

# Avaliando ansiedade e habilidades sociais de universitários durante a pandemia da COVID-19

Anxiety and social skills indicators of college students during COVID-19 pandemic

Ansiedad y habilidades sociales de estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19

Recebido: 04/10/2022 | Revisado: 19/10/2022 | Aceitado: 22/10/2022 | Publicado: 27/10/2022

**Fabiane Ferraz Silveira Fogaça**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9443-5424>

Universidade de Taubaté, Brasil

E-mail: [fabianefs@hotmail.com](mailto:fabianefs@hotmail.com)

**Miguel Marcelo de Souza Neto**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0179-7958>

Universidade de Taubaté, Brasil

E-mail: [miguel-leugim@hotmail.com.br](mailto:miguel-leugim@hotmail.com.br)

**Adriana Leonidas de Oliveira**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2002-1012>

Universidade de Taubaté, Brasil

E-mail: [adrianeonidas17@gmail.com](mailto:adrianeonidas17@gmail.com)

**Alessandra Turini Bolsoni-Silva**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8091-9583>

Universidade Estadual Paulista, Brasil

E-mail: [bolsoni.silva@unesp.br](mailto:bolsoni.silva@unesp.br)

## Resumo

Estudos de diferentes países verificaram relações entre a piora da qualidade da saúde mental e redução no engajamento acadêmico em universitários durante a pandemia da COVID-19. Este estudo tem por objetivo descrever indicadores de engajamento em atividades acadêmicas, ansiedade geral, ansiedade de desempenho acadêmico e habilidades sociais (HS) em estudantes universitários no contexto da COVID-19. Participaram do estudo 88 universitários de diferentes semestres de um curso presencial de Psicologia de uma universidade do interior do Estado de São Paulo. A coleta de dados ocorreu por meio de questionário *online* no ano de 2020. Os resultados indicaram que: a) as maiores médias de engajamento em atividade acadêmica, ansiedade de desempenho acadêmico e HS foram obtidas pelos participantes do sétimo período e as menores médias pelos participantes do quinto período; b) correlações positivas entre categorias de HS e categorias de atividades acadêmicas; categorias de HS e categorias de ansiedade de desempenho acadêmico. Considera-se que os resultados corroboram com a literatura sobre prejuízos para a saúde mental em universitários como decorrência do enfrentamento da pandemia.

**Palavras-chave:** COVID-19; Estudantes universitários; Ansiedade; Habilidade social.

## Abstract

Studies from different countries verified the relationship between deterioration of quality of mental health and academic engagement decrease of college students during pandemic period of COVID-19. This study aim to describe indicators of academic engagement, anxiety, academic anxiety, and social skills (SK) of college students during COVID-19 context. Participants were 88 college students of different semesters of a undergraduate course of Psychology from the interior of State of São Paulo. Data were collected in 2020 by an online questionnaire. Main results indicated: a) participants of the 7th semester achieved greater mean of academic engagement, academic anxiety and SK; and participants of the 5th semester achieved the lower mean oh the same indicators; b) statistics correlations between SK categories and academic engagement; SK categories and academic anxiety categories. Final considerations suggest the results corroborate the literature on damage to mental health in college students as a result of coping with the pandemic.

**Keywords:** COVID-19; College students; Anxiety; Social skills.

## Resumen

Estudios han encontrado relaciones entre el empeoramiento de la calidad de la salud mental y la reducción del compromiso académico en los universitarios. Este estudio tiene como objetivo describir indicadores de participación en actividades académicas, ansiedad general, ansiedad por el rendimiento académico y habilidades sociales (HS) en universitarios en el contexto de COVID-19. 88 universitarios de diferentes semestres de un curso presencial de Psicología de una universidad del interior del Estado de São Paulo participaron en el estudio. La recolección de datos que se produjo a través de un cuestionario. Los resultados indicaron: a) los medios más altos en la actividad

acadêmica, ansiedade por el rendimiento académico y el HS fueron obtenidos por los participantes del séptimo período y los promedios más bajos por los participantes del quinto; b) correlaciones entre las categorías del HS y las categorías de actividades académicas; categorías HS y categorías de ansiedad por el rendimiento académico. Los resultados corroboran estudios sobre daños a la salud mental en universitarios como consecuencia del afrontamiento de la pandemia.

