P2); atividades avaliativas com pesos menores em cada aula para fomentar a participação (P2); treinamentos (P3, P4); testes e discussões (P3); aprimoramento dos equipamentos necessários como notebook, celular, internet (P4). O estudo de Kaup et al. (2020) apontou que os professores que receberam treinamento não encontraram dificuldades para a realização de avaliações online. Dentre os sentimentos sobre educação mediada por tecnologia, destacam-se: desafio, aprendizado, inovação, dificuldade e insegurança (GRANDISOLI; JACOBI; MARCHINI, 2020). Ainda, destaca o entrevistado P1:

> Verificar caso a caso os estudantes, visto que as condições dos mesmos eram diferentes. Por exemplo alguns possuíam internet somente no celular, assim para não consumir tanto os dados móveis, mandava os slides e as explicações eram feitas por meio de áudios no WhatsApp (P1).

Em relação à produtividade e à realização de atividades, os alunos relataram a procrastinação das tarefas (A2 e A5), por outro lado, autoliderança e muita disciplina (A1) e pontua a A4: "Estou conseguindo ter um rendimento melhor do que se estivesse indo na aula presencial". Esses apontamentos corroboram com os autores Daumiller et al. (2021), em que alguns percebem o momento como oportunidade enquanto para outros, torna-se desafiador e difícil adaptação. Segundo Grandisoli, Jacobi e Marchini (2020) os estudantes aprendem menos via educação mediada por tecnologia. Portanto, observa-se perspectivas contrárias, pode-se inferir que disciplina, responsabilidade e condições favoráveis de estudo (disponibilidade de tecnologias) podem estar diretamente relacionados com o aproveitamento. Conforme mencionam Barada et al. (2020) muitos alunos se deparam com a falta de acesso ao material, ausência de habilidades digitais, falta de um lugar adequado para o estudo, esses aspectos podem influenciar a produtividade acadêmica.

Os docentes também relataram a procrastinação (P1, P2): "(...) agora há possibilidade de trabalhar em momentos diferentes do dia, o que é bom, mas também acaba causando procrastinação (P2). O P4 relaciona a motivação ao colocar-se no lugar de seus alunos e à atuação do professor:

> [...] toda vez que lembro de meus alunos penso em fazer algo para auxiliá-los, pois muitos estão saindo trabalhar se expondo ao vírus retornando para casa e assistindo as aulas remotamente, não tem como o professor se sentir desanimado ou deixando de planejar sua aula.

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

O relato do entrevistado P4 deixa evidente o papel do docente como mediador do conhecimento e, em especial, como apoiador socioemocional para a comunidade acadêmica (MASON; GROVER, 2020; SCHLUND; WEISSBERG, 2020). Enfatiza-se a necessidade e os esforços em compreender e atender as demandas emocionais dos alunos (DARLING-HAMMOND; HYLER, 2020), propondo um ambiente voltado ao desenvolvimento, criatividade, aprendizagem e socialização (ZARETSKY, 2020).

A pandemia desencadeou reflexos e, possivelmente, algumas mudanças irão perdurar. Para os discentes, sair da zona de conforto (A1), mudança de hábitos (A3), segurança no Ensino à Distância (A5) e maior consciência na tomada de decisões (A4) foram os maiores impactos da pandemia. No pensamento da A2 "as pessoas já se adaptaram com a pandemia, e estão voltando a ser o que eram".

Os discentes mencionam como impactos: empatia (P1), a higiene, contato físico e cuidado social (P2), formato das aulas (P3). Ainda, destaca a P3 que algumas mudanças irão permanecer: "As aulas no formato híbrido vieram para ficar e a adaptação tanto de alunos quanto de professores vai ocorrer muito antes do fora previsto". Do ponto de vista positivo, a educação à distância permite que muitos adultos desfrutem da flexibilidade, porque precisam conciliar trabalho, estudo e responsabilidades familiares (ASHOUR; EL-REFAE; ZAITOUN, 2021).

Cabe ressaltar que os impactos ocorreram em diversos aspectos e devem moldar novos comportamentos no período pós-pandemia como relaciona o P4: "Impacto sobre o que sentimos, o que pensamos e o que fazemos, o que compramos". Ademais, a educação apresentou mudanças drásticas, que antes, talvez, eram vistas como barreiras.

