

RESSALVA

Atendendo solicitação do(a) autor(a) o texto completo desta Dissertação será disponibilizado somente a partir de 22/02/2023.

**UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA JÚLIO DE MESQUITA
FILHO
FACULDADE DE CIÊNCIAS
Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e
Aprendizagem**

Marina Cristina Zotesso

**SOFRIMENTO PSICOLÓGICO EM PÓS-GRADUANDOS: ASPECTOS
EMOCIONAIS E COMPORTAMENTAIS**

BAURU

2021

Marina Cristina Zotesso

**SOFRIMENTO PSICOLÓGICO EM PÓS-GRADUANDOS: Aspectos emocionais e
comportamentais**

Tese apresentada como requisito para obtenção do título de Doutora à Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho – Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem, área de concentração Desenvolvimento: Comportamento e Saúde, sob orientação da Prof.^a Dr.^a Sandra Leal Calais.

BAURU

2021

Z89s

Zotesso, Marina Cristina

Sofrimento psicológico em pós-graduandos: : Aspectos emocionais e comportamentais / Marina Cristina Zotesso. -- Bauru, 2021
95 p.

Tese (doutorado) - Universidade Estadual Paulista (Unesp),
Faculdade de Ciências, Bauru
Orientadora: Sandra Leal Calais

1. Educação de Pós- Graduação. 2. Sofrimento psicológico. 3.
Desempenho acadêmico. I. Título.

ATA DA DEFESA PÚBLICA DA TESE DE DOUTORADO DE MARINA CRISTINA ZOTESSO, DISCENTE DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO E APRENDIZAGEM, DA FACULDADE DE CIÊNCIAS - CÂMPUS DE BAURU.

Aos 22 dias do mês de fevereiro do ano de 2021, às 14:00 horas, no(a) Faculdade de Ciências (Unesp - Campus de Bauru), realizou-se a defesa de TESE DE DOUTORADO de MARINA CRISTINA ZOTESSO, intitulada **Sofrimento psicológico em pós-graduandos: Aspectos emocionais e comportamentais**. A Comissão Examinadora foi constituída pelos seguintes membros: Profa. Dra. SANDRA LEAL CALAIS (Orientador(a) - Participação Virtual) do(a) Departamento de Psicologia / Unesp, Faculdade de Ciências, Bauru, Profa. Dra. SANDRA REGINA GIMENIZ PASCHOAL (Participação Virtual) do(a) Departamento de Fonoaudiologia e Programa de Pós-Graduação em Educação / Unesp, Faculdade de Filosofia e Ciências, Marília, Prof. Dr. ROBSON NASCIMENTO DA CRUZ (Participação Virtual) do(a) Departamento de Psicologia / PUC - MG, Prof. Dr. CARLOS EDUARDO LOPES VERARDI (Participação Virtual) do(a) Departamento de Educação Física / UNESP - Faculdade de Ciências de Bauru - SP. Após a exposição pela doutoranda e arguição pelos membros da Comissão Examinadora que participaram do ato, de forma presencial e/ou virtual, a discente recebeu o conceito final **APROVADA**. Nada mais havendo, foi lavrada a presente ata, que após lida e aprovada, foi assinada pelo(a) Presidente(a) da Comissão Examinadora.



Profa. Dra. SANDRA LEAL CALAIS

A todos os estudantes, em especial aos pós-graduandos, que dedicam suas vidas aos estudos e à ciência, e que diariamente se doam a essa causa. O futuro sempre estará nas mãos de vocês, nunca desistam!

À minha orientadora Dr.^a Sandra Leal Calais, que nunca fez o uso da coerção, soube cuidadosamente orientar não somente esse trabalho, como todos os meus sonhos na área acadêmica. Sempre será meu maior referencial de perfeita docente, o exemplo que sigo e o modelo de professora que um dia almejo ser.

AGRADECIMENTOS

A Deus acima de todas as coisas, por me capacitar diariamente na jornada da vida a qual escolhi percorrer.

A todos os professores que gentilmente colaboraram para a coleta de dados, disponibilizando um espaço em suas disciplinas para a aplicação dos instrumentos junto aos seus alunos.

A todos os alunos que participaram do estudo, contribuindo não somente para a presente pesquisa, como para a ciência de forma geral. Gratidão não somente pela colaboração, como pelos inúmeros respaldos de desejos de boa sorte com a pesquisa e votos de parabéns pela escolha do tema.

A minha mãe, que com toda sua sabedoria e amor soube guiar meus passos, me apoiar e auxiliar em todas as fases da pesquisa e de minha vida. A ela devo todos os momentos que agi com calma, paciência e sabedoria. Também tenho a eterna gratidão por todos os frutos que colhi, não somente como professora e psicóloga clínica, mas como ser humano que aprendeu e aprende diariamente a levar o amor onde houver o ódio, por meio de seus ensinamentos diários e modelo de perfeita mulher que é, e que ao meu ver atinge um nível máximo de ser angelical. Gratidão a Deus por dar-me a ti como mãe.

A meu pai, que cuidadosamente soube me dar as mãos nos momentos de dificuldade e levou-me a um nível máximo de minha resiliência e capacidade de ação. Por meio dele percebi a força que tenho dentro de mim.

A meu irmão, modelo de doçura e inteligência que tenho. Meu eterno amigo que me mostrou os passos necessários para acreditar na pós-graduação, na docência, e nos sonhos enquanto pesquisadora e profissional que me tornei. A coroa sempre esteve com você, pois rei nasce rei, não se torna.

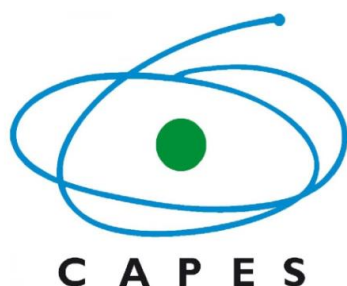
A minha querida amiga Gabi, que desde a graduação me acompanha e me inspira. Minha irmã, psicóloga e amiga, gratidão por todos os passos que deu comigo em minha jornada, sem você ela não teria sido tão doce e leve.

A todos os meus alunos, que diariamente me ensinaram mais do que eu própria poderia os ensinar, vocês revelaram a mim, um lado meu que eu própria desconhecia: o amor incondicional por “estranhos” que se tornam “filhos(as)” na jornada do saber.

Às minhas alunas Maiara e Luana que me auxiliaram na tabulação dos dados da presente pesquisa. Gratidão, queridas! A Tâmara Lindau e a minha amiga Helô, psicóloga, que me auxiliou com a coleta de dados na UFSCar.

Ao programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem – UNESP – Bauru.

À Prof.^a Dr.^a Sandra Gimeniz-Paschoal, ao Prof. Dr. Robson Nascimento da Cruz, ao Prof. Dr. Carlos Eduardo Verardi, à minha querida orientadora Prof.^a Dr.^a Sandra Leal Calais.



O presente trabalho foi realizado com o apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de financiamento 001.

“Doutor é quem tem doutorado” (BRASIL, 1827)

Adquira a sabedoria, adquira a inteligência e não se esqueça delas, nem se afaste dos meus conselhos. Não abandone a sabedoria, e ela o guardará. Ame a sabedoria, e ela o protegerá. O princípio da sabedoria é adquirir a sabedoria. Adquira a inteligência usando tudo o que você possui. Conquiste a sabedoria, e ela o exaltará. Abrace-a, e ela o honrará. Ela colocará em sua cabeça um belo diadema, e o cingirá com uma brilhante coroa (BÍBLIA SAGRADA, Provérbios, 4, 5-9).

ZOTESSO, M. C. **Sufrimento psicológico em pós-graduandos:** Aspectos emocionais e comportamentais. 2021. 95f. Tese (Doutorado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – UNESP, Faculdade de Ciências, Bauru, 2021.

RESUMO

O adoecimento na pós-graduação *stricto sensu* tornou-se tema recorrente de discussão pelo alto índice e registros de discentes em sofrimento psicológico, bem como pelos dados significativos de evasão na Pós-Graduação. O ambiente acadêmico engloba inúmeras variáveis estressoras, como exigências e carga horária elevada aos alunos e orientadores, competição acadêmica (seja entre alunos ou entre programas de pós-graduação), exigência de perfeccionismo e falta de perspectiva e valorização do pós-graduando. Pesquisas atuais apontam o alto número de estudantes com depressão, estresse e que cometem suicídio, bem como apresentam intenção recorrente de abandonar os estudos. Pela condição atual que o Brasil passa, de crise econômica, o número de bolsas de estudos teve queda significativa nos últimos anos, levando à necessidade de associar os estudos a uma ou mais ocupações profissionais, e concomitantemente gerando um atraso nas tarefas, baixo rendimento e exaustão dos discentes. O objetivo desse trabalho foi investigar o acometimento e a incidência de estresse, pensamentos depressivos, percepção de suporte social e de concorrência acadêmica em estudantes de pós-graduação de três grandes universidades (USP, UNESP e UFSCar) de três cidades (São Carlos, Bauru, Marília). A pesquisa comportou uma amostra de conveniência de 189 pós-graduandos, contemplando cursos de Engenharias, Psicologia, Fonoaudiologia, Educação, Design e Ciências Sociais, que responderam a quatro instrumentos, ISSL, EPD e EPSUS-A e um questionário elaborado pela autora. Os resultados obtidos apontaram um índice de estresse superior a 50% da amostra em todos os cursos, independente da nota CAPES, evidenciando a alta competitividade acadêmica, em especial nos cursos com elevado número de publicações e manuscritos. O número de discentes que

recebe suporte de agências de fomento mostrou-se extremamente baixo, bem como dos alunos que indicaram ter dedicação exclusiva à pesquisa. Os dados comparativos indicam diferenças quanto aos quesitos obtenção de bolsa, baixa desesperança e aspectos afetivos reduzidos. O adoecimento, bem como sofrimento psicológico dos pós-graduandos foi uma variável marcante dos resultados, indicando que a baixa valorização dos discentes repercute diretamente na saúde dos mesmos, bem como na produtividade, e possivelmente na vida docente iniciante. Com o estudo concluiu-se que os discentes indicam altos níveis de adoecimento e percepção da competição acadêmica entre pares, assim também o baixo suporte financeiro destinado aos mesmos para elaboração e manutenção de pesquisas interfere na produtividade científica e concomitantemente nos aspectos emocionais enquanto pós-graduando e futuros docentes. Maiores estudos, avaliando de forma prospectiva o comportamento e saúde dos pós-graduandos, bem como as novas variações comportamentais após o COVID-19 se fazem de extrema importância para orientação dos programas de pós-graduação, tais com agências de fomento, apoiando e incentivando os pesquisadores e futuros professores brasileiros.

Palavras-chave: Educação de Pós-Graduação. Sofrimento psicológico. Desempenho acadêmico.

ZOTESSO, M. C. **Psychological suffering in graduate students: Emotional and behavioral aspects.** 2021. 95f. Thesis (PhD in Developmental and Learning Psychology) - UNESP, Faculty of Sciences, Bauru, 2021.

ABSTRACT

Illness in the *stricto sensu* graduate program has become a recurring topic of discussion due to the high rate and records of students in psychological distress, as well as the data obtained from dropout in graduate school. The academic environment includes classes of stressors, such as demands and high workload for students and supervisors, academic competition (either between students or graduate programs), demand for perfectionism and lack of perspective and appreciation of the graduate student. Current research points to the high number of students with depression, stress and committing suicide, as well as the recurring intention to drop out of school. Due to the current condition that Brazil is going through, of economic crisis, the number of scholarships has decreased in recent years, leading to the need to associate studies with one or more professional occupations, and concomitantly generating a delay in tasks, low income and exhaustion of students. The objective of this work was to investigate the involvement and stress stress, depressive thoughts, perception of social support and scientific competition in graduate students from three major universities (USP, UNESP and UFSCar) in three cities (São Carlos, Bauru, Marília). The research included a convenience sample of 189 graduate students, covering courses in Engineering, Psychology, Speech Therapy, Education, Design and Social Sciences, which obtained four instruments, ISSL, EPD and EPSUS-A and a questionnaire prepared by the author. The results obtained showed a stress index higher than 50% of the sample in all courses, regardless of the CAPES score, showing an academic high, especially in courses with a high number of publications

and manuscripts. The number of students received from funding agencies is known to be extremely low, as well as the number of students who indicated that they have exclusive dedication to research. Comparative data indicate differences in terms of obtaining a scholarship, low hopelessness and reduced affective aspects. The illness, as well as psychological distress of the graduate students was a marked variable of the results, indicating that the low valuation of the students has a direct impact on their health, as well as on productivity, and possibly on the beginning teaching life. With the study concluded that the students indicate high levels of illness and perception of academic competition among peers, so also the low financial support destined to them for the preparation and maintenance of research interferes in scientific productivity and concomitantly in the emotional aspects while post-graduating. and future teachers. Larger studies, prospective assessment of the behavior and health of graduate students, as well as new behavioral variations after COVID-19, are extremely important to guide graduate programs, such as funding agencies, supporting and encouraging Brazilian researchers and future professors.

