

Permissividade, culpa, ansiedade: Um estudo qualitativo sobre significados simbólicos de tarefas procrastinadas como relatados por estudantes de Terapia Ocupacional de uma universidade brasileira

Palavras-Chave: estudantes de Terapia Ocupacional, procrastinação, Pesquisa Clínico-Qualitativa

Autores: Erick Gonçalves dos Santos - e-mail erick.gsantos@hotmail.com ⁽¹⁾, Egberto Ribeiro Turato ⁽²⁾.
(1) Terapeuta Ocupacional pela PUC-Campinas, bolsista FAPESP, (2) Professor Titular em Prática de Ciências, DPMP/FCM. Membros do LPCQ - Lab. de Pesquisa Clínico-Qualitativa (CNPq), Unicamp.

INTRODUÇÃO:

Levantamento feito nas bases de dados PubMed, SciELO, e BVS, os estudos sobre a procrastinação vêm crescendo, consistindo em adiamento ou postergação de tarefas. Estudos têm como foco a procrastinação em estudantes universitários, haja visto ser a população que mais procrastina deveres, sobretudo acadêmicos (Enumo; Kerbauy, 1999).

Encontram-se investigações na literatura sobre a saúde mental dos estudantes universitários, porém em relação a estudante de TO, são escassos. Com relação aos achados, Cavestro e Rocha (2006) em seu estudo encontrou que as alunas de TO possuem mais chances de desenvolver depressão em relação às alunas de medicina e fisioterapia. Considera a hipótese de que os objetivos sedutores do curso exercem influência na escolha, de forma desconhecida o que explicaria o maior número de estudantes nesta condição. O autor considera também a hipótese em relação a esses alunos conseguirem facilmente comentar sobre seu funcionamento psicológico em comparação com os outros cursos, como uma discrepância dos resultados obtidos. Em revisão sistemática

na área da saúde sobre desempenho acadêmico realizado por Teixeira, Prudêncio, Melian, Pivetta e Sperandio (2016) constataram que dentre os cursos de graduação da saúde, a TO está entre os cursos que não possuem publicações sobre o desempenho acadêmico, evidenciando uma carência de estudos para compreender os fatores que levam ao sucesso acadêmico deste segmento universitário.

Correia e Junior (2017) dizem que os estudos em sua maioria sobre a procrastinação não são capazes de explicar os conflitos existentes da temática. Sugerindo que haja estudos futuros com abordagens qualitativas, onde há mais proximidade do pesquisador com o fenômeno.

Tratando-se de tema relevante, sobretudo qualitativo, o alvo dessa pesquisa foi interpretar as atribuições dos estudantes de TO autodeclarados procrastinadores de uma universidade privada do Sudeste do Brasil em relação ao próprio comportamento de adiar suas atividades.

PARTICIPANTES E MÉTODO:

O desenho adotado é o *Método Clínico-Qualitativo* (MQC) de Turato (2013), almejando interpretar significados emocionais que indivíduos atribuem a fenômenos vivenciados. Está construído sobre três pilares:

-
- a) Atitude Clínica: valorização da inclinação da escuta/olhar para o sofrimento físico-mental do indivíduo sob estudo.
 - b) Atitude Psicanalítica: valorização da interação afetiva entre entrevistador-entrevistado presente, latente, durante a coleta de dados.
 - c) Atitude Existencialista: valorização de angústias presentes na pesquisa, enquanto inquietações normais, dos envolvidos.
-

O grupo amostral foi construído de modo *intencional* entre estudantes de graduação em TO. Estratégia intencional por buscar participantes com históricos pessoais específicos. Pela técnica da *bola-de-neve*, ou seja, com consentimento prévio por parte do indicado, um primeiro estudante identificado como procrastinador, indicou colegas que pudessem preencher os critérios de inclusão na amostra. Nos quais foram:

1. Ser aluno de graduação da faculdade de TO da Pontifícia Universidade Católica de Campinas - PUC-Campinas, local da coleta da amostra, ao menos um semestre cursado;
2. Ter sido indicado/a por pessoa da comunidade universitária e/ou tenha entrado em contato com o pesquisador por conhecimento de divulgação pública sobre a pesquisa, sendo estudante que reconhece em si a vivência de comportamento procrastinador;
3. Deu concordância nos itens do TCLE.
4. Apresentou-se em condições físicas, emocionais e intelectuais adequadas sem prejuízo significativo do atributo da validade metodológica, como esperado na obtenção de

informações verbalizadas em entrevistas clínico-psicológicas.

Como técnica para a coleta de dados de acordo com o método proposto, foram utilizadas:

1. *Entrevista Semidirigida de Questões Abertas em Profundidade*, com questão disparadora;
2. *Notas de Campo* com alvo de registrar dados que contextualizaram o curso da entrevista.

O fechamento da amostra deu-se pelo critério da saturação de informações teóricas de Glaser & Strauss e Fontanella & Colaboradores (2011). Das estratégias de entrada e familiarização ao campo e ao objeto de pesquisa (1) o investigador teve um período inicial para *ambientar-se*, isto é, reconstruir a relação com o funcionamento cotidiano das pessoas e do espaço natural; (2) *aculturação*, isto é, por cerca de um mês acompanhou estudantes informalmente em momentos sociais, sobretudo no campus em intervalos de aula, remotamente de forma online.