> Acredito que em relação a educação, há uma mudança na forma de aprender e ensinar que pode continuar no pós-pandemia. A rotina muda completamente, há mais reuniões online que acabam consumindo muito tempo da semana, passamos mais tempo em reuniões de professores via meet do que dando aulas síncronas para os alunos (P2).

A mudança no formato da aprendizagem resulta desafios, Ashour, El-Refae e Zaitoun (2021) citam a falta de interação social na educação a distância e o comprometimento no ensino de habilidades de pensamento crítico. Neste sentido, resiliência foi essencial para o momento. Na concepção de Tam e El-Azar (2020) a resiliência deve compor os sistemas educacionais. Aceitar e buscar adaptação (A1, A5), equilíbrio emocional (A2, P2), manter-se ocupado (A4), foco nos objetivos, adoção de programa de metas diárias (P1), buscar qualificação e informações para adaptação às aulas (P4), mudanças nos métodos de ensino

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

(P4) e manter o foco na aprendizagem dos alunos (P2). O entrevistado P2 destaca algumas estratégias para manter-se resiliente no período:

> Retirar a formalidade de certas comunicações facilita tanto para os alunos como para os professores. Outra estratégia foi focar na aprendizagem do aluno que pudesse acontecer mesmo assistindo a aula assíncrona, com materiais mais autoexplicáveis e exemplos nas atividades (P2).

Na concepção do P2, a comunicação entre aluno e professor sofreu adaptações a fim de melhor conduzir a atender à comunidade acadêmica, facilitando para alunos e professores (ARISTOVNIK et al., 2020; PÉREZ-JORGE et al., 2020). Na próxima seção discorre-se sobre as perspectivas para o cenário futuro na visão dos entrevistados.

5.4 PERSPECTIVAS PARA O CENÁRIO FUTURO

Acerca da crise sanitária e econômica causada pela pandemia, as relações, comportamentos e as rotinas sofreram modificações referente à mudança nos padrões de ensino já existentes. Conforme Mishra, Gupta e Shree (2020) destacam deve-se aprender a viver e sobreviver com a crise atual, pois é apenas o começo; no longo prazo, não se pode dar ao luxo de negligenciar a transformação digital nas Instituições de Ensino Superior.

No tocante ao cenário futuro, o "novo normal" pós-pandemia os respondentes avaliam de diversas formas: home office (A3), educação à distância (A3), e-commerce (A4, A5), maior investimento em marketing de relacionamento (A5), sistema híbrido de ensino integrando aulas presenciais e remotas (P2). Já a entrevistada A2 não considera um cenário de boas perspectivas em relação ao comportamento dos indivíduos: "Achei que as pessoas iriam se tornar seres humanos melhores, porém não foi o que aconteceu com todos" (A2). Por outro lado, o P4 visualiza um cenário de transformação "Após pandemia as coisas jamais voltarão como eram antes, o que foi se perdeu, passamos por uma transformação evolução, aquele tempo não voltará".

No que concerne à docência, o P1 destaca a valorização profissional "É realidade que as coisas não voltarão a ser do mesmo modo, creio que muitas profissões serão mais valorizadas, principalmente a dos professores, pois pode-se ver o papel fundamental que os mesmos têm" (P1). De fato, a pandemia exigiu maior aprimoramento e deixou em evidência a importância do professor. Ashour, El-Refae e Zaitoun (2021) mencionam a demanda por cursos como tecnologia educacional, tendo em vista o novo formato de aprendizagem. As lições deixadas pela pandemia, durante o período de inserção forçada da educação à distância,

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

serão utilizadas pelas universidades para aprimorar e expandir as provisões de aprendizagem on-line (ASHOUR; EL-REFAE; ZAITOUN, 2021).