Keywords: Graduate Education. Psychological Suffering. Academic achievement.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 - Percentual de abandono/desligamento por grande área em relação ao total de matriculados (2013 a 2015)	25
Figura 2 - Crescimento dos cursos de pós-graduação.....	26
Figura 3 - Percepção da competição acadêmica.....	55

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Alunos matriculados e titulados nos cursos de mestrado e doutorado no Brasil, no período de 1998-2018.....	24
Tabela 2 - Médias $\pm$ desvio padrão dos fatores dos instrumentos EPD e EPSUS-A.....	Erro!
Indicador não definido.	54
Tabela 3 - Distribuição de média $\pm$ desvio padrão das Engenharias da USP e UNESP divididas por nível de pós-graduandos (mestrado e doutorado), juntamente com o valor de p para os efeitos individuais e interação faculdade x nível.	55
Tabela 4 - Distribuição de média $\pm$ desvio padrão das psicologias da UFSCar e UNESP, juntamente com o valor de p	62
Tabela 5 - Distribuição de média $\pm$ desvio padrão dos cursos de Ciências Humanas e Ciências Sociais divididas por cidades dos cursos (Bauru e Marília), juntamente com o valor de p para os efeitos individuais e interação curso x cidade.....	65
Tabela 6 - Distribuição de média $\pm$ desvio padrão dos alunos de mestrado nas áreas do conhecimento de engenharia, saúde, humanas e sociais, juntamente com o valor de p	69
Tabela 7 - Distribuição de média $\pm$ desvio padrão dos alunos dependente da nota CAPES (4,5,6 e 7), juntamente com o valor de p	73

LISTA DE SIGLAS

ANOVA	Análise de variância
ANPG	Associação Nacional de Pós-Graduandos
APA	American Psychiatric Association
CNE	Conselho Nacional de Educação
COVID-19	Corona Virus Disease
CPA	Centro de Psicologia Aplicada
DSM-5	Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais, 5ª edição
EVA	Escala analógica visual
FEA-USP	Faculdade de Economia e Administração da Universidade de São Paulo
FGV-SP	Fundação Getúlio Vargas de São Paulo
FUVEST	Fundação Universitária para o Vestibular
GEOCAPES	Cartograma de informações quantitativas com precisão geográfica da Pós-Graduação
MBA	Master Business Administration
MBI-SS	Maslach Burnout Inventory-Student Survey
MEC	Ministério da Educação
OMS	Organização Mundial da Saúde
PG	Pós-Graduação
PPG	Programa de Pós-graduação
SB	Síndrome de Burnout
SGA	Síndrome Geral de Adaptação
UFRJ	Universidade Federal do Rio de Janeiro
UFSCar	Universidade Federal de São Carlos
WHO	World Health Organization

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	19
1.1 Pós-graduação no Brasil	21
1.2 Estresse	27
1.3 Depressão.....	32
1.4 Percepção de suporte social.....	33
1.5 Competição acadêmica.....	35
1.6 Adoecimento nos pós-graduandos de psicologia.....	39
PERGUNTAS DE PESQUISA	42
2 HIPÓTESE.....	42
3 OBJETIVOS	42
3.1 Geral	43
3.2 Específicos.....	43
4 MÉTODO	443
4.1 Aspectos éticos	443
4.2 Delineamento do projeto	443
4.3 Participantes.....	44
4.3.1 Critérios de inclusão	44
4.3.2 Critérios de exclusão	44
4.4 Local	44
4.5 Instrumentos	44
4.6 Procedimento para coleta de dados	46
4.7 Procedimento para análise dos dados	48
5 RESULTADOS	48
6 DISCUSSÃO	77

7 CONCLUSÃO.....	82
REFERÊNCIAS.....	85
APÊNDICES	94
ANEXO.....	97

1 INTRODUÇÃO

A temática do sofrimento psicológico é alvo de inúmeros estudos, e com distintas populações. A sintomatologia de estresse, depressão e ausência de suporte social se apresenta de forma extremamente alta em todas as faixas etárias e culturas, ocasionando comportamentos de risco como solidão, desmotivação e ideação suicida. Embora o tema apontado seja amplamente analisado na área da psicologia, poucos são os estudos que se dedicam a pesquisar tais variáveis estabelecedoras, a incidência e taxas de adoecimento nos pós-graduandos.

Sabe-se que o número de programas de pós-graduação, em nível de mestrado e doutorado, vem crescendo de forma constante no Brasil e, concomitantemente, o número de estudantes inseridos em tais programas. O adoecimento está pautado na inserção dos estudos na pós-graduação, mas entre outros motivos, no fato de que muitos estudantes necessitam de outras atividades e ocupações rentáveis quando não recebem apoio financeiro para execução da pesquisa. A alta carga de atividades favorece o estresse e a depressão em tal população e pode por sua vez ser disseminada aos que compõem os âmbitos profissionais e familiares da pessoa considerada.

Com o apoio financeiro, os estudantes de pós-graduação podem usufruir de outros reforçadores, como melhor qualidade de vida, em termos de estadia, saúde, bem como de dedicação aos estudos, expandindo suas análises, amostra pesquisada, bem como regiões a serem contempladas pela pesquisa. A falta de suporte financeiro limita o aluno e o desenvolvimento das atividades a serem realizadas. Logo, a necessidade requerida para o mesmo de se sustentar e ao mesmo tempo ter dedicação aos estudos é um dos motivos que acarreta a baixa produtividade acadêmica, ligada a poucas publicações nacionais e em especial de âmbito internacional, englobando também pior desempenho dos docentes, e seguido de avaliações inferiores para os programas de pós.

Neste cenário, no qual há poucos estudos com pós-graduandos, e que comparem áreas distintas de inserção na pós, o presente trabalho teve por enfoque avaliar a presença de estresse dos estudantes, pensamentos depressivos, percepção de suporte social e de concorrência acadêmica e suas relações no programa no qual estão inseridos. Para tal pesquisa foram utilizados instrumentos genuinamente brasileiros, validados nesta população,

diferenciando-se dos demais estudos que utilizaram outros instrumentos de avaliação e análise.

Ressalta-se ainda que são extremamente escassos os estudos que identificam o estresse e a depressão em pós-graduandos de psicologia, uma vez que os mesmos usualmente são os responsáveis pelas avaliações psicológicas em outras amostras.

O trabalho procurou investigar participantes de pós-graduação nos cursos de Engenharia Civil, Produção, Mecânica, Educação, Fonoaudiologia, Psicologia, Design, Ciências Sociais, além de buscar a partir dos resultados qual área do conhecimento está mais acometida pelo estresse, pensamentos depressivos, percepção de suporte social e da competitividade acadêmica.

O trabalho apresenta em seu início uma revisão da literatura sobre o surgimento da pós-graduação e seus desdobramentos ao longo dos anos, bem como a investigação do acometimento e a incidência de comportamentos que desencadeiam o sofrimento psicológico em estudantes de pós-graduação no Brasil. Conteúdos como o surgimento da pós-graduação, em especial no Brasil, o surgimento dos órgãos responsáveis pela pós-graduação e se discute os desafios da pós-graduação no Brasil, suas distinções em termos de titulação e dados sobre a evasão dos estudantes são abordadas ao longo da revisão. O estudo ainda amplia os quesitos de estresse, depressão, suporte social e competição acadêmica na vida de estudantes pós-graduandos, enfatizando a incidência dos mesmos, e possíveis fatores desencadeadores de tais condições. Ao final são apresentadas considerações gerais sobre as investigações realizadas, com indicações para futuros estudos na área.

A escolha da temática alvo de estudos se deu a partir da vivência da pesquisadora e suas relações durante o período de pós-graduação, averiguando o adoecimento de colegas, tanto pela alta cobrança das publicações, orientadores, bem como da disputa interna que se expandia desde o número de produções acadêmicas, até as ambições e projetos futuros de âmbito profissional. A pós-graduação é um ambiente extremamente reforçador no que tange ao ensino e a pesquisa, contudo na realidade brasileira as ideias iniciais sobre ser um pesquisador tendem, em grande parte, a serem frustradas pelo pouco incentivo governamental e econômico do Brasil. A pesquisadora em sua vivência pôde, contudo, perceber que o suporte social, advindo dos amigos, familiares e acima de tudo do orientador modifica toda a trajetória acadêmica, não somente no ponto de vista de produção, mas em especial de

qualidade de vida e saúde psicológica, dando suporte e sendo alicerce para sobreviver na realidade brasileira de ensino.

1.1 Pós-graduação no Brasil

Os desafios postos à educação superior, em especial à pós-graduação, bem como destinados a áreas de pesquisa, desenvolvimento e prestação de serviços científicos e tecnológicos são alvos de estudos há anos (ROCHA NETO, 2010). Contudo, ao ser mencionado o adoecimento, bem como as diversas facetas que estão envolvidas no percurso do pós-graduando, cabe brevemente examinar o histórico da pós-graduação no Brasil e sua evolução até os dias atuais, que corroboram com as vivências contemporâneas de tais estudantes.

De acordo com Santos (2003), a partir do Estatuto das Universidades Brasileiras, na década de 1930 se dá início à pós-graduação no Brasil, sob os moldes da pós-graduação europeia. A implementação de tais padrões pôde ser observada em especial nos cursos de Direito e Filosofia respectivamente da Universidade do Rio de Janeiro e da Universidade de São Paulo. Na sequência de tal histórico, especificamente na década de 1940, foi utilizada pela primeira vez o termo “pós-graduação”, no Artigo 71 do Estatuto da Universidade do Brasil, sendo, na sequência de 10 anos após, firmadas parcerias importantes para ciência e pesquisa, contribuindo para docentes e discentes brasileiros bem como pontes com pesquisadores estrangeiros (NOBRE; FREITAS, 2017; SANTOS, 2003).

A Pós-Graduação (PG) contudo se firma no Brasil a partir do Parecer nº 977, de 3 de dezembro de 1965, pelo Conselho Nacional de Educação (CNE), reconhecido como Parecer Sucupira ou Parecer Newton Sucupira, gerando os dois níveis de formação mais conhecidos, os títulos de mestre e doutor (ALVES; OLIVEIRA, 2014; MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 1965; NOBRE; FREITAS, 2017; SANTOS; AZEVEDO, 2009; SANTOS, 2003). Cabe salientar que nesse mesmo período, ocorria um momento histórico no país denominado ditadura ou regime militar, instaurado em 1º de abril de 1964 com duração até 15 de março de 1985, o qual trouxe repercussões marcantes como mutilação de bibliotecas, expulsão de docentes e discentes que, embora graves, não diminuíram a potência e inserção da pós-graduação, proporcionando cada vez mais o desenvolvimento das atividades fundamentais para sua existência: pesquisa científica, tecnológica e cultural, proporcionando à pós-

graduação um movimento de estruturação, normatização e institucionalização, adotando uma sistemática de avaliação, cujas diretrizes e bases se perpetuam até os dias atuais (ALVES; OLIVEIRA, 2014; SANTOS; AZEVEDO, 2009).

Frente aos movimentos políticos e culturais, a pós-graduação teve grande crescimento no Brasil (ALVES; OLIVEIRA, 2014; SANTOS; AZEVEDO, 2009). O modelo norte-americano na pós-graduação teve sua estrutura organizada em cursos *lato sensu* (especialização) e *stricto sensu* (mestrado e doutorado) (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 1965).