**Palabras clave:** COVID-19; Estudiantes universitarios; Ansiedad; Habilidad social.

## 1. Introdução

O ingresso no Ensino Superior traz desafios quanto à adaptação a novos contextos sociais, que decorrem da mudança de cidade, busca por nova residência, deslocamento até a universidade, etc. (Bolsoni-Silva et al., 2020). Diferentemente do Ensino Básico, os processos de ensino e aprendizagem no contexto universitário têm com características um ambiente de ensino menos estruturado, com maior exigência no desempenho, acompanhado de menor supervisão, atividades curriculares menos sequenciadas e diversidade de material didático a depender do curso e professores (Sahão & Kienen, 2020). Tanto os novos contextos sociais quanto os processos de ensino e aprendizagem exigirão, portanto, novos repertórios comportamentais, tais como autoregulação, independência, organização, habilidades sociais que, em conjunto, favorecerão suporte social, bom desempenho acadêmico, boa saúde emocional, interação de qualidade com professores e orientadores e grupos de trabalho acadêmico (Bolsoni-Silva et al., 2020).

Além das demandas acadêmicas e interpessoais, também é importante o destaque do papel da saúde mental na vida universitária e da sua influência na execução, com sucesso, das demandas previstas. Uma análise da literatura internacional e nacional indicou altas prevalências de ansiedade (10% a 25%), depressão (3% a 24%) e uso de drogas e álcool (37% a 56%) em estudantes universitários (Bolsoni-Silva et al., 2020).

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais em sua quinta edição (DSM-5), na seção de transtornos de ansiedade, cita como características a antecipação de ameaça futura, preocupação excessiva, tensão muscular, fadigabilidade e dificuldades de concentração (APA, 2014). Componentes comportamentais da ansiedade patológica estão relacionados ao relato de sofrimentos intensos, comportamentos de fuga e esquiva, perturbação do repertório comportamental do indivíduo e a supressão condicionada (Zamignani & Banaco, 2001).

A ansiedade de desempenho acadêmico é caracterizada pela presença de indicadores de ansiedade, que ocorrem especialmente diante de situações de avaliação, associadas a um desempenho acadêmico inferior ao repertório do estudante (Baptistella & Fogaça, 2018). São observados tanto indicadores físicos (APA, 2014), quanto comportamentais da ansiedade (Zamignani & Banaco, 2001) diante de estímulos presentes no contexto acadêmico, que foram estabelecidos como estímulos aversivos condicionados, dada uma história de condicionamento respondente (Baptistella & Fogaça, 2018). Estudantes universitários são frequentemente expostos a diversas atividades acadêmicas que compõem os requisitos de conclusão de disciplinas (p. ex. avaliações escritas, seminários em sala de aula, apresentações de opiniões em grupo, etc.), as quais, por sua vez, podem eliciar altos níveis de ansiedade.

Um amplo repertório de habilidades sociais representa um fator de proteção ao desenvolvimento de dificuldades comportamentais por estudantes universitários (Moreto & Bolsoni-Silva, 2019). O contexto universitário apresenta demandas que requerem um amplo repertório de habilidades sociais, como falar em público, lidar com autoridade, fazer novos amigos e, em muitos casos, conseguir moradia, estágio e trabalho (Bolsoni-Silva & Fogaça, 2018). Habilidades sociais (HS) podem ser definidos como comportamentos sociais, que favorecem a efetividade das interações sociais (Del Prette & Del Prette, 2018). No caso de universitários algumas categorias de HS se destacam, como a comunicação, a expressão de sentimentos e o falar em público (Moreto & Bolsoni-Silva, 2019). Existem evidências na literatura de que um repertório limitado de HS em universitários está associado a dificuldades do espectro da ansiedade (Bolsoni-Silva & Fogaça, 2020; Garcia et al., 2018).