Acerca da utilização das novas ferramentas digitais de ensino, o entrevistado P2 enfatiza que "os alunos passarão a buscar mais aprender de forma individual quando não estiverem em aula presencial, espero. Também acho que profissionais mais capacitados com as TIC's podem ter um espaço maior no mercado de trabalho" (P2). Portanto, o aluno passa a ser o protagonista de sua aprendizagem, situação que exige disciplina e comprometimento (DONG et al., 2020; AMBER et al., 2020; FONTANESI et al., 2020; DANIELA; RUBENE; RÜDOLFA, 2021). Portanto, as perspectivas para o cenário futuro, na visão dos interessados, estão relacionadas com aspectos educacionais de comportamento e adaptações na rotina.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve por objetivo descrever a percepção de docentes e discentes de instituições públicas e privadas do Curso de Administração, no que tange a saúde emocional e a Covid-19. A partir de três categorias de análise: (1) Reações Socioemocionais; (2) Ações de Adaptação e (3) Perspectivas para o cenário futuro.

Na categoria 1 – Reações socioemocionais foram identificados sentimentos positivos e negativos em decorrência do cenário de pandemia. Em relação ao comportamento, os entrevistados relataram que foram afetados nos aspectos emocional, físico, cognitivo e comportamental, assim como sentimentos de medo, ansiedade e irritabilidade foram apontados. Em contrapartida, a busca pelo equilíbrio emocional para manter-se ocupado, a dedicação de tempo para o lazer, o foco constante nos objetivos, a necessidade de apoio psicológico, terapias, meditações e leitura foram ações relatadas.

Na categoria 2 – Ações de Adaptação foram enfatizadas as aulas via *meet*; rede de internet adequada; rotina de horário para atender às atividades na integralidade e manter-se presente nas aulas síncronas e disciplina. Os docentes relataram aumento dos prazos das atividades propostas; faltas justificadas; mudança do plano de ensino para atender as aulas síncronas e assíncronas; atividades avaliativas com pesos menores em cada aula para fomentar a participação; treinamentos e aprimoramento dos equipamentos.

Acerca da categoria 3 - Perspectivas para o cenário futuro foram evidenciados: *home office*, educação à distância, *e-commerce*, marketing de relacionamento, sistema híbrido de ensino, valorização profissional do docente e maior aprimoramento dos docentes (uso de tecnologias para o ensino remoto). Essas evidências permitem inferir que a educação passou

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

por transformações drásticas e que o ensino caminha para uma nova realidade, permitindo àqueles indivíduos que desejam aprimorar os conhecimentos possam estar conectados às aulas sem maior deslocamento. As mudanças no ensino superior serão impulsionadas pelos investimentos que as universidades têm feito em educação à distância e pelo aumento da familiaridade dos alunos, funcionários e instituições com o e-learning (ASHOUR; EL-REFAE; ZAITOUN, 2021).

Do ponto de vista prático, este estudo contribuiu com o setor educacional ao evidenciar as reações e a forma de adaptação de docentes e discentes, bem como a perspectiva para o cenário futuro, já que o delineamento de políticas públicas se torna essencial em cenários como este vivenciado pelos profissionais de todo o mundo. Sendo assim, mapear e compreender os aspectos em momentos críticos, como a pandemia da Covid-19, torna-se essencial para subsidiar as ações imediatas, bem como a inserção de mecanismos por meio de políticas públicas relacionadas com a nova Educação durante, após a pandemia e em eventuais novos momentos de crise (GRANDISOLI; JACOBI; MARCHINI, 2020).

Esta pesquisa apresentou algumas limitações como o número de entrevistados, o qual não permite generalizações no campo em estudo e o fato dos respondentes do Curso de Administração. Para estudos futuros, sugere-se a realização de uma análise quantitativa de forma a abranger um maior número de discentes e docentes, bem como de instituições, com análise de dados sociodemográficos a fim de verificar os impactos e desafios e suas possíveis correlações.

REFERÊNCIAS

ARISTOVNIK, Aleksander et al. Impacts of the COVID-19 pandemic on life of higher education students: A global perspective. **Sustainability**, v. 12, n. 20, p. 8438, 2020. https://doi.org/10.3390/su12208438

ASHOUR, Sanaa; EL-REFAE, Ghaleb A.; ZAITOUN, Eman A. Post-pandemic higher education: Perspectives from university leaders and educational experts in the United Arab Emirates. **Higher Education for the Future**, v. 8, n. 2, p. 219-238, 2021. https://doi.org/10.1177/23476311211007261

BARADA, Valerija et al. Student life during the COVID-19 pandemic lockdown: Europe-Wide Insights. **University of Zadar**, 2020. Disponível em: http://www.ehea.info/Upload/BFUG_DE_UK_73_11_6_students_Covid_19_survey_results.pdf. Acesso em: 12 abr. 2021.