O tratamento dos dados, consistindo no *corpus*, isto é, o conjunto das entrevistas transcritas na íntegra e das notas de campo, foi por *Análise Conteúdo Clínico-Qualitativa*, nos Sete Passos de Faria-Schützer. A investigação estava prevista para os espaços frequentados pelos alunos de graduação da Faculdade de TO da PUC-Campinas. Devido à pandemia, em conformidade com TCLE, as entrevistas foram realizadas online pela ferramenta do Microsoft Teams.

RESULTADOS E DISCUSSÃO:

Quadro I - Caracterização da Amostra Campinas 2020

Nº Entrev Idade Sexo Ano Escolar

1	27	F	3º ano
---	----	---	--------

2	32	F	2º ano
3		F	3º ano
4	20	F	3º ano
5	20	F	2º ano
6	22	F	3º ano
7		F	3º ano

1) A Ansiedade Disparadora do Círculo Vicioso da Procrastinação

Relatos ganharam ênfase quanto à ansiedade, uma vivência emocional que faz os estudantes ficarem presos a um ciclo vicioso. Sentem-se impedidos de sair pela distância do desejo e da execução das tarefas. De outro modo a ansiedade parece um sentimento comum que está ligado à produtividade. Porém no discurso apresenta-se de forma incapacitante e produtora de sofrimento.

Muito, eu não sei se todo mundo que procrastina muito tem ansiedade, mas a minha teoria é que sim, porque por exemplo, vou me usar de exemplo, no meu caso é assim, eu fico muito ansiosa pra fazer uma coisa, e quanto mais ansiosa menos capacidade de fazer aquela coisa eu tenho (E1).

A ansiedade pode ser força motriz contra os corpos para realizar as tarefas exigidas. Entretanto, a ansiedade funciona como uma angústia aprisionada dentro do indivíduo pelo desejo de realização junto a falta de impulso para execução. Quanto mais a ordenação de Chronos (tempo consciente) persiste e a expressão dessas angústias sentidas pela tarefa não são expressas, ela se torna incapacitante. Paralisa o sujeito de agir e conserva a energia ambivalente dentro de si, produzindo mais ansiedade e podendo reverberar de outras formas no cotidiano.

muita ansiedade, estou com muita dificuldade de dormir, então estou muito ansiosa, muito nervosa, acabo vendo que as coisas estão se acumulando e eu não conseguindo fazer aquilo então isso tem me gerado muito sofrimento. (E2)

2) ‘A culpa é do diabinho’: a responsabilidade ameaçadora e ameaçada

A transição do aluno para a vida universitária é carregada de significados psicossociais. Exige responsabilidade pela tomada de decisão em sua vida, a somatória do confronto ocupacional que ele é submetido de tarefas acadêmicas, bem como outras demandas da vida colocam em ameaça o ego em ter de assumir as responsabilidades sobre diversas coisas. Observa-se nas explicações elementos externos, distanciando-se das próprias responsabilidades pelas atividades. Conforme verificamos no relato abaixo:

É o diabo falando assim na sua cabeça assim ó ou qualquer outra figura maléfica de outras religiões falando assim ó, assiste aula não, vai fazer outra coisa, aí você acaba fazendo outra coisa, e isso acaba que você tem esse, você se perde porque você não sabe o que está acontecendo na aula (E1)

Outro elemento curioso é estudos em que a cultura aparece como responsável pela procrastinação, e foi introduzida no relato dessa estudante. Porém ao mesmo tempo negando ser esse o principal elemento da sua procrastinação. Tal acaba por culpabilizar a ansiedade.

O jeitinho brasileiro culturalmente a gente é incentivado a “ah vamos dar migué”, sociedade do migué, sabe, ah, eu não sei se isso vai cair na sua pesquisa também, mas no meu caso é ansiedade” (E1)

A ansiedade não aparece como sentimento de auto expressão, mas como palavra

moralmente aceita na sociedade dentre os sentimentos que menos cabem julgamento. Talvez por estar ligado à produtividade, em uma sociedade capitalista de fato a ansiedade é aceita como plausível, e esta aparece como um significativo responsabilizado para esconder a responsabilidade (significado). E assim retornamos essa fala ao comportamento referido inicialmente “migué” da sociedade brasileira, será que colocar a culpa na ansiedade, ou qualquer outra coisa, também não é um “migué”?