Considera-se os estudantes universitários especialmente vulneráveis a questões de saúde mental, face às medidas de enfrentamento da pandemia da COVID-19. Segundo Brook et al. (2000), na população em geral os efeitos psicológicos de enfrentamento de pandemias tanto podem ter uma duração temporária, apenas durante a quarentena e/ou distanciamento social, como podem se prolongar por meses e anos, como os indicadores de transtorno de estresse pós-traumático, transtorno de ansiedade e transtorno obsessivo-compulsivo, que podem facilmente progredirem para quadros psicopatológicos, se não houver um sistema de suporte psicológico.

A autorização do ensino remoto emergencial com uso de meios digitais no contexto universitário foi concedida pelo MEC (Portaria no 345/2020), como parte das recomendações de distanciamento social. As instituições de ensino superior precisaram se adaptar rapidamente e novas diretrizes tiveram que ser discutidas para mediar os processos de ensino-aprendizagem com o uso de estratégias assíncronas e síncronas (Gusso et al., 2020; Nunes, 2021). A interrupção na convivência com colegas e professores e/ou suspensão temporária da formação acadêmica/profissional alterou os padrões de interação social de muitos estudantes universitários (Coelho et al., 2020).

O estudo de Ma Z et al. (2020) com estudantes universitários chineses, realizado no início da pandemia (31 de janeiro a 2 de fevereiro de 2020), indicou que 24,9% destes apresentaram sintomas de ansiedade; destes, 0,9% sofriam de ansiedade grave, 2,7% moderada e 21,3% apresentavam ansiedade leve. Wang et al. (2020), em um estudo, que avaliou indicadores de saúde mental em 746.217 estudantes universitários chineses, nos períodos de três a 10 de fevereiro de 2020, verificaram como resultados principais: a) a maior parte da amostra era do gênero feminino (55,6%); b) uma parcela significativa alcançou resultados como problemas de saúde mental (45%); c) com destaque para estresse agudo (35%), depressão (21%) e ansiedade (11%). Adicionalmente foram verificados fatores psicossociais de risco para problemas de saúde mental, como ter familiares ou amigos infectados; exposição à cobertura da mídia mais do que três horas por dia, para os sintomas de estresse; baixa percepção de suporte social para ansiedade e depressão; e estar nos últimos anos da graduação como condição de risco para depressão e/ou ansiedade.

Maia e Dias (2020) conduziram avaliações com 460 estudantes universitários portugueses em dois momentos distintos: fevereiro de 2018 e dez dias após o anúncio da pandemia da COVID-19 (fevereiro de 2020). Foram encontradas diferenças estatisticamente significativas com maiores taxas para o período pandêmico nas avaliações de ansiedade, depressão e estresse.

Clabaug et al. (2020) examinaram os efeitos das medidas de enfrentamento da COVID-19 sobre as percepções acadêmicas, bem-estar emocional e diferenças individuais em 295 estudantes universitários americanos, no anúncio da pandemia em abril de 2020. Os resultados indicaram altos níveis de estresse com piores resultados para o gênero feminino.

No estudo de Kecojevic et al. (2020) 162 universitários norte-americanos do Estado de Nova Jersey, local com alta incidência de infecções e óbitos decorrentes da pandemia, participaram de um estudo de levantamento. Os autores observaram associações entre altos níveis de depressão com dificuldade de se concentrar nas atividades acadêmicas e perda de atividade remunerada. Altos níveis de ansiedade foram reportados por estudantes das séries mais avançadas em comparação com estudantes das séries iniciais.