A divisão denominada *lato sensu* integra os cursos de aperfeiçoamento, especialização (360h) e os cursos de *Master Business Administration* (MBA) (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2007; MOROSINI, 2009). A *stricto sensu*, por sua vez, tem como objetivo desenvolver e aprofundar a formação científica ou cultural adquirida no âmbito da graduação - Parecer nº 977/1965 e Parecer nº 77/1969 do CFE -, sendo exclusivamente cursos para obtenção das titulações de mestre e doutor (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 1965, 2001). Cabe salientar que os cursos de mestrado e doutorado, embora hierarquizados, constituem níveis autônomos entre si e, em princípio, sem relação de pré-requisito entre eles e subclassificados em âmbito acadêmico ou profissional (FUNDAÇÃO COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR [CAPES], 1998, 2019a; MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 1965, 2017). Contudo, este trabalho irá restringir-se ao âmbito acadêmico.

A CAPES (2017) é referência quanto a expansão e consolidação da pós-graduação *stricto sensu* (mestrado e doutorado) em todos os estados da Federação. As atividades sob responsabilidade da CAPES são agrupadas em linhas de ações, que variam desde a avaliação dos programas *stricto sensu*, promoção da cooperação científica (nacional e internacional), até a avaliação dos professores lecionando de modo presencial ou à distância, além dos cursos de especialização e mestrado profissionalizante.

Segundo Cirani, Campanario e Silva (2015), uma crítica recorrente sobre a formulação das duas divisões mencionadas acima está pautada no fato de que para os cursos *lato sensu*, a oferta de especializações e MBAs tem crescido de forma desenfreada, com pouca rigidez e planos de ensino mal desenvolvidos, embora a procura seja grande em função de melhorias salariais, especialmente em empresas.

No âmbito dos cursos *stricto sensu* a preocupação é dobrada, pois algumas instituições começam a oferecer cursos de mestrado e doutorado sem processos seletivos para o ingresso, tempo extremamente curto para conclusão e pesquisas pouco justificadas, com embasamento teórico escasso e com custo financeiro muito alto. Dessa forma, a busca pelo título de mestre e doutor, com formação que não corresponde a tal titulação, compromete não somente o ensino, mas banaliza programas de pós-graduação comprometidos com a pesquisa e seus objetivos, como a busca e investimentos na ciência e contribuições acadêmicas duradouras. São instituições que visam somente fins lucrativos e excluem os critérios fundamentais de rigor e seriedade da pesquisa para obtenção de tais títulos.

A titulação de doutor, em especial, é a mais almejada, contudo sabe-se que a determinadas profissões atribui-se como prefixo o título de doutor, sem de fato realizarem o doutorado. Tal conceito de “doutor” a quem não tem doutorado está vinculada a uma cultura antiga, que popularmente consagrou-se, indicando a atribuição de respeito ao profissional, porém doutor somente é quem possui tal titulação comprovada pela CAPES e MEC, sendo tal afirmação corroborada por meio da Lei de 1827, com recortes específicos para o 5.º Anno, Art. 9º, e Capítulo XIII (BRASIL, 1827).

De acordo com o Sistema de informações Georreferenciadas da CAPES (GEOCAPES), 2019b), em sua última atualização realizada em julho de 2019, são expostos diversos dados da pós-graduação e, dentre eles, os alunos matriculados e titulados nos cursos acadêmicos, no período de 1998 a 2018 conforme Tabela 1.

Tabela 1 - Alunos matriculados e titulados nos cursos de mestrado e doutorado no Brasil, no período de 1998-2018

Ano	Doutorado matriculados	Doutorado Titulados	Mestrado matriculados	Mestrado titulados
1998	26.697	3.915	49.387	12.351
1999	29.895	4.831	54.792	14.938
2000	32.900	5.318	60.425	17.611
2001	35.134	6.040	62.353	19.651
2002	37.728	6.894	63.990	23.457
2003	40.213	8.094	66.951	25.997
2004	41.261	8.093	69.190	24.755
2005	43.942	8.989	73.805	28.605
2006	46.572	9.366	79.050	29.742
2007	49.667	9.915	84.356	30.559
2008	52.750	10.711	88.295	33.360
2009	57.917	11.638	93.016	35.686
2010	64.588	11.314	98.611	36.247
2011	71.890	12.321	105.240	39.544
2012	79.478	13.912	109.515	42.878
2013	88.337	15.650	109.720	45.490
2014	95.383	17.286	114.341	46.245
2015	102.207	18.996	120.050	47.644
2016	107.640	20.603	126.436	49.002
2017	112.004	21.591	129.220	50.306
2018	114.867	22.894	131.607	51.610

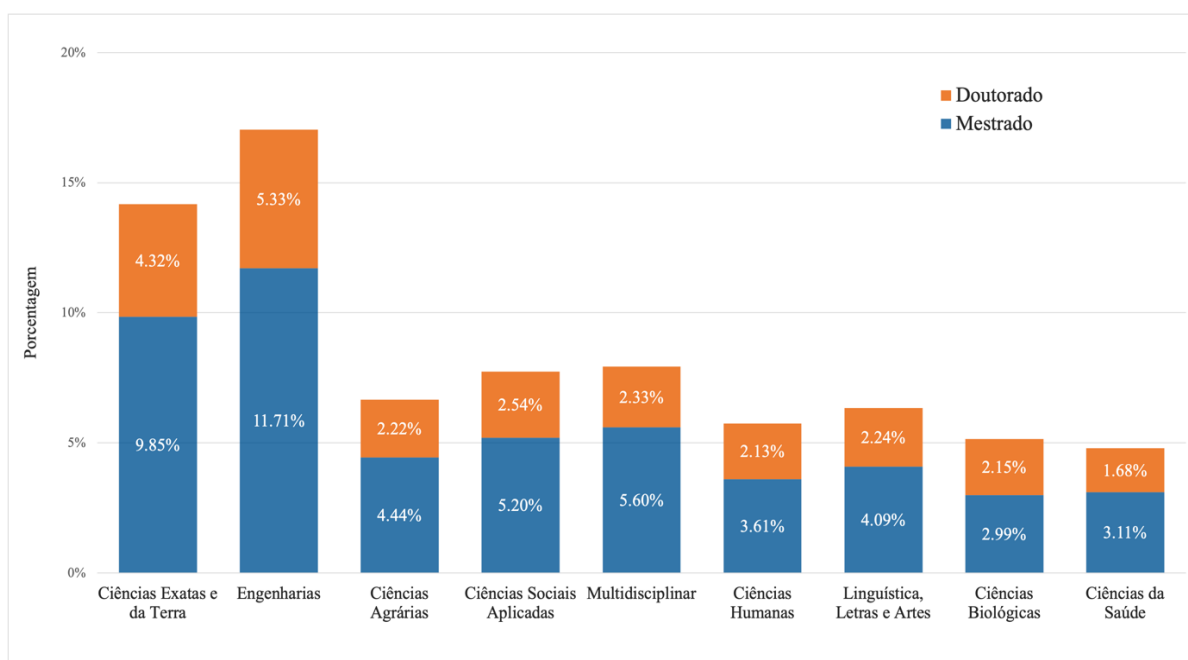
Fonte: geocapes.capes.gov.br/geocapesds, extraído em 25/07/2019

A partir de dados expostos na Tabela 1, observa-se a grande evasão dos alunos na pós-graduação ao estimarmos como prazos padrões a conclusão de dois anos para o mestrado e quatro para o doutorado. Quanto ao número de discentes desistentes da pós-graduação as possibilidades para tal são diversas, podendo estar ligadas a fatores pessoais e institucionais, bem como aos níveis acadêmicos e socioeconômicos (RUEDA; PINILLA, 2014).

De acordo com a GEOCAPES (2018), ao estipular dois anos como prazo para conclusão do mestrado, tem-se como últimos resultados que em 2017 houve 129.220 alunos matriculados no Brasil, contudo apenas 51.610 alunos concluíram o mestrado dentro do prazo, obtendo o título no ano de 2018. Fornecendo dessa forma o número de desistências

e/ou atrasos da conclusão do mestrado de 77.610 alunos. A Figura 1 aponta o percentil de abandono/ desligamento entre 2013 a 2015, e evidencia que a área com maior concentração para o mestrado foi das Engenharias, com 11.71%, seguido por Ciências Exatas e da terra, com 9.85%.

Figura 1 - Percentual de abandono/desligamento por grande área em relação ao total de matriculados (2013 a 2015)



Fonte: Adaptado de Ministério da Educação e CAPES (2017).

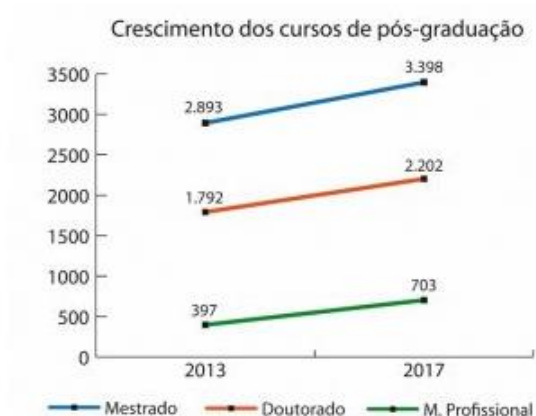
Nos dados do doutorado, de acordo com a GEOCAPES (2018) em 2015 registram-se como matriculados 102.207 alunos, porém com o prazo padrão dos programas de pós-graduação de quatro anos para conclusão e obtenção do título, em 2018 apenas 22.894 indivíduos receberam o título de doutor, apontando dessa forma uma desistência ou atraso de 79.313 pós-graduandos. A Figura 1 registra ainda que dos cursos com maior abandono ou desligamento no doutorado encontram-se as Engenharias, com 5.33%, e as Ciências Exatas e da Terra com 4.32%. Segundo a GeoCapes observa-se que o número de titulações, em especial do doutorado, é reduzido frente aos dados de alunos matriculados, o que leva a questionar qual razão haveria para um possível número de desistências e prorrogações da pós-

graduação, além de se considerar as dilações de prazo, intercâmbios, afastamentos por doença ou gravidez (GEOCAPES, 2015).

Embora os dados de evasão sejam significativamente altos a partir do comparativo de anos da estatística fornecida pela GEOCAPES [CAPES], 2019b), a literatura aponta crescimento prospectivo, da pós-graduação no Brasil, em especial para o mestrado, e em faculdades do setor privado (CIRANI; CAMPANARIO; SILVA, 2015). De acordo com a Geocapes, até 2016 houve um crescimento de ingressantes na PG de mais de 800%. Segundo Nobre e Freitas (2017) tal crescimento pode contribuir para a redução da desigualdade em determinadas regiões do país, bem como entre áreas do conhecimento (Figura 2).

O aumento de pós-graduandos pode estar possivelmente associado a dois pontos específicos: busca pelo suporte financeiro (bolsas de estudos) e/ou uma alternativa para o desemprego, que em especial no ano de 2016 aumentou muito no Brasil em função da movimentação política, para garantir maior capacitação para futuro ingresso no mercado de trabalho. De acordo com Mattos (2007), a possibilidade remota de ser contemplado com uma bolsa de estudos durante a pós-graduação pode também ser identificada como fator de decisão para a entrada dos alunos mais jovens, especialmente no mestrado.

Figura 2 - Crescimento dos cursos de pós-graduação



Fonte: Dados CAPES (2017)

O estudo de Silva e Bardagi (2015) destaca dificuldades enfrentadas pelos pós-graduandos de todas as áreas do conhecimento em território brasileiro, dentre elas cabe salientar as comumente relatadas pelos estudantes. Nas palavras das autoras, “[...] quase que

com unanimidade, a delimitação do tempo e o manejo quantitativo dos altos índices de produção foram sentidos como os elementos que mais trouxeram dificuldades na formação do curso de mestrado[...]” (p. 693).

As autoras complementam com outros pontos de alta relevância nas dificuldades básicas, como a preocupação com o cumprimento dos prazos e dificuldades em escrever, mencionadas por alunos de PG de Engenharia Civil e Medicina. Outras ainda como dificuldades com o pouco tempo para a conclusão, em alinhar teoria e prática, expectativas quanto a manuscritos e teses e problemas na relação orientando-orientador (SILVA; BARDAGI, 2015).

Não bastando tais dificuldades mencionadas anteriormente, nos últimos anos, especialmente atingindo seu ápice em meados de 2017, as informações recorrentes sobre o corte de verbas destinado à PG aterrorizaram os estudantes de pós-graduação. O assunto ainda é recente e traz “promessas” preocupantes sobre o futuro da pós-graduação, em especial do suporte para manutenção da pesquisa e do pesquisador.