3) Procrastinação: um relato da desmotivação e estratégias fracassadas

Durante as entrevistas buscou-se entender os significados das formas e estratégias de manejar a experiência da procrastinação, alguns relataram estratégias fracassadas com a intenção de cumprir os prazos das atividades. Há uma associação da procrastinação como algo negativo, uma armadilha que precisa ser evitada, uma ameaça, aparecendo nos relatos na busca de estratégias para evitá-la, por exemplo:

porque cair em procrastinação não tem como ser totalmente evitado, tem alguns momentos assim, eu acho que a pessoa vai acabar reduzindo ritmo né, algo que ela esperava, e vai uma frustração no caso, só que aí, como tipo, quanto mais a pessoa se conhece acho que melhor ela consegue contornar essa situação (E4)

Embora a mesma aluna tenha refletido que o processo de autoconhecimento é importante para não “cair na procrastinação”, ela e outros relataram utilizar métodos semelhantes ao proposto pelo referencial cognitivo comportamental, mas que essas estratégias se tornam fracassadas pois são desprovidas de fato de um terapeuta, e estão relacionadas a busca por fatores externos (ego auxiliar) para

impulsionar motivações internas. Não que isso seja bom ou mau, só não está sendo eficaz com o desejo, como relata a aluna:

é tentar me manter organizada então eu tenho uma agenda mais ou menos, mais ou menos organizada no google, Google Calender, acho que é assim que se fala, então assim isso me ajudou um pouco pra falar assim não isso aqui eu já fiz, tira, no google keep também, só que eu já fiz tira, e também eu uso behaviorismo comigo mesmo (risada). (E1)

A busca por estratégias embute o sentimento de querer ter a iniciativa para executar as tarefas, e por ser insuportável para o ego lidar com essa tomada de hábito ou comportamento, adiasse inclusive o próprio manejo da procrastinação.

já parei para pensar sobre, e aquela coisa de sempre, “ah não no próximo semestre eu mudo eu vou organizar uma rotina certinho para não gastar tanto”, mas Acaba, Acaba não acontecendo, acaba ficando na mesma rotina no mesmo ciclo de antes de realizar as mesmas coisas (E2)

Curiosamente a procrastinação está relacionada à vontade corresponder aos desejos do outro, portanto quando o indivíduo tenta corresponder aos seus, ele se sabotava, pois reconhece-se no outro e não em si, estando a procrastinação relacionada à distância dos próprios desejos e a vontade de suprir o outro, falhando, portanto, qualquer estratégia e cobranças de algum ego auxiliar. Veja:

ai como se fosse para com outra pessoa ...do jeito que pediram do jeito tem que ser feito ele vai tá pronto porque por mais que eu tenha toda a procrastinação, eu consiga dar o famoso jeitinho ele vai corresponder às expectativas.... esse sistema (de recompensa) não funciona comigo porque eu sempre pulo pra recompensa

CONCLUSÕES:

Existe uma gama de significados subjacentes aos atos procrastinatórios dos estudantes de TO, afetando de forma ambivalente seu cotidiano, ora de forma negativa, impedindo seu desempenho acadêmico e pessoal, ora de forma positiva permitindo um manejo temporal inconsciente, porém todos relataram estes aspectos negativos, mas que, no entanto, escondem uma forma de manutenção no cotidiano acadêmico deste público. Devido à pandemia, as entrevistas foram realizadas online, o que pode afetar de forma diferente uma relação transferencial. É possível que outros conteúdos pudessem emergir. Estes estudos podem contribuir para pensar a clínica em contextos de saúde e educação. Sugere-se estudos que visem explorar significados trazidos por estudantes e de outras áreas para fins comparativos de conceitos.

REFERÊNCIAS

Enumo Sônia Regina Fiorim, Kerbaury Rachel Rodrigues. Procrastinação: descrição de comportamentos de estudantes e transeuntes de uma capital brasileira. Rev. bras. ter. comport. cogn. [Internet]. 1999 Dez; 1(2): 125-133. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55451999000200003&lng=pt.

Cavestro, Julio de Melo e Rocha, Fabio Lopes. Prevalência de depressão entre estudantes universitários. Jornal Brasileiro de Psiquiatria [online]. 2006, v. 55, n. 4. pp. 264-267..

Teixeira FA; Prudêncio DA; Melian NTC; Pivetta HMF; Sperandio FF. Revisão sistemática acerca da produção científica na

área da saúde sobre desempenho acadêmico de universitários. R. bras. Ci. e Mov 2016;24(1): 189-199

Rodrigues Correia, Rony; de Moura Júnior, Pedro Jácome Aprendizagem e Procrastinação: Uma Revisão de Publicações no Período 2005-2015 REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, vol. 15, núm. 2, 2017, pp. 111-128 Red Iberoamericana de Investigación Sobre Cambio y Eficacia Escolar Madrid, España

Fontanella BJB, Ricas J, Turato ER. Amostragem em pesquisas qualitativas: proposta de procedimentos para constatar saturação teórica. Cad Saúde Pública.27(2): 389-394. 2011.

Turato ER. Tratado da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa: construção teórico-epistemológica, discussão comparada e aplicação nas áreas da saúde e humanas. 6a ed. Petrópolis: Ed Vozes; 2013.

Agradecimentos:

À Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo - FAPESP, processo 2020/01613-0, pela concessão de bolsa. Ao Laboratório de Pesquisa Clínico-Qualitativa - LPCQ, da Unicamp pela validação dos resultados por pares. Aos estudantes pela generosidade que aceitaram anonimamente a participar das entrevistas para concretização deste estudo.