Nunes (2021) conduziu em novembro de 2020 uma pesquisa com 106 estudantes universitários brasileiros, por meio da aplicação de um questionário online com questões relacionadas à saúde mental. Os relatos dos participantes indicaram uma elevada ocorrência de piora (39%) e grande piora (20%) na avaliação de saúde mental durante o enfrentamento da pandemia, sendo os resultados mais negativos obtidos com o gênero feminino. As categorias ansiedade (72,6%), desânimo (67%) e estresse (60,4%) foram as mais relatadas pelos participantes.

Os resultados de Godoy et al. (2021) com 28 estudantes universitários brasileiros do curso de psicologia (71,4% gênero feminino e 28,6% do gênero masculino) indicaram a classificação severa na avaliação de ansiedade na maior parte da

amostra (42,9%) ao final do ano de 2020. Resultados complementares demonstraram que os piores resultados de engajamento na aprendizagem de conteúdos acadêmicos, por meio do ensino remoto emergencial, estavam associados com os piores resultados na avaliação de indicadores gerais de ansiedade.

Adicionalmente aos estudos de caracterização, alguns pesquisadores desenvolveram relatos de experiências com projetos de intervenção voltados aos universitários. Coelho et al. (2020) apresentaram as estratégias de uma Roda de Conversa *Online* com o objetivo de fortalecimento de vínculos entre os universitários durante a fase inicial de enfrentamento da pandemia. Fogaça et al. (2022) descreveram os procedimentos de uma Oficina *Online* como modalidade de telessaúde, para o desenvolvimento de habilidades sociais em universitários com ansiedade de desempenho acadêmico.

O enfrentamento da pandemia da COVID-19 gerou impactos profundos em dimensões sociais, econômicas e de saúde pública (WHO, 2020). Com relação aos estudantes universitários, destacam-se as investigações teóricas e empíricas sobre questões de saúde mental durante o enfrentamento da pandemia. Estudos conduzidos no início da pandemia (primeiro trimestre de 2020) verificaram prejuízos em indicadores de saúde mental como estresse, depressão e ansiedade (Clabaug et al., 2020; Ma Z et al., 2020; Maia & Dias, 2020; Wang et al., 2020). Estudantes universitários brasileiros também reportaram uma piora nas condições de saúde mental (Nunes, 2021) e altos níveis de ansiedade (Godoy et al., 2021) em avaliações conduzidas no final do ano de 2020. Existem evidências de piores resultados quanto a aspectos de saúde mental para universitários nas fases finais do curso (Kecojevic et al., 2020; Wang et al., 2020). Os estudos referenciados também apontaram para relações entre indicadores de saúde mental e indicadores de desempenho acadêmico, como a aprendizagem (Godoy et al., 2021), percepções acadêmicas (Clabaug et al., 2020) e concentração em atividades acadêmicas (Kecojevic et al., 2020). No conjunto, tais resultados geraram novas questões quanto as relações entre indicadores gerais e específicos de ansiedade (p. ex. ansiedade geral e ansiedade de desempenho acadêmico) e o engajamento acadêmico por estudantes universitários brasileiros, em diferentes fases do curso, durante o enfrentamento da pandemia no ano de 2020. Adicionalmente a literatura destaca as Habilidades Sociais (HS) como repertórios relevantes para a adaptação às demandas sociais e acadêmicas do Ensino Superior (Bolsoni-Silva et al., 2020), entretanto existe uma lacuna no conhecimento sobre os efeitos protetivos das HS para o enfrentamento da pandemia.

Considerando que os efeitos do enfrentamento de pandemias sobre indicadores de saúde mental podem perdurar a longo prazo (Brook et al., 2000), bem como o fato de que as medidas de enfrentamento da COVID-19 geraram a suspensão e/ou modificação nos contextos formais de aprendizagem, questiona-se: Quais os efeitos do distanciamento social e do ensino remoto sobre indicadores de ansiedade, repertório de habilidades sociais e engajamento em atividades acadêmicas de estudantes universitários? Este estudo tem por objetivo descrever indicadores de engajamento em atividades acadêmicas, ansiedade geral, ansiedade de desempenho acadêmico e habilidades sociais em estudantes universitários durante o enfrentamento da pandemia da COVID-19.