BOYRAZ, Güler; LEGROS, Dominique N.; TIGERSHTROM, Ashley. COVID-19 and traumatic stress: The role of perceived vulnerability, COVID-19-related worries, and social

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

isolation. **Journal of Anxiety Disorders**, v. 76, p. 102307, 2020. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102307

CAO, Wenjun et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. **Psychiatry research**, v. 287, p. 112934, 2020. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934

CASTRO, Beatriz Leite Gustmann de et al. COVID-19 e organizações: estratégias de enfrentamento para redução de impactos. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 20, n. 3, p. 1059-1063, 2020. http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2020.3.20821

CHATTERJEE, Pranab et al. The 2019 novel coronavirus disease (COVID-19) pandemic: A review of the current evidence. **The Indian journal of medical research**, v. 151, n. 2-3, p. 147, 2020. https://doi.org/10.4103/ijmr.IJMR_519_20

CICHA, Karina et al. COVID-19 and higher education: First-year students' expectations toward distance learning. **Sustainability**, v. 13, n. 4, p. 1889, 2021. https://doi.org/10.3390/su13041889

DANGI, Ravi Rai; GEORGE, Mathew. Psychological perception of students during COVID-19 outbreak in India. **High Technology Letters**, v. 26, n. 6, p. 142-144, 2020. https://ssrn.com/abstract=3625571

DANIELA, Linda; RUBENE, Zanda; RŪDOLFA, Arta. Parents' perspectives on remote learning in the pandemic context. **Sustainability**, v. 13, n. 7, p. 3640, 2021. https://doi.org/10.3390/su13073640

DARLING-HAMMOND, Linda; HYLER, Maria E. Preparing educators for the time of COVID… and beyond. **European Journal of Teacher Education**, v. 43, n. 4, p. 457-465, 2020. https://doi.org/10.1080/02619768.2020.1816961

DAUMILLER, Martin et al. Shifting from face-to-face to online teaching during COVID-19: The role of university faculty achievement goals for attitudes towards this sudden change, and their relevance for burnout/engagement and student evaluations of teaching quality. **Computers in Human Behavior**, v. 118, p. 106677, 2021. https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106677

DONG, Chuanmei; CAO, Simin; LI, Hui. Young children's online learning during COVID-19 pandemic: Chinese parents' beliefs and attitudes. **Children and youth services review**, v. 118, p. 105440, 2020. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105440

ERWINSYAH. The effect of teleconference class on the environmental knowledge in higher education. In: **AIP Conference Proceedings**. AIP Publishing LLC, 2021. p. 050009. https://doi.org/10.1063/5.0041662

FLETT, Gordon L.; ZANGENEH, Masood. Mattering as a vital support for people during the COVID-19 pandemic: the benefits of feeling and knowing that someone cares during times of crisis. **Journal of Concurrent Disorders**, v. 2, n. 1, p. 106-123, 2020. Disponível em:

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

https://culture.miami.edu/_assets/pdf/flett--zangeneh-2020-mattering-as-a-vital-support-for-people-during-the-covid-19-pandemic.pdf. Acesso em: 20 jun. 21.

FONTANESI, Lilybeth et al. The effect of the COVID-19 lockdown on parents: A call to adopt urgent measures. **Psychological trauma: theory, research, practice, and policy**, v. 12, n. S1, p. S79, 2020. https://doi.org/10.1037/tra0000672

GARBE, Amber et al. COVID-19 and remote learning: Experiences of parents with children during the pandemic. **American Journal of Qualitative Research**, v. 4, n. 3, p. 45-65, 2020. https://doi.org/10.29333/ajqr/8471

GIONES, Ferran et al. Revising entrepreneurial action in response to exogenous shocks: Considering the COVID-19 pandemic. **Journal of Business Venturing Insights**, v. 14, p. e00186, 2020. https://doi.org/10.1016/j.jbvi.2020.e00186

GOBBI, Annachiara; ROVEA, Federico. Enseñanza a distancia y enseñanza como distancia. Una lectura crítica sobre los instrumentos de la enseñanza online durante y después de la pandemia. **Teoría de la Educación. Revista Interuniversitaria**, v. 33, n. 1, p. 71-87, 2021. https://doi.org/10.14201/teri.23451

GONDIM, Sônia Maria Guedes; MORAIS, Franciane Andrade de; BRANTES, Carolina dos Anjos Almeida. Competências socioemocionais: fator-chave no desenvolvimento de competências para o trabalho. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 14, n. 4, p. 394-406, 2014. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572014000400006. Acesso em: 10 jun. 21.