Em 2017, a Associação Nacional de Pós-Graduandos (ANPG) divulgou dados oficiais coletados no site do CNPq apontando que foram pagas em julho de 2017 45% menos bolsas de mestrado e doutorado em relação a 2015 (JUNTA, 2017). A perspectiva de melhora infelizmente não ocorreu e, em agosto de 2018, a CAPES lançou uma nota estimando que 200 mil bolsas poderiam ser suspensas a partir de agosto de 2019, entre as quais, 93 mil de pós-graduação (mestrado, doutorado e pós-doutorado) (UOL, 2018). Essa torna-se atualmente uma das grandes dificuldades do pós-graduando, pois sem verbas não há como custear despesas pessoais, nem tão pouco investir na pesquisa, culminando dessa forma não somente em desmotivação quanto aos estudos, mas desencadeando fatores de adoecimento psicológico nos pós-graduando, como estresse elevado e desesperança sobre um futuro na área acadêmica.

1.2 Estresse

O estresse acadêmico é um fenômeno complexo, e deve ser analisado de forma panorâmica, a fim de identificar quais as contingências que mantêm e/ou agravam o adoecimento do estudante, como por exemplo os estressores acadêmicos, moderadores do estresse e os efeitos do mesmo no contexto universitário (MONZÓN, 2007). De acordo com

Tarnowski e Carlotto (2007), o estudante pode experimentar, mesmo que de forma transitória, falta de controle sobre o ambiente potencialmente gerador de estresse, tendo como resultado o fracasso acadêmico e a frustração.

O estresse, seguido pela ansiedade, são os potenciais geradores das crises e sofrimentos na docência e que conduzem ao adoecimento, que por sua vez está diretamente ligado à intensificação do trabalho, bem como das cobranças de rotina das universidades (RUZA; SILVA, 2016). Nessa perspectiva, a temática sobre o estresse, a exaustão e o adoecimento em profissionais da saúde têm se consolidado na literatura, porém pouca ênfase é dada aos estudantes, em especial da pós-graduação, que estão expostos não somente a estressores típicos do ensino, mas a novas contingências de estresse relacionadas ao futuro profissional e inserção no mercado de trabalho (CARLOTTO; CÂMARA, 2008).

Paulino e colaboradores (2010) avaliaram o estresse e a tontura em pós-graduandos lato sensu em uma amostra de 158 alunos, de ambos os gêneros e idades variadas, mas, sobretudo, as faixas etárias entre 21 a 40 anos e observaram que com os resultados do Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL) 91% da amostra se encontravam na fase do estresse denominada “Resistência” e 7% na “Quase Exaustão”. A pesquisa ainda apontou uma prevalência de estresse no público feminino, e que 67% dos estudantes apresentavam mais sintomas psicológicos associados ao estresse.

Um estudo realizado na China com estudantes de pós-graduação, aponta que pela alta concorrência para adquirirem um bom emprego, os estudantes de mestrado e doutorado estão cada vez mais sujeitos a pressões psicológicas, ao estresse e ao adoecimento. De acordo com o artigo há algumas fontes justificáveis de estresse, uma delas está relacionada à pressão para arrumar um emprego, a sobrecarga e competição entre os acadêmicos e, por fim, a pressão econômica. O comprometimento na saúde de tais estudantes influencia no desenvolvimento físico e mental, na aprendizagem bem como no comprometimento social do aluno e dos familiares e, segundo o estudo, a incidência de pós-graduandos que cometem suicídio e assassinato é preocupante (HANG, 2016).

Selye em 1956, denominou a condição que se apresentava em seus pacientes clínicos como Síndrome Geral de Adaptação (SGA), decorrente de um evento que requer esforço da pessoa em termos de adaptação. Posteriormente, a denominação de estresse foi emprestada da Física e passou a ser utilizada na Psicologia. O evento ambiental, denominado estressor,

desencadeia o rompimento da homeostase interna do indivíduo, mudando a capacidade do organismo de manter sua estabilidade (SANTOS; SANTOS, 2015).

O estresse diz respeito às reações e ao modo como as pessoas lidam com as pressões cotidianas em busca de uma estabilidade corporal e emocional e da necessidade de responderem positivamente a demandas impostas (PAIVA *et al.*, 2013). As complicações decorrentes do estresse podem se estender em longo prazo, agravando não somente a saúde como ocasionar baixo envolvimento com as atividades, faltas, atrasos, exigindo suporte familiar e farmacológico (SADIR; BIGNOTTO; LIPP, 2010).

Com o passar do tempo a concepção de estresse vem se ampliando, sendo compreendida como um desgaste sobre a capacidade de lidar com situações cotidianas, acarretando a perda de saúde física e psicológica, bem como comprometimento com a qualidade de vida e o bem-estar (CAMARGO; CALAIS; SARTORI, 2015; LIPP, 2001). O modelo quadrifásico do estresse comporta quatro fases que as pessoas podem apresentar, sendo elas: alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão, sendo a última com significativas perdas na condição biológica da saúde (LIPP, 2003).

O estresse crônico acarreta consequências que podem comprometer o indivíduo em sua trajetória como desmotivação, impaciência, infelicidade na esfera pessoal e doenças pertinentes ao contexto biológico e psicológico que geram muitas vezes o afastamento por orientação médica (LIPP, 2005). Tal quadro psicológico corresponde não somente aos funcionários de empresas, organizações e instituições, mas recentemente ganha destaque no mundo dos estudantes, como os pós-graduandos.

O estresse acontece nos estudantes inseridos nas mais distintas áreas do conhecimento, como em ciências da saúde nos cursos de medicina, no qual a pressão por um bom desempenho acadêmico atrelado com a responsabilidade de salvar vidas aumenta os níveis de estresse, bem como competições e disputas por melhores estágios e notas, a fim de obter reconhecimento dos professores e vagas de emprego futuras (FAROOQ *et al.*, 2016; HEINEN; BULLINGER; KOCALEVENT, 2017; SHETE; GARKAL, 2015). Também no curso de Odontologia, em situações de estresse com pacientes infantis, com desenvolvimento atípico, com os familiares, e entre os próprios estudantes para obterem maior número de clientes após formados (ASTILL *et al.*, 2016; SOUZA; FADEL; FERRACIOLI, 2016); curso de Enfermagem no qual a cobrança pela precisão do conhecimento reflete sobre a possível capacidade profissional do mesmo (FERREIRA *et al.*, 2016). Nas ciências humanas, no curso

de psicologia, com disputa de publicações, melhores salários, reconhecimento social e profissional, bem como pressões advindas das demandas trazidas pelos clientes e familiares no âmbito clínico aumentam a sobrecarga e presença de estresse (SILVA *et al.*, 2016), nas ciências sociais, no curso de Contabilidade, com estresse diário relacionado a parte matemática, logística e pressões externas ocorridas de erros (ALTOÉ; FRAGALLI; ESPEJO, 2014) e Ciências Contábeis (REZENDE, 2016) e na grande área das Engenharias (GALVAN; BRANCO; SAURIN, 2015) não somente entre alunos, mas também em docentes que habitam o mesmo ambiente acadêmico, com carga horária exacerbada, desvio de atividades, medos de demissão, pouco reconhecimento institucional, entre outros (RUZA; SILVA, 2016; SANTANA, 2011; SILVA, 2015). De forma geral, basicamente todos os cursos enfrentam dificuldades semelhantes, com os clientes, familiares e entre si, na busca de reconhecimento profissional e maior visibilidade acadêmica.

O acometimento desse tipo de estresse pode levar o indivíduo a problemas psicofisiológicos, Síndrome de *Burnout*, exaustão, baixa qualidade de vida e pouco rendimento das atividades prestadas (MENECHINI; PAZ; LAUTERT, 2011; RUOTSALAINEN *et al.*, 2016; SANTANA, 2011). Savic, Perski e Osika (2018) ao investigarem os efeitos cerebrais do estresse crônico e sua reversão, observaram que a exaustão e o estresse afetam a saúde em especial daqueles que dedicam longas horas e muitos anos a atividades de trabalho, sem recuperação suficiente. Os mesmos autores ainda salientam que os sintomas do estresse crônico se estendem a dificuldades no sono, problemas de memória, atenção e acarretam fadiga profunda e, concomitantemente, dificuldades na aprendizagem e absorção de conteúdos expostos em aulas.

Por muito tempo, a Síndrome de *Burnout* foi unicamente relacionada ao processo de trabalho, especialmente entre profissionais com muito contato interpessoal. Contudo, com a ampliação dos estudos e pesquisas na área, averiguou-se que o conceito é válido e aplicável a outros contextos, como por exemplo a estudantes, em especial aos pós-graduandos, que vivenciam pressões cotidianas no contexto acadêmico, e por estarem inseridos em uma estrutura organizacional com regras e metas estabelecidas para alcançar o objetivo de finalização das atividades (GALDINO *et al.*, 2016; SILVA; VIEIRA, 2015).

Pesquisa realizada com estudantes de mestrado e doutorado em odontologia – área de concentração da saúde - que teve por finalidade investigar a incidência de estresse nos mesmos, apontou a partir dos resultados do Inventário de Sintoma de Stress para adultos de

Lipp (LIPP, 2000) que dos 22 acadêmicos iniciantes 59,1% apresentavam sintomas de estresse, e dos 17 concluintes 41,2% também exibiram sintomas relevantes quanto a presença de estresse (SOUZA; FADEL; FERRACIOLI, 2016). De acordo com os autores, as atividades acadêmicas vivenciadas no transcorrer da pós-graduação foram consideradas como fontes geradoras de estresse, independentemente do momento do curso. Os sintomas de estresse também foram resultados do estudo transversal de Ismail *et al.* (2016) com amostra de 126 estudantes de pós-graduação, no qual metade dos participantes sofria de algum tipo de estresse em função dos estudos, e auto distração, negação e culpa eram estratégias usadas para aliviar o estresse entre eles, ou seja, comportamentos de procrastinação e fuga-esquiva. Ao se esquivarem de situações estressantes e aversivas do cotidiano acadêmicos, postergavam suas atividades, concomitantemente aumentando os níveis de estresse entre outros fatores psicológicos, podendo inclusive levar alguns à evasão da pós-graduação.

Segundo Rezende (2016) são poucos os estudos que tratam sobre o estresse nos alunos de pós-graduação no Brasil. De acordo com a revisão da literatura no Brasil nos últimos 20 anos, é distinta a realidade entre mestrands e doutorandos, bem como áreas do conhecimento ou instituições públicas e particulares. Dessa forma, avaliar as semelhanças e distinções entre tal população é um ponto de partida importante para futuras pesquisas e conclusões dos motivos pelos quais os alunos de pós-graduação vêm adoecendo. Os autores ainda ressaltam que há a necessidade de maiores estudos que enfoquem os estressores específicos de cada área do conhecimento (SILVA; BARDAGI, 2015).

Nesse sentido, a coerção pode ser um dos fatores de adoecimento. Ela pode ser utilizada em diversos contextos, sendo uma das maneiras de persuadir o comportamento do outro (SIDMAN, 1995). Dessa forma o ambiente educacional contempla diversas formas e utilização da coerção, acarretando em consequências como desistência do curso, adoecimento psicológico e baixo rendimento acadêmico (ZANOTTO, 2004).

No ambiente da pós-graduação em especial, a literatura ressalta o uso de métodos coercitivos principalmente na relação do orientador com o orientado. Leite-Filho e Martins (2006) apontaram, por meio do estudo de revisão de literatura nesta temática, que em 2003 as desistências do mestrado e doutorado dos alunos de administração da FGV-SP e FEA-USP estavam diretamente ligadas a problemas quanto à orientação. Os autores ainda revelam que uma das justificativas para a evasão e abandono das teses ou dissertações está relacionada

com sentimentos de solidão dos pós-graduandos, isolamento e dificuldades emocionais devido à ausência de orientação.

As formas de coerção e violência para com os pós-graduandos se estendem a agressões físicas, verbais, ameaças, assédio sexual, preconceitos, rebaixamento da capacidade cognitiva do aluno, entre outros. O artigo traz, ainda, relatos diversos e distintos de pós-graduandos sobre o sofrimento ocasionado pelos orientadores, e nomeia como “infernai” a vida dos mesmos (que viveram e vivem tais violências e humilhações) (JUNTA, 2017).