## 2. Metodologia

### Participantes

Participaram do estudo 88 estudantes universitários de um curso presencial de Psicologia de uma universidade do interior do Estado de São Paulo. A amostra foi composta por 40 estudantes do curso integral (45,5%) e 48 estudantes do curso noturno (54,5%), matriculados no primeiro (25%), terceiro (21,6%), quinto (20,5%) e sétimo (32%) períodos. A maior parte dos participantes declarou ser do gênero feminino (90%), na faixa etária de 20-22 anos (34%), cursando a primeira graduação (53%), ter etnia branca (68%), residir com ambos os pais (48%) e não exercer atividade de trabalho remunerada (59%).

## Instrumentos

### Dados Sociodemográficos e Atividades acadêmicas

Por meio da aplicação de um questionário *online* com questões, foram coletados os seguintes Dados Sociodemográficos: gênero (por indicação do participante), faixa etária, maior nível de escolaridade, etnia, com quem reside e trabalho. No mesmo questionário *online* foram incluídas questões fechadas sobre o número de horas semanais (zero, uma, duas, três, quatro ou mais de 5 horas semanais em cada atividade) de engajamento nas seguintes Atividades Acadêmicas: leitura, realização de atividades solicitadas no curso, iniciação científica, grupo de estudo, curso de extensão, assistir a vídeos na internet sobre conteúdo científico e assistir a vídeos na internet sobre eventos culturais.

### Indicadores de Ansiedade Geral

Foi utilizada uma adaptação em formato de questionário *online* com questões fechadas do Instrumento para Transtorno Geral de Ansiedade (GAD-7), versão traduzida para o português do Brasil pela Pfizer (2005). O GAD-7 é um instrumento de rastreio amplamente utilizado na área da Saúde, que avalia as condições do participante nas últimas duas semanas. O instrumento é composto por sete questões, com uma escala de zero a três pontos (“nenhuma vez”, “vários dias”, “mais da metade dos dias” e “quase todos os dias”). Os resultados são classificados em termos de severidade alta (15-21), moderada (10-14), branda (5-9) e mínima (0-4). O instrumento apresenta adequados índices de fidedignidade (Moreno et al., 2016).

### Indicadores de Ansiedade de Desempenho Acadêmico

Neste estudo foi utilizado uma adaptação (autorizada pelos autores) do Inventário de Ansiedade frente a Provas – IAP (Karino & Laros, 2014) para um questionário *online* com questões fechadas. O IAP é composto por 36 itens que avaliam as seguintes dimensões de ansiedade frente às provas: preocupação, emoção, distração e falta de confiança. Os itens apresentam afirmações sobre condições percebidas do respondente em contexto de avaliação, compostas por uma escala de cinco pontos: “Não descreve minha situação no momento”, “Descreve um pouco”, “Descreve moderadamente”, “Descreve bastante” e “Descreve perfeitamente a minha condição”. Para o presente estudo foram utilizados somente os itens que avaliam as dimensões preocupação, distração e falta de confiança, pois os estados físicos de ansiedade descritos na dimensão emoção, já seriam investigados com a aplicação do instrumento GAD-7. O instrumento apresenta adequadas estruturas fatoriais e boa consistência interna.

### Indicadores de Habilidades Sociais

Para a investigação de indicadores de Habilidades Sociais foi utilizado um questionário *online* com questões fechadas da adaptação (autorizada pelas autoras) da Parte 1 do Questionário de Avaliação de Comportamentos e Contextos de Habilidades Sociais para Universitários - QHC-Universitários (Bolsoni-Silva & Loureiro, 2015). O QHC (Parte 1) é composto por 30 questões, organizadas nas dimensões Comunicação e Afeto, Enfrentamento e Falar em público. As questões são compostas por alternativas sobre a frequência de ocorrência das HS “frequentemente”, “algumas vezes”, “quase nunca” e “não se aplica”, diante de diferentes interlocutores (pai, mãe, irmão, amigo, namorado e colega de república). Na avaliação das propriedades psicométricas da versão original do instrumento foram verificados resultados satisfatórios nas dimensões validade de construto, concorrente, discriminante e fidedignidade.