GRANDISOLI, Edson; JACOBI, Pedro Roberto; MARCHINI, Silvio. Pesquisa: Educação, Docência e a COVID-19. **Universidade de São Paulo: Cidades Globais. Instituto de Estudos Avançados da USP**, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Edson-Grandisoli/publication/343473967_Pesquisa_Educacao_docencia_e_a_COVID-19/links/5f2be15d458515b72906c59c/Pesquisa-Educacao-docencia-e-a-COVID-19.pdf. Acesso em: 10 mai. 21.

HASAN, Najmul; BAO, Yukun. Impact of "e-Learning crack-up" perception on psychological distress among college students during COVID-19 pandemic: A mediating role of "fear of academic year loss". **Children and youth services review**, v. 118, p. 105355, 2020. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105355

HAWKLEY, Louise C.; CACIOPPO, John T. Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. **Annals of behavioral medicine**, v. 40, n. 2, p. 218-227, 2010. https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8

HE, Hongwei; HARRIS, Lloyd. The impact of Covid-19 pandemic on corporate social responsibility and marketing philosophy. **Journal of business research**, v. 116, p. 176-182, 2020. https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2020.05.030

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

HODGES, Charles B. et al. The difference between emergency remote teaching and online learning. 2020. Disponível em: http://www.cetla.howard.edu/workshops/docs/The%20Difference%20Between%20Emergency%20Remote%20Teaching%20and%20Online%20Learning%20_%20EDUCAUSE%20(2).pdf. Acesso em: 10 mai. 21.

HOULDEN, Shandell; VELETSIANOS, George. Coronavirus pushes universities to switch to online classes–but are they ready. **The Conversation**, v. 12, 2020.

HUREMOVIĆ, Damir. Social distancing, quarantine, and isolation. In: **Psychiatry of pandemics**. Springer, Cham, 2019. p. 85-94. https://doi.org/10.1007/978-3-030-15346-5_8

IMPERATORI, Claudio et al. Global storm of stress-related psychopathological symptoms: a brief overview on the usefulness of virtual reality in facing the mental health impact of COVID-19. **Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking**, v. 23, n. 11, p. 782-788, 2020. https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0339

ISLAM, Md Akhtarul et al. Depression and anxiety among university students during the COVID-19 pandemic in Bangladesh: A web-based cross-sectional survey. **PloS one**, v. 15, n. 8, p. e0238162, 2020. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238162

JONES, C. Student anxiety, depression increasing during school closures, survey finds. **Oakland, CA: EdSource**, 2020. Disponível em: https://edsource. org/2020/student-anxiety-depressionincreasing-during-school-closures-survey-finds/631224. Acesso em: 25 abr. 2021.

KAUP, Soujanya et al. Sustaining academics during COVID-19 pandemic: the role of online teaching-learning. **Indian Journal of Ophthalmology**, v. 68, n. 6, p. 1220, 2020.. https://doi.org/10.4103/ijo.IJO_1241_20

KRUSZEWSKA, Aleksandra; NAZARUK, Stanisława; SZEWCZYK, Karolina. Polish teachers of early education in the face of distance learning during the COVID-19 pandemic–the difficulties experienced and suggestions for the future. **Education 3-13**, v. 50, n. 3, p. 304-315, 2022. https://doi.org/10.1080/03004279.2020.1849346

LAUKKONEN, Ruben Eero; BIDDEL, H.; GALLAGHER, Regan. Preparing humanity for change and artificial intelligence: learning to learn as a safeguard against volatility, uncertainty, complexity, and ambiguity. 2019. https://doi.org/10.31234/osf.io/g5qwc

MASON, Venola L.; GROVER, Tawana (2020). Addressing the SEL needs of students during and after COVID-19. **International Center for Leadership in Education**. Disponível em: https://leadered.com/addressing-the-sel-needs-of-students-during-after-covid-19/. Acesso em: 21 mai. 2021.