1.3 Depressão

A depressão pode ser descrita como a diminuição de comportamentos positivamente reforçados e aumento de novos comportamentos de fuga e esquiva aos estímulos aversivos (FESTER, 1973; FESTER; CULBERTSON; PERROT-BOREN, 1979). A partir da perspectiva analítico-comportamental, o comportamento depressivo pode ser compreendido por meio da avaliação funcional do contexto no qual o comportamento ocorre. Ademais, sem o suporte adequado para manutenção da saúde e da qualidade de vida, os estudantes estão diariamente sujeitos e propensos ao adoecimento em suas mais variadas formas, como estresse e sintomas de ansiedade e depressão (CAVALCANTE, 1997).

Segundo o Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (DSM-5), os sintomas depressivos podem ser definidos pela presença de humor triste, vazio ou irritável, associados a alterações somáticas e psicológicas que interferem na capacidade de funcionamento do indivíduo (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION [APA], 2014). Sabe-se que a depressão apresenta etiologia multifatorial, podendo estar relacionada a fatores biológicos, psicológicos, sociais, entre outros, e pode ser encontrada em quaisquer grupos etários, independente do gênero e de outras variáveis. Contudo, o grupo com maior taxa e incidência do transtorno se apresenta na faixa etária dos 20 a 40 anos e no sexo feminino (BAPTISTA, 2004).

A depressão é um dos transtornos que vem acometendo de forma significativa os universitários, trazendo consequências físicas, sociais e comportamentais (FANG *et al.*, 2010). Na pesquisa de Bolsoni-Silva e Loureiro (2016), que teve por objetivo avaliar a depressão e o impacto das habilidades sociais em 128 universitários, averiguou-se que dos 64 participantes do grupo experimental que apresentavam depressão, foram constatadas

consequências e sentimentos negativos nas interações sociais dos mesmos. De acordo com a pesquisa, tal quadro depressivo pode favorecer o isolamento e afastamento dos alunos. Porém, o estudo aponta uma relação inversa entre depressão e habilidades sociais, ou seja, quanto maior for a emissão de comportamentos de habilidades sociais fornecidas a tais universitários, como interação social e familiar, promoção de amizades, ampliação do repertório social, maior será a chance de resolução de demandas estressoras e aversivas do âmbito acadêmico.

Quando comparados com a população de forma geral, os universitários têm apontado sintomatologias maiores relacionadas à depressão, seguida por componentes de estresse vinculados às atividades acadêmicas (BARDAGI; HUTZ, 2011). Evidencia-se dessa forma, a necessidade de maiores estudos com relação a tal população, uma vez que o adoecimento entre essa amostra é grande e os mesmos estão apenas no início de sua trajetória profissional.

A pesquisa de Barroso, Baptista e Zanon (2018), realizada com 297 estudantes universitários, apontou a solidão como variável significativa para uma predisposição ao estresse. Embora a pesquisa enfatize que os dados obtidos não permitem generalização de tal condição, é explícito que para a realidade dos pós-graduandos o isolamento é parte do processo não somente pelos estudos, mas em especial pela produção acadêmica, ocasionando muito tempo de dedicação e solidão e pouco de lazer e fortalecimento do repertório e suporte social. Souza (2017) investigando a condição emocional de estudantes universitários, observou que dos estudantes entrevistados 47% da amostra total (384 estudantes) apontaram ter solidão em algum nível.

A temática dos transtornos depressivos nos pós-graduandos merece ênfase não somente pelos mesmos estarem cada dia mais acometidos por tal condição, que parece ter uma relação direta com os estudos, mas pelo fato de que os mestrandos e doutorandos de hoje serão os futuros professores e pesquisadores de amanhã, carregando consigo o adoecimento psicológico que tende a ser ampliado com o passar do tempo e da sobrecarga de trabalho. De acordo com a pesquisa realizada por Baptista *et al.* (2019), eventos estressores bem como quadros depressivos nos professores universitários geram alto número de docentes com a Síndrome de *Burnout*, em especial os inseridos em instituições públicas.

1.4 Percepção de suporte social

De acordo com Ribeiro (1999), o suporte social é considerado como um fator multidimensional, e sem definição precisa e única. Para alguns, pode ser definido a partir da percepção, bem como do sentimento, de determinado indivíduo frente a uma rede social de apoio, referindo-se também à qualidade dessas relações, seja no suporte fornecido, ou recebido pelo contexto no qual o mesmo está inserido (FERREIRA *et al.*, 2014). Para Cardoso e Baptista (2014) o suporte social está relacionado à percepção do indivíduo sobre suas interações sociais, e como as mesmas somadas à afetividade pela rede de apoio, como amigos e familiares, pode favorecer a redução de danos, como fatores psicológicos e estressores ao longo da rotina.

Um apropriado suporte social pode influenciar para que haja maior aceitação e valorização em seu ambiente social, aumentando também sua confiança e autoestima. Cardoso e Baptista (2014) ressaltaram a importância do mesmo para situações estressoras diárias, fornecendo suporte e resiliência para os indivíduos. Segundos os autores, a vinculação social pode ser considerada uma variável positiva no processo de inserção e atuação na comunidade, não somente pela necessidade de convivência, mas também devido ao bem-estar que tais vínculos podem proporcionar e obter.

A Organização Mundial da Saúde (WORLD HEALTH ORGANIZATION [WHO], 1998), define suporte social como a assistência capaz de fornecer proteção e suporte frente a eventos aversivos e difíceis da vida, bem como configurar-se como recurso positivo para ampliação da qualidade de vida e satisfação pessoal e profissional. De acordo com Cavalcanti (2018) o suporte social está diretamente ligado ao campo das interações e a percepção do auxílio ofertado e recebido pode interferir nas relações sociais.

Um suporte social satisfatório pode agir como fator de proteção aos indivíduos, ao passo que uma rede escassa leva muitas vezes a sofrimento e estigmatização em meio ao contexto social, desvalorizando a pessoa (CHOU *et al.*, 2013). Ressalta-se então a importância do suporte social aos estudantes de pós-graduação, não somente para executarem com êxito suas atividades, mas em especial pela importância da manutenção da saúde e qualidade de vida dos mesmos em âmbito acadêmico.

Para que os estudantes tenham uma transição bem-sucedida no quesito de educação, seja do ensino médio à vida universitária, bem como da graduação para a pós-graduação, um fator de alta contribuição é o suporte social, seja ele percebido ou experimentado, pois resguarda-os de problemas psicológicos e comportamentais, como também fornece

relacionamentos de apoio. O suporte social é um fator significativo para a adaptação do discente no contexto universitário (TOMÁS *et al.*, 2014). Nessa perspectiva, outro estudo com universitários aponta o papel fundamental da presença positiva de suporte social como fator de proteção para sintomas emocionais negativos (SOUZA, 2017). Esse suporte social é considerado não apenas de amigos antigos, mas das novas amizades provenientes do novo momento de vida estudantil, que exercem papel de suma importância da vida universitária, em especial àqueles que se mudam de cidades para estudarem.

1.5 Competição Acadêmica

O conceito e definição de competição é amplo na literatura, ganhando enfoque especial para a área de competições esportivas, e assim, definir competição no âmbito acadêmico se faz de forma reduzida. De acordo com Coelho (2006) a associação do interesse comercial imediato com a perspectiva de interferir nas pessoas promove uma concorrência acirrada, e segundo o autor essa realidade não difere no mundo acadêmico, no qual o valor da liderança é reforçador, para práticas como ser o primeiro a publicar e fazer descobertas científicas tem reconhecimento social e atribuição de liderança entre os pares, levando a propagação da competição.

Vieira, Fukaja e Kunz (2015) defendem, todavia, a ideia de que para o deslanchar da pesquisa, em especial no ambiente de pós-graduação, é necessário um contexto competitivo entre pares, garantindo o aprimoramento e elevação dos níveis de conteúdo. Os autores ainda ressaltam o impacto negativo e positivo de se fomentar tal disputa, sendo eles respectivamente aumento do estresse, auto cobrança, piora das relações corporativas e desvalorização das atividades laborais; maior produtividade, melhor reputação, melhora da autoestima e contribuição para a sociedade.

O ambiente acadêmico contribui de forma significativa para a vida dos universitários, em especial para os pós-graduandos, sendo esse fato inegável, e especial no quesito de aprendizagem, autonomia, conhecimentos e resiliência. Contudo, parte significativa desse mesmo lugar traz consequências aversivas para a vidas dos estudantes, em função de altas cargas, cobranças advindas de diversos setores, como dos familiares, professores, colegas de sala, programas de pós, entre outros, que desencadeiam e acabam por promover, mesmo que de forma implícita a competição acadêmica, como forma de apresentar resultados do empenho

e estudos desenvolvidos (FARO, 2013; REZENDE, 2016). O excesso de atividades às quais os pós-graduandos estão submetidos acarreta não somente baixa produtividade e intenção de abandono dos estudos, como também no abuso de drogas e sintomas de depressão e estresse elevados entre os mesmos (GALVAN; BRANCO; SAURIN, 2015; PANARI *et al.*, 2012).

Discentes de pós-graduação em grande maioria, têm pretensão de seguir a trajetória acadêmica, lecionando em universidades. Para tal é importante salientar que o adoecimento no mundo acadêmico também se reflete nos docentes, seja ele decorrente do estresse e condições vivenciadas durante a pós-graduação, ou instaladas no processo inicial de lecionar. Em se tratando do ambiente acadêmico, o estudo de Guazi e Laurenti (2015) que avalia as contingências da produção acadêmica universitária, revela as vivências de três professores universitários de uma instituição paranaense a partir do relato verbal. Os docentes foram selecionados pelos maiores estratos na busca do CNPq para aquela universidade, percorrendo a relação de pesquisadores em ordem decrescente de classificação, dessa forma as autoras apontam que após anos de prestação de serviço e dedicação a pesquisas as consequências de estarem sob os reforçadores naturais da academia começam a trazer prejuízos no âmbito pessoal, tornando-os também potenciais sujeitos ao adoecimento por exaustão e estresse no trabalho.

Segundo Gewin (2012) dados precisos sobre estudantes de pós-graduação são difíceis de serem obtidos, porém algumas pesquisas indicam que nos últimos 15 anos dobraram as taxas de depressão entre universitários, e triplicou o número de estudantes que cometem suicídio no EUA. Na Universidade de Alexandria, Egito, um estudo se propôs a identificar a frequência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre os estudantes de pós-graduação do Instituto Superior de Saúde Pública. O estudo concluiu que sintomas severos a extremamente severos entre os estudantes foram mais altos para estresse seguido de ansiedade e depressão, e que o adoecimento dos estudantes de pós-graduação merece destaque, enfatizando a necessidade do suporte e aconselhamento aos mesmos para a aquisição de melhor condição de saúde emocional (ATTIA; SHATA, 2013).

É sabido que alunos com depressão, ansiedade, estresse e demais doenças relacionadas à pressão acadêmica sempre existiu (DAY; MCGRATH; WOJTOWICZ, 2013; GALVAN; BRANCO; SAURIN, 2015; SILVA; VIEIRA, 2015). Posto isso, o crescimento e avanço da pós-graduação no país não se fez de modo indolor, em especial para pós-graduandos e seus

orientadores, evidenciando entre os mesmos uma elevada pressão, a fim de obter a qualificação dos programas de mestrado e doutorado (FARO, 2013).

Alguns autores propõem que o desgaste dos mestrandos e doutorandos é um problema comum em muitas universidades, uma vez que no ambiente acadêmico existe uma gama de estressores que pode comprometer a saúde dos estudantes, como competição acadêmica, número volumoso de atividades a serem executadas, prazos e em alguns casos o isolamento social do estudante (FARO, 2013; SILINDA; BRUBACHER, 2016). Entre os problemas de saúde mais frequentes, entre os estudantes que buscam a ajuda médica encontram-se a ansiedade, depressão e o estresse (DAY; MCGRATH; WOJTOWICZ, 2013).

A Associação Nacional de Pós-Graduandos (ANPG) trouxe dados alarmantes de 2017 sobre a alta e crescente incidência de depressão e estresse entre mestrandos e doutorandos, e de como essa realidade é muitas vezes ignorada pela academia. Segundo o artigo, a busca pela excelência acadêmica que gera o adoecimento está envolta por alta competição, seja por prestígio e reconhecimento ou por apoio dos recursos financeiros que nos últimos dois anos foram drasticamente reduzidos (JUNTA, 2017). Pesquisas realizadas com pós-graduandos da UFRJ e da UNESP comprovam que o estresse é o maior fator e causador do adoecimento dessa amostra (DUQUE; BRONDANI; LUNA, 2005; MALAGRIS *et al.*, 2009).

Na literatura brasileira ou estrangeira são poucos os estudos que avaliam a competição acadêmica como potencial estressor para pós-graduandos. A presença da competição acadêmica é relatada na literatura, contudo pouco abordada e avaliada de forma aprofundada, embora pareça haver relatos de que é cada vez mais crescente entre os pós-graduandos, docentes e entre os programas de pós-graduação. Pesquisa realizada com docentes da Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho apontou que de forma geral os professores apresentam sentimentos e relatos positivos quanto ao trabalho, contudo os mesmos ainda ressaltam a competição como um dos fatores preponderantes na academia, uma vez que os mesmos diariamente se defrontam com ameaças da retirada dos reforçadores da vida acadêmica, como lecionar, interação com os alunos, publicar, pois nesse ambiente organizacional há uma rotina de trabalho árdua, competição entre os pares e individualismo, afetando o bem estar físico e psicológico dos docentes (RUZA; SILVA, 2016).

Hang (2016) apontou que o número de inscritos na pós-graduação é cada vez maior, tomando como base proporções não somente em território brasileiro, mas ampliando a um panorama internacional de pesquisa e ciência. O artigo ainda ressalta que com tal crescimento,

a competição é crescente e preocupante, colocando os estudantes sujeitos a pressões de diversos níveis, não somente educacional, como questões emocionais e econômicas.

Em se tratando de dificuldades de manutenção na pós-graduação como discente, bem como formas de competição, culminando no adoecimento, existem as publicações. As mesmas são requisitos obrigatórios não somente dos programas de pós-graduação, como forma de prestação de contas para a CAPES, a fim de aumentar a nota do programa, como também as publicações correspondem a contribuição do estudante para a comunidade científica, colaborando para novas oportunidades na área acadêmica do mesmo, bem como aprimoramento do Currículo Lattes.

A quantidade e qualidade de publicações, bem como a qualificação dos docentes – avaliadas pelo alto número de publicações, são alguns dos critérios básicos que o sistema de avaliação vigente valoriza. Enfatizando de forma escassa, ou muitas vezes anulada, a avaliação dos métodos de ensino, bem como o nível de satisfação dos alunos, que são critérios fundamentais para contribuição da ciência e estudos (MOREIRA; HORTALE; HARTZ, 2004).

O nível de exigência da escrita científica na pós-graduação é um dos fatores que também contribui para o adoecimento, bem como o bloqueio da escrita científica (CRUZ, 2018). De acordo com o autor, tal bloqueio pode ser definido como uma incapacidade para continuar ou finalizar escritas científicas em função de determinados fatores, como auto cobrança excessiva, cobrança e coerção do orientador, pressão por uma escrita perfeita, entre outros, resultando na dificuldade de concluir artigos, dissertações e teses. Além da rigidez própria da escrita, os manuscritos aprovados em revistas com maior índice de impacto, em Qualis A ou internacionais, classificam-se como perfeitos, exigindo imensa dedicação por parte do pesquisador e do orientador (SANTOS, 2003). Levando em conta também que altas taxas de pagamento para publicação em algumas revistas, bem como sucessivas reprovas de manuscritos culminam na desmotivação e baixa produtividade do pós-graduando, comprometendo não somente o seu currículo, e o reconhecimento do programa de pós-graduação no qual o mesmo está inserido, mas em especial se torna um disparador para o adoecimento, como estresse e ansiedade, uma vez que tais situações repercutem na desmotivação do aluno para publicações e dedicação.

1.6 Adoecimento nos pós-graduandos de psicologia

Na temática do adoecimento psicológico e das variações emocionais e comportamentais de estudantes de pós-graduação decorrentes do excesso de atividades e da competitividade acadêmica, pouca ênfase é dada aos estudantes de psicologia, uma vez que tais discentes são em sua grande maioria os principais responsáveis pela pesquisa e estudos em tal área, em especial voltados a outros cursos e profissões. O papel do psicólogo de forma geral, é estar apto após a graduação para auxiliar os indivíduos frente a seus conflitos emocionais e comportamentais, por meio de teorias e técnicas próprias de cada abordagem. Partindo de tal pressuposto, esse profissional está mais suscetível ao esgotamento psicológico e ao adoecimento, quando em alta carga de atividades e sem suporte terapêutico pessoal e de supervisão clínica (CONTE; BRANDÃO, 2012).

Anualmente o número de ingressantes e concluintes do curso de psicologia é altíssimo, seja em Universidades públicas ou particulares. De acordo com dados de 2019 da Fundação Universitária para o Vestibular (FUVEST), que elabora as provas para ingresso na Universidade de São Paulo (USP), o curso de psicologia somente fica abaixo, em termos de concorrência, do curso de medicina nos três câmpus da Universidade, com 61,8 candidatos por vaga. Dessa forma, é visível a necessidade de ampliar os olhares aos estudantes de graduação e pós-graduação de um curso que vem sendo extremamente promissor há anos, tendo em vista o alto número de indivíduos com demandas psicológicas emergentes como depressão, suicídio, entre outros, bem como para que tais profissionais sejam valorizados e também recebam cuidados para sua saúde mental.

Em serviços-escola de Psicologia, no qual estudantes do último ano do curso de psicologia prestam atendimento voluntário à população sob orientação de um supervisor, percebe-se o crescente número de procura para terapia, não somente de estudantes de forma geral, mas de graduandos do primeiro ano de psicologia. Sabe-se que tal atendimento não se permite a graduandos de últimos anos, nem aos pós-graduandos de psicologia. No estudo de Peres, Santos e Coelho (2004), ao avaliarem o perfil dos usuários de tal serviço na Unesp de Assis nos anos de 2000 e 2001, os resultados indicaram que a clientela foi constituída primordialmente por discentes do curso de Psicologia, com aproximadamente 47% em 2000 e 41% em 2001. Outro estudo constatou que em 2015, no CPA da Unesp de Bauru, a quantidade de universitários que buscou auxílio terapêutico superou a porcentagem de

indivíduos sem vínculo com a Universidade (52,07% contra 43,39%). Ao se comparar tais dados das pesquisas mencionadas anteriormente, percebe-se a necessidade de ampliar o olhar para os estudantes de psicologia e sua saúde, uma vez que os mesmos se apresentam como clientela significativa há quase 20 anos (GONÇALVES, 2018).

Cremasco e Baptista (2017) fizeram um estudo com 77 alunos de psicologia, com intuito de investigar a depressão, motivos para viver e o suicídio, e obtiveram como resultados correlações estatisticamente significativas e negativas entre depressão e motivos para viver nos estudantes. Demonstrando que à medida que aumenta a sintomatologia depressiva, os motivos para viver diminuem ou vice-versa, e com relação ao suicídio o estudo demonstrou que os estudantes veem o suicídio como forma de amenizar e/ou acabar com o sofrimento, ocasionando em um movimento de fuga-esquiva de situações conflituosas do cotidiano.

O adoecimento em graduandos e pós-graduandos do curso de psicologia é algo muitas vezes visto como secundário, uma vez que no contexto popular acredita-se que os mesmos tenham habilidades para solucionar não somente as demandas de seus clientes, como também as suas próprias, o que leva a um estado de exaustão extremo. A *Síndrome de Burnout* (SB) embora comumente seja nomeada como a exaustão e o adoecimento ligado exclusivamente ao trabalhador, atualmente também é reconhecida em estudantes, que em suas atividades acadêmicas exercem papel tão árduo quanto funcionários e demais profissionais (MOTA *et al.*, 2017). Novos estudos que norteiam tal temática da SB associada a estudantes de psicologia vem se destacando com o passar dos anos e ganhando maior visibilidade (CARLOTTO *et al.*, 2010; FERRI-DE-BARROS *et al.*, 2011; LOPES; GUIMARÃES, 2016; TARNOWSKI; CARLOTTO, 2007).

Em pesquisa realizada por Fogaça *et al.* (2012) com 282 alunos de psicologia do 1º ao 5º ano, com intuito de averiguar a incidência da SB, confirmou-se diferença estatística quando comparados alunos do 5º ano com os demais nos quesitos de maior exaustão emocional, ineficácia profissional e descrença. Tarnowski e Carlotto (2007) anteriormente desenvolveram trabalho similar com 33 estudantes de psicologia e, embora apresentem resultados com mais de 10 anos, apontaram dados semelhantes, indicando maior desgaste emocional e exaustão nos alunos do último ano do curso. Outro estudo semelhante investigou a prevalência da SB em 111 estudantes de psicologia, utilizando-se do mesmo instrumento, o *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS), e embora não tenham encontrado prevalência da Síndrome na amostra, ressaltaram uma maior exaustão emocional em estudantes na faixa

etária de 27 a 30 anos. Cabendo uma reflexão de que tal faixa etária quando não ingressante em um primeiro curso, ou executando uma segunda graduação, é predominantemente a média de idade em que se encontram os pós-graduandos de psicologia, da mesma forma como os estudantes mencionados nos dois estudos supracitados, que após a conclusão do curso ou ingressam no mercado de trabalho, ou partem para mestrados e doutorados com índice de exaustão significativo (LOPES; GUIMARÃES, 2016).

Ressalta-se ainda que ao enfocar os pós-graduandos de psicologia, grande parte dos mesmos apresentam intenção de seguir carreira acadêmica, sabendo-se que o número de docentes, seja na área de humanas, ou demais, que se encontram com SB é extremamente alto na literatura (CARLOTTO; CÂMARA, 2017; DALCIN; CARLOTTO, 2018; MASSA *et al.*, 2016). O adoecimento no curso de graduação em psicologia tem contribuições relevantes e em quantidade significativa na literatura, contudo, pesquisas que enfoquem especificamente essa área, bem como estudos prospectivos sobre as consequências e estratégias de redução de risco são escassos (ANDRADE *et al.*, 2016; BARROSO; BAPTISTA; ZANON, 2018; FOGAÇA *et al.*, 2012). Condição essa com certa peculiaridade, pois são eles os principais responsáveis por pesquisas nas áreas de saúde mental, comportamento humano e aprendizagem, e em contrapartida os que recebem menor suporte às necessidades de saúde psicológica e redução de comorbidades como estresse, depressão, entre outras

7 CONCLUSÃO

A partir da presente pesquisa, as hipóteses iniciais traçadas puderam ser comprovadas ao longo do estudo, tais como altos níveis de adoecimentos dos pós graduandos no que se refere ao estresse e a depressão, bem como da elevada percepção de competição acadêmica

entre os pares, podendo a mesma desencadear alta carga de atividades com baixa produtividade, além da evasão dos estudos decorrente de pressões recorrentes por parte dos orientadores e/ou dos programas de PG. Ressalta-se a necessidade do suporte social, estimulando melhores relações entre discentes e docentes, bem como entre alunos, além de suporte psicológico e emocional promovido por vezes pelo próprio PPG, pois sabe-se que indivíduos com equilíbrio emocional somado a presença de amigos e familiares indicam maior resiliência e ampliação dos fatores de proteção.

O baixo suporte financeiro apresentou-se como outra variável que interfere no desempenho dos discentes, pois sem bolsas de estudos os mesmos são obrigados a terem dedicação a outros trabalhos, concomitantes à pesquisa, o que interfere na produtividade, resultados e leva o estudante a um nível de exaustão extremo. Isto se reflete também nas publicações, manuscritos e produções acadêmicas de forma geral, levando o aluno a ser cobrado pela hierarquia, para melhorar a avaliação de notas CAPES, entre outras.

A pesquisa ainda destaca a importância do olhar acadêmico aos discentes de psicologia, uma vez que os mesmos são um dos principais responsáveis pelo estudo do comportamento e saúde humana, bem como os que buscam estratégias de enfrentamento para situações de adoecimento. O pós-graduando de psicologia além de estudante, em sua grande maioria das vezes, também exerce o papel do psicólogo, seja em atividades fora da academia, ou junto com seus voluntários da amostra, sendo um potencial sujeito a exaustão e ao cansaço, e os que pouco receberam valorização por parte das agências de fomento, que muitas vezes invalidam tais atividades como prioritárias à saúde e a sociedade. Dessa forma o incentivo tanto por parte dos PPG, como das agências de fomento ao incentivo e apoio das pesquisas nessa área, contribuem para a valorização não somente da pesquisa, como da profissão em si.