MISHRA, Lokanath; GUPTA, Tushar; SHREE, Abha. Online teaching-learning in higher education during lockdown period of COVID-19 pandemic. **International Journal of Educational Research Open**, v. 1, p. 100012, 2020. https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2020.100012

PÉREZ-JORGE, David et al. The effect of covid-19 in university tutoring models. **Sustainability**, v. 12, n. 20, p. 8631, 2020. https://doi.org/10.3390/su12208631

PHIPPS, Ronald; MERISOTIS, Jamie. What's the difference? A review of contemporary research on the effectiveness of distance learning in higher education. 1999.

RAPANTA, Chrysi et al. Online university teaching during and after the Covid-19 crisis: Refocusing teacher presence and learning activity. **Postdigital science and education**, v. 2, n. 3, p. 923-945, 2020. https://doi.org/10.1007/s42438-020-00155-y

ROBERTS, R. R. Flex distance learn. **Journal Open** (13), 91-107, 2009.

SCHLUND, J.; WEISSBERG, R. Leveraging social and emotional learning to support students and families in the time of COVID-19. **Learning Policy Institute. https://learningpolicyinstitute. org/blog/leveraging-social-emotional-learning-supportstudents-families-covid-19**, 2020. Disponível em: https://learningpolicyinstitute.org/blog/leveraging-social-emotional-learning-support-students-families-covid-19. Acesso em: 18 mai. 2021.

SCHMIDT, Beatriz et al. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos de Psicologia (campinas)**, v. 37, 2020. https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063

SCHRAMM, Harrison; RUBIN, Isaac; SCHRAMM, Norah. Covid-19 and high school grades: An early case study. **Significance (Oxford, England)**, v. 18, n. 2, p. 6, 2021. https://doi.org/10.1111/1740-9713.01500

SILVERMAN, David. **Interpretação de dados qualitativos: métodos para análise de entrevistas, textos e interações**. Bookman Editora, 2009.

SRIVASTAVA, Supraja et al. Emergency remote learning in anatomy during the COVID-19 pandemic: A study evaluating academic factors contributing to anxiety among first year medical students. **medical journal armed forces india**, v. 77, p. S90-S98, 2021. https://doi.org/10.1016/j.mjafi.2020.12.012

SU, Zhu et al. Investigating students' dynamic learning emotions and interactions in online discussion. In: **2020 Ninth International Conference of Educational Innovation through Technology (EITT)**. IEEE, 2020. p. 170-175. https://doi.org/10.1109/EITT50754.2020.00037

SUNDARASEN, Sheela et al. Psychological impact of COVID-19 and lockdown among university students in Malaysia: implications and policy recommendations. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 17, p. 6206, 2020. https://doi.org/10.3390/ijerph17176206

TAM, Gloria; EL-AZAR, Diana. Ways the coronavirus pandemic could reshape education. In *World Economic Forum*. 2020.

DOI: https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e91280

TANVEER, Muhammad et al. Covid-19 pandemic, outbreak educational sector and students online learning in Saudi Arabia. **Journal of Entrepreneurship Education**, v. 23, n. 3, p. 1-14, 2020. Disponível em: https://www.lincolnedu.education/pdf/faculty_members/6.%20Covid-19-pandemic-outbreak-educational-sector-1528-2651-23-3-589.pdf. Acesso em: 10 mai. 21.

VARNUM, P. COVID-19: Experts share insights on managing mental health. In: **World Economic Forum**. 2020. Disponível em: https://www.weforum.org/agenda/2020/03/covid19-coronavirus-mental-health-expert-insights/. Acesso em: 16 mai. 2021.

WANG, Xiaohui et al. Modeling emotion influence in image social networks. **IEEE Transactions on Affective Computing**, v. 6, n. 3, p. 286-297, 2015. https://doi.org/10.1109/TAFFC.2015.2400917

ZARETSKY, V. K.; AGEEVA, A. A. Problem of the Effectiveness of Parental Assistance to Children in Situations of Educational Difficulties From the Perspectives of the Reflection-Activity Approach and Cognitive-Behavioral Therapy. **Counseling Psychology and Psychotherapy**, v. 29, n. 3, p. 159-179, 2021. 10.17759/cpp.2020280208