Por fim salienta-se que o adoecimento, bem como sofrimento psicológico dos pós-graduandos foi uma variável marcante dos resultados, indicando que a baixa valorização dos discentes repercute diretamente na saúde dos mesmos, bem como na produtividade, e possivelmente na vida docente iniciante.

Maiores estudos, avaliando de forma prospectiva o comportamento e saúde dos pós-graduandos, bem como as novas variações comportamentais após a COVID-19 se fazem de extrema importância para orientação dos programas de pós-graduação, tais com agências de fomento, apoiando e incentivando os pesquisadores e futuros professores brasileiros,

contribuindo dessa forma para a ampliação da pesquisa de cunho brasileiro, bem como identificando variáveis que ocasionando o alto número de evasão da pós-graduação e do adoecimentos dos estudantes, buscando estratégias de redução de comorbidades e de incentivo a área acadêmica. Novas pesquisas nessa área podem ainda contribuir para a inserção do docente iniciante no ensino superior com qualidade de vida e suporte acadêmico e organizacional adequados para maior produtividade e engajamento científico, avaliando as necessidades percebidas pelos discentes sobre o preparo para a docência iniciante, amenizando condições aversivas desse processo.

REFERÊNCIAS

- ALTOÉ, S. M. L.; FRAGALLI, A. C.; ESPEJO, M. M. S. B. A “dor do crescimento”: um estudo sobre o nível de estresse em pós-graduandos de contabilidade. **Revista Gestão Universitária na América Latina - GUAL**, Florianópolis, v. 7, n. 1, p. 213–233, 2014.
- ALVES, M. F.; OLIVEIRA, J. F. Pós-Graduação no Brasil: do Regime Militar aos dias atuais. **Revista Brasileira de Política e Administração da Educação**, [s. l.], v. 30, n. 2, p. 351–376, 2014.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION [APA]. Transtornos Depressivos. In: **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. 5. ed. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 155.
- ANDRADE, A. S. *et al.* Vivências Acadêmicas e Sofrimento Psíquico de Estudantes de Psicologia. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 36, n. 4, p. 831–846, 2016.
- ASTILL, S. *et al.* Environmental and perceived stress in Australian dental undergraduates: Preliminary outcomes. **Journal of Dental Research, Dental Clinics, Dental Prospects**, Tabriz, v. 10, n. 4, p. 270–279, 2016.
- ATTIA, M. S.; SHATA, Z. N. Psychological Assessment of Postgraduate Students in One of the Academic Institutions of Alexandria University, Egypt. **Journal of the High Institute of Public Health**, Alexandria, v. 43, n. 2, p. 127–135, 2013.
- BAPTISTA, M. N. **Suicídio e depressão: atualizações**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2004.
- BAPTISTA, M. N. *et al.* Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, Brasília, v. 19, n. 1, p. 564–570, 2019.
- BARDAGI, M. P.; HUTZ, C. S. Eventos estressores no contexto acadêmico: uma breve revisão da literatura brasileira. **Interação em Psicologia**, Curitiba, v. 15, n. 1, p. 111–119, 2011.
- BARROSO, S. M.; BAPTISTA, M. N.; ZANON, C. Solidão como variável preditora na depressão em adultos. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, Londrina, v. 9, n. 3supl, p. 26–37, 2018.
- BOLSONI-SILVA, A. T.; LOUREIRO, S. R. O Impacto das Habilidades Sociais para a Depressão em Estudantes Universitários. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 32, n. 4, p. 1–8, 2016.
- BRASIL. Lei de 11 de agosto de 1827 - Crêa dous Cursos de sciencias Juridicas e Sociaes, um na cidade de S. Paulo e outro na de Olinda. **Planalto** [online], Rio de Janeiro, 1827. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/lim/LIM.-11-08-1827.htm>.

Acesso em: 12 abr. 2019.

CAMARGO, V. C. V.; CALAIS, S. L.; SARTORI, M. M. P. Estresse, depressão e percepção de suporte familiar em estudantes de educação profissionalizante. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, Campinas, v. 32, n. 4, p. 595–604, 2015.

CARDOSO, H. F.; BAPTISTA, M. N. Escala de Percepção do Suporte Social (versão adulta) - EPSUS-A: estudo das qualidades psicométricas. **Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 19, n. 3, p. 499–510, 2014.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Análise da produção científica sobre a síndrome de Burnout no Brasil. **Psico**, Porto Alegre, v. 39, n. 2, p. 152–158, 2008.

CARLOTTO, M. S. *et al.* Síndrome de burnout e coping em estudantes de Psicologia. **Boletim de Psicologia**, São Paulo, v. 59, n. 131, p. 167–178, 2010.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Riscos psicossociais associados à Síndrome de Burnout em professores universitários. **Avances en Psicología Latinoamericana**, Bogotá, v. 35, n. 3, p. 447, 2017.

CARNEIRO, A. M.; BAPTISTA, M. N. **Escala de Pensamentos Depressivos (EPD)**. São Paulo: Hogrefe, 2016.

CAVALCANTE, S. N. Notas sobre o fenômeno depressão a partir de uma perspectiva analítico-comportamental. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 17, n. 2, p. 2–12, 1997.

CAVALCANTI, M. G. V. **Habilidades sociais e suporte social em adolescentes usuários de maconha e não usuários de drogas**. 2018. 44 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – Faculdade de Ciências, Universidade Estadual Paulista Júlio De Mesquita Filho, Bauru, 2018.

CHOU, C.C. *et al.* Social Support as a Mediator Between Internalized Stigma and Coping Behaviors of Individuals With Substance Abuse Issues. **Rehabilitation Research, Policy, and Education**, Champaign, v. 27, n. 2, p. 104–107, 2013.

CIRANI, C. B. S.; CAMPANARIO, M. A.; SILVA, H. H. M. A evolução do ensino da pós-graduação senso estrito no Brasil: análise exploratória e proposições para pesquisa. **Avaliação (Campinas)**, Campinas, v. 20, n. 1, p. 163–187, 2015.

COELHO, F. Competição, sucesso e ética em ciência. **Química Nova**, v. 29, n. 2, 185, 2006.

CONTE, F. C. S.; BRANDÃO, M. Z. S. Eventos a que o clínico analítico-comportamental deve atentar nos primeiros encontros: das vestimentas aos relatos e comportamentos clinicamente relevantes. *In*: BORGES, N. B.; CASSAS, F. A. (ed.). **Clínica analítico-comportamental: aspectos teóricos e práticos**. Porto Alegre: Artmed, 2012. p. 128–137.

CRUZ, R. N. Becker e o silêncio sobre a escrita na pós-graduação: soluções antigas para o cenário brasileiro atual? **Psicologia & Sociedade**, Porto Alegre, v. 30, p. 1–7, 2018.

DALCIN, L.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout em professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 23, n. 2, p. 745–770, 2018.

DAY, V.; MCGRATH, P. J.; WOJTOWICZ, M. Internet-based guided self-help for university students with anxiety, depression and stress: A randomized controlled clinical trial. **Behaviour Research and Therapy**, Oxford, v. 51, n. 7, p. 344–351, 2013.

DUQUE, J. C.; BRONDANI, J. T.; LUNA, S. P. L. Estresse e pós-graduação em Medicina Veterinária. **Revista Brasileira de Pós-Graduação**, Brasília, v. 2, n. 3, p. 134–149, 2005.

FANG, D. Z.; YOUNG, C. B.; GOLSHAN, S.; FELLOWS, I.; MOUTIER, C.; ZISOOK, S. Depression in Premedical Undergraduates. **Primary care companion to the journal of clinical psychiatry**, Memphis, v. 12, n. 6, p. PCC.10m00958, 2010.

FARO, A. Estresse e estressores na pós-graduação: estudo com mestrados e doutorandos no Brasil. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 29, n. 1, p. 51–60, 2013.

FAROOQ, S. N. *et al.* Incidence and severity of stress among medical undergraduates and their coping abilities. **International Journal of Clinical and Experimental Physiology**, Pondicherry, v. 3, n. 1, p. 10–16, 2016.

FERREIRA, G. C. L. *et al.* Implicações da relação entre estigma internalizado e suporte social para a saúde: uma revisão sistemática da literatura. **Estudos de Psicologia (Natal)**, Natal, v. 19, n. 1, p. 77–86, 2014.

FERREIRA, J. S. *et al.* Alunos da pós-graduação em enfermagem e o nível de estresse. **Revista Pró-UniverSUS**, Vassouras, v. 7, n. 3, p. 20–25, 2016.

FERRI-DE-BARROS, J. E. *et al.* Headache among medical and psychology students. **Arquivos de Neuropsiquiatria**, São Paulo, v. 69, n. 3, p. 502–508, 2011.

FESTER, C. B. A functional analysis of depression. **American Psychologist**, Washington, v. 28, n. 10, p. 857–870, 1973.

FESTER, C. B.; CULBERTSON, S.; PERROT-BOREN, M. C. Depressão Clínica. In: FESTER, C. B. (ed.). **Princípios do comportamento**. Tradução de M. I. Silva; M. A. Rodrigues; M. B. Pardo. São Paulo: Hucitec, 1979. p. 699–725.

FOGAÇA, M. C. *et al.* Burnout em estudantes de psicologia: diferenças entre alunos iniciantes e concluintes. **Aletheia**, Canoas, n. 38/39, p. 124–131, 2012.

FUNDAÇÃO COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR [CAPES]. Portaria nº 80, de 16 de dezembro de 1998 - Dispõe sobre o reconhecimento dos mestrados profissionais e dá outras providências, **Diário Oficial da União**, Brasília, Seção 1, 1998. Disponível em: <https://capes.gov.br/images/stories/download/avaliacao/avaliacao-n/1892015-Portaria->

CAPES-080-1998.pdf. Acesso em: 15 maio. 2019.

FUNDAÇÃO COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR [CAPES]. Portaria Nº 60, De 20 De Março De 2019 - Dispõe sobre o mestrado e doutorado profissionais, no âmbito da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – CAPES. **Diário Oficial da União**, Brasília, Seção 1, 2019a. Disponível em: https://capes.gov.br/images/novo_portal/portarias/22032019_Portarias_59e60.pdf. Acesso em: 15 maio. 2019.

FUNDAÇÃO COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR [CAPES]. **GEOCAPES**. 2019b. Disponível em: <https://geocapes.capes.gov.br/geocapes/>. Acesso em: 4 jun. 2019.

GALDINO, M. J. Q. *et al.* Síndrome de Burnout entre mestrandos e doutorandos em enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 100–106, 2016.

GALVAN, T. C.; BRANCO, G. M.; SAURIN, T. A. Avaliação de carga de trabalho em alunos de pós-graduação em engenharia de produção: um estudo exploratório. **Gestão & Produção**, São Carlos, v. 22, n. 3, p. 678–690, 2015.

GEWIN, V. Mental health: Under a cloud. **Nature**, London, v. 490, n. 7419, p. 299–301, 2012.

GONÇALVES, L. F. **Evolução de queixas psicológicas e caracterização da clientela de um serviço-escola**. 2018. 60 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – Faculdade de Ciências, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Bauru, 2018.

GUAZI, T. S.; LAURENTI, C. Algumas Contingências da Produção Acadêmica Universitária: um Estudo Preliminar. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 35, n. 1, p. 139–153, 2015.

HANG, Y. A literature review on the students of psychological pressure of postgraduates. **Asian Journal of Social Sciences & Humanities**, Chikusei, v. 5, n. 1, p. 23–28, 2016.

HAWKER, G. A. *et al.* Measures of adult pain: Visual analog scale for pain (vas pain), numeric rating scale for pain (nrs pain), mcgill pain questionnaire (mpq), short-form mcgill pain questionnaire (sf-mpq), chronic pain grade scale (cpgs), short form-36 bodily pain scale (sf-36 bps), and measure of intermittent and constant osteoarthritis pain (icoap). **Arthritis care & research**, v. 63, n. S11, p. S240-S252, 2011.

HEINEN, I.; BULLINGER, M.; KOCALEVENT, R. D. Perceived stress in first year medical students - associations with personal resources and emotional distress. **BMC Medical Education**, London, v. 17, n. 4, p. 1–14, 2017.

ISMAIL, A. *et al.* Stress Level and the Common Coping Strategies Among International Postgraduate Students At University Kebangsaan Malaysia Medical Centre (Ukmmc), Cheras, Kuala Lumpur, Malaysia. **ASEAN Journal of Psychiatry**, [s. l.], v. 17, n. 1, p. 1–12, 2016.

JUNTA, C. **Estresse e depressão na pós-graduação**: uma realidade que a academia insiste em não ver. 3 abr. 2017. Publicado pelo site da Associação Nacional de Pós-graduandos. Disponível em: <http://www.anpg.org.br/03/04/2017/estresse-e-depressao-na-pos-graduacao-uma-realidade-que-a-academia-insiste-em-nao-ver/>. Acesso em: 4 dez. 2017.

LEITE FILHO, G. A.; MARTINS, G. A. Relação orientador-orientando e suas influências na elaboração de teses e dissertações. **Revista de Administração de Empresas**, São Paulo, v. 46, p. 99–109, 2006.

LIPP, M. E. N. **Inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL)**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

LIPP, M. E. N. **Pesquisas sobre stress no Brasil**: saúde, ocupações e grupos de risco. Campinas: Papirus, 2001.

LIPP, M. E. N. O modelo quadrifásico do stress. In: LIPP, M. E. N. (ed.). **Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress**: teoria e aplicações clínicas. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

LIPP, M. E. N. Stress no trabalho: implicações para a pessoa e para a empresa. In: SOBRINHO, F. P. N.; NASSARALLA, I. (ed.). **Pedagogia Institucional**: fatores humanos nas organizações. Rio de Janeiro: Zit Editora, 2005. p. 214–236.

LOPES, F. L.; GUIMARÃES, G. S. Estudo da Síndrome de Burnout em Estudantes de Psicologia. **Psicologia: Ensino & Formação**, São Paulo, v. 7, n. 1, p. 40–58, 2016.

MALAGRIS, L. E. N. *et al.* Níveis de estresse e características sociobiográficas de alunos de pós-graduação. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 15, n. 1, p. 184–203, 2009.

MASSA, L. D. B. *et al.* Síndrome de Burnout em professores universitários. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, São Paulo, v. 27, n. 2, p. 180–189, 2016.

MATTOS, V. **Pós-graduação em tempos de precarização do trabalho**: um estudo sobre o alongamento da escolarização entre os mestrandos da UFSC. 2007. 165 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Centro de Ciências da Educação, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2007.

MENECHINI, F.; PAZ, A. A.; LAUTERT, L. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. **Texto & Contexto - Enfermagem**, Florianópolis, v. 20, n. 2, p. 225–233, 2011.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Parecer nº 977/65 - Definição dos Cursos de Pós-Graduação. **CAPES**, Brasília, 1965. Disponível em: https://www.capes.gov.br/images/stories/download/legislacao/Parecer_CESU_977_1965.pdf. Acesso em: 16 maio. 2019.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Resolução CNE/CES nº 1, de 3 de abril de 2001 -

Estabelece normas para o funcionamento de cursos de pós-graduação. **Diário Oficial da União**, Brasília, Seção 1, 2001. Disponível em: <https://www.capes.gov.br/images/stories/download/avaliacao/avaliacao-n/Resolucao-cne-01-2001.pdf>. Acesso em: 3 mar. 2019.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Resolução nº 1, de 8 de junho de 2007 - Estabelece normas para o funcionamento de cursos de pós-graduação lato sensu, em nível de especialização. **Diário Oficial da União**, Brasília, Seção 1, 2007. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/rces001_07.pdf. Acesso em: 11 fev. 2019.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Portaria nº 389, de 23 de março de 2017 - Dispõe sobre o mestrado e doutorado profissional no âmbito da pós-graduação stricto sensu. **Diário Oficial da União**, Brasília, Seção 1, 2017. Disponível em: http://www.in.gov.br/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/20482828/do1-2017-03-24-portaria-no-389-de-23-de-marco-de-2017-20482789. Acesso em: 2 ago. 2019.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO; FUNDAÇÃO COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR [CAPES]. **Relatório Técnico DAV** - Egressos da pós-graduação: áreas estratégicas. Brasília, 2017. Disponível em: https://www.capes.gov.br/images/stories/download/avaliacao/19122018_Cartilha-DAV-Egressos.pdf. Acesso em: 22 jul. 2019.

MONZÓN, I. M. M. Estrés académico en estudiantes universitarios. **Apuntes de Psicología**, Sevilla, v. 25, n. 1, p. 87–99, 2007.

MOREIRA, C. O. F.; HORTALE, V. A.; HARTZ, Z. D. A. Avaliação da pós-graduação: buscando consenso. **Revista Brasileira de Pós-Graduação**, Brasília, v. 1, p. 26–40, 2004.

MOROSINI, M. C. A Pós-graduação no Brasil: formação e desafios. **Revista Argentina de Educación Superior**, Buenos Aires, v. 1, n. 1, p. 125–152, 2009.

MOTA, Í. D. *et al.* Síndrome de Burnout em estudantes universitários: um olhar sobre as investigações. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 29, p. 243–256, 2017.

NETO, I. R. Prospectiva da Pós-Graduação no Brasil (2008 - 2022). **Revista Brasileira de Pós-Graduação**, Brasília, v. 7, n. 12, p. 58–79, 2010.

NOBRE, L. N.; FREITAS, R. R. De. Evolution of post-graduation in Brazil: history, policies and evaluation. **Brazilian Journal of Production Engineering**, Espírito Santo, v. 3, n. 2, p. 18–30, 2017.

PAIVA, K. C. M. *et al.* Estresse Ocupacional e Burnout de jovens trabalhadores. In: XXXVII Encontro da ANPAD, 2013, Rio de Janeiro. **Anais [...]**. Rio de Janeiro: ANPAD, 2013. Disponível em: http://www.anpad.org.br/admin/pdf/2013_EnANPAD_GPR63.pdf. Acesso em: 2 ago. 2019.

PANARI, C. *et al.* Assessing and improving health in the workplace: an integration of subjective and objective measures with the STress Assessment and Research Toolkit

(St.A.R.T.) method. **Journal of Occupational Medicine and Toxicology**, London, v. 7, n. 18, p. 1–8, 2012.

PAULINO, C. A. *et al.* Sintomas de estresse e tontura em estudantes de pós-graduação. **Revista Equilíbrio Corporal e Saúde**, São Paulo, v. 2, n. 1, p. 15–26, 2010.

PERES, R. S.; SANTOS, M. A.; COELHO, H. M. B. Perfil da clientela de um programa de pronto-atendimento psicológico a estudantes universitários. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 9, n. 1, p. 47–54, 2004.

REZENDE, M. S. **Stress e desempenho acadêmico na pós-graduação stricto sensu em ciências contábeis no brasil**. 2016. 146 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Contábeis) – Faculdade de Ciências Contábeis, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2016.

RIBEIRO, J. L. P. Escala de Satisfação com o Suporte Social (ESSS). **Análise Psicológica**, Lisboa, v. 3, n. 17, p. 547–558, 1999.

ROUVE, S. *et al.* Numeric score and visual analog scale in assessing seasonal allergic rhinitis severity. **Rhinology**, v. 48, n. 3, p. 285, 2010.

RUEDA, R. Z.; PINILLA, E. M. La deserción estudiantil UIS, una mirada desde la responsabilidad social universitaria. **Zona Próxima**, n. 21, p. 121-134, 2014.

RUOTSALAINEN, J. H. *et al.* Preventing occupational stress in healthcare workers. **Sao Paulo Medical Journal**, São Paulo, v. 134, n. 1, p. 92, 2016.

RUZA, F. M.; SILVA, E. P. As Transformações Produtivas na Pós-graduação: O Prazer no Trabalho Docente Está Suspenso? **Revista Subjetividades**, Fortaleza, v. 16, n. 1, p. 91–103, 2016.

SADIR, M. A.; BIGNOTTO, M. M.; LIPP, M. E. N. Stress e qualidade de vida: influência de algumas variáveis pessoais. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, Ribeirão Preto, v. 20, n. 45, p. 73–81, 2010.

SANTANA, O. A. Docentes de pós-graduação: grupo de risco de doenças cardiovasculares. **Acta Scientiarum Education**, Maringá, v. 33, n. 2, p. 219–226, 2011.

SANTOS, A. F.; SANTOS, M. A. Estresse e Burnout no Trabalho em Oncologia Pediátrica: Revisão Integrativa da Literatura. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 35, n. 2, p. 437–456, 2015.

SANTOS, A. L. F.; AZEVEDO, J. M. L. A pós-graduação no Brasil, a pesquisa em educação e os estudos sobre a política educacional: os contornos da constituição de um campo acadêmico. **Revista Brasileira de Educação**, Belo Horizonte, v. 14, n. 42, p. 534–550, 2009.

SANTOS, C. M. Tradições e contradições da pós-graduação no Brasil. **Educação & Sociedade**, Campinas, v. 24, n. 83, p. 627–641, 2003.

SAVIC, I.; PERSKI, A.; OSIKA, W. MRI Shows that Exhaustion Syndrome Due to Chronic Occupational Stress is Associated with Partially Reversible Cerebral Changes. **Cerebral Cortex**, New York, v. 28, p. 894–906, 2018.

SELYE, H. **The Stress of Life**. New York: McGraw-Hill, 1956.

SHETE, A. N.; GARKAL, K. D. A study of stress, anxiety, and depression among postgraduate medical students. **Journal of Health and Research**, Maharashtra, v. 2, n. 2, p. 119–123, 2015.

SIDMAN, M. **Coerção e suas implicações**. Tradução M.A. Andery; T.M. Sério. Campinas: Editorial Psy II (Original publicado em 1989), 1995.

SILINDA, F. T.; BRUBACHER, M. R. Distance Learning Postgraduate Student Stress while Writing a Dissertation or Thesis. **International Journal of E-Learning & Distance Education**, Kamloops, v. 32, n. 1, p. 1–13, 2016.

SILVA, A. H.; VIEIRA, K. M. Síndrome de Burnout em Estudantes de Pós-Graduação: Análise da Influência da Autoestima e Relação Orientador-Orientando. **Pretexto**, Belo Horizonte, v. 16, n. 1, p. 52–68, 2015.

SILVA, B. E. D. *et al.* A influência do trabalho no nível de estresse em estudantes de psicologia. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, Pombal, v. 6, n. 3, p. 23–25, 2016.

SILVA, E. P. Adoecimento e Sofrimento de Professores Universitários: Dimensões Afetivas e Ético-Políticas. **Psicologia - Teoria e Prática**, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 61–71, 2015.

SILVA, T. C.; BARDAGI, M. P. O aluno de pós-graduação stricto sensu no Brasil: revisão da literatura dos últimos 20 anos. **Revista Brasileira de Pós-Graduação**, Brasília, v. 12, n. 29, p. 683–714, 2015.

SOUZA, D. C. **Condições emocionais de estudantes universitários**: estresse, depressão, ansiedade, solidão e suporte social. 2017. 90 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia), Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, 2017.

SOUZA, J. A.; FADEL, C. B.; FERRACIOLI, M. U. Estresse no cotidiano acadêmico: um estudo com pós-graduandos em Odontologia. **Revista da ABENO**, Brasília, v. 16, n. 1, p. 50–60, 2016.

TARNOWSKI, M.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em estudantes de psicologia. **Temas em Psicologia**, Ribeirão Preto, v. 15, p. 173–180, 2007.

TOMÁS, R. A. *et al.* Adaptação pessoal e emocional em contexto universitário: o contributo da personalidade, suporte social e inteligência emocional. **Revista Portuguesa de Pedagogia**, Coimbra, v. 48, n. 2, p. 87–107, 2014.

VIEIRA, F. M., FUKAYA, R. J.; KUNZ, I. Determinantes das atividades de pesquisa e pós-graduação nas universidades federais brasileiras. **Revista Brasileira de Pós-Graduação**, Brasília, v. 12, n. 29, p. 625-646, 2015.

WORLD HEALTH ORGANIZATION [WHO]. Social Suport. *In*: WHO/HPR/HEP (ed.). **Health promotion glossary**. Switzerland: WHO/HPR/HEP, 1998. p. 20.

ZANOTTO, M. L. B. Subsídios da Análise do Comportamento para a formação de professores. *In*: HÜBNER, M. M. C.; MARINOTTI, M. (ed.). **Análise do Comportamento para a Educação** – Contribuições recente. Santo André: ESEtec Editores Associados, p. 33–48, 2004.