### Procedimento de coleta e análise de dados

O presente estudo adota a metodologia de Estudo de Levantamento, que proporciona a investigação de processos em um grupo de pessoas, com o predomínio de uma análise quantitativa (Cozby, 2003; Gil, 2002). Para o Estudo Piloto todos os questionários *online* foram enviados a dois estudantes universitários. No geral, os instrumentos apresentaram avaliações positivas quanto aos critérios de correção gramatical, clareza e adequação à população. Após as autorizações institucionais e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa, os questionários *online* foram enviados para os endereços de *email* da população de estudantes universitários de um curso de Psicologia (N=510) via plataforma *Qualtrics* no mês de junho de 2020, dois meses após a implantação do ensino remoto emergencial e após a aplicação dos instrumentos oficiais de avaliação de aprendizagem do curso. O prazo de duas semanas foi adotado como critério para o recebimento das respostas. Os resultados foram organizados de acordo com o período do curso (1º, 3º, 5º e 7º), conforme segue: a) Dados Sociodemográficos organizados em porcentagens; b) engajamento em Atividades Acadêmicas identificado em médias simples e desvio padrão; c) Ansiedade Geral (GAD-7) organizado em médias simples e desvio padrão dos resultados totais e de cada item, incluindo a indicação da classificação de severidade; d) Ansiedade de Desempenho Acadêmico (IAP) organizados em médias simples e desvio padrão dos resultados totais e de cada fator; e e) Habilidades Sociais (QHC) identificados em médias simples e desvio padrão dos resultados totais e de cada fator. Os resultados dos testes de normalidade (*Shapiro-Wilk*) não indicaram uma distribuição normal das variáveis do estudo, optando-se, assim, por testes não paramétricos. Foram analisadas as diferenças entre as médias dos grupos (*Kruskal Wallis*), conduzidas análises post hoc (*Mann-Whitney*) e de correlação (*Spearman*) entre as variáveis do estudo (valores entre 0,10 e 0,29 indicam uma relação fraca, 0,30 e 0,49 são consideradas moderadas e entre 0,50 e 1 são interpretados como forte, segundo os critérios de Cohen, 1988).

### Questões éticas

Os participantes foram informados sobre os objetivos da pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O projeto de pesquisa foi aprovado por um Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE 32427820.3.1001.5501).

### 3. Resultados

A Tabela 1. apresenta os resultados de engajamento em atividades acadêmicas durante o período de ensino remoto emergencial.

**Tabela 1** - Engajamento em Atividades Acadêmicas (média de horas) organizado em total e categoria por período.

categoria	período do curso				p
	1º	3º	5º	7º	
	média (DP)				
Atividade Acadêmica total	12,5 (4,72)	13,32 (5,28)	11,11 (4,73)	16,90 (6,04)	0,40
leitura	3,27 (1,39)	2,79 (1,84)	3,17 (1,69)	3,93 (1,36)	0,12
atividade	4,09 (1,06)	4,05 (1,13)	3,61 (1,29)	4,21 (1,21)	0,38
iniciação científica	0,09 (0,29)	0,42 (0,90)	0,28 (0,57)	0,93 (1,67)	0,30
grupo de estudo	0,77 (1,11)	1,74 (1,45)	0,28 (0,75)	1,48 (1,57)	0,00
projeto de extensão	0,95 (1,40)	0,79 (1,18)	0,72 (1,27)	1,45 (1,90)	0,67
vídeo científico	1,45 (1,18)	1,58 (1,39)	1,78 (1,22)	2,76 (1,46)	0,01
vídeo cultural	1,64 (1,26)	1,95 (1,51)	1,28 (1,07)	2,14 (1,55)	0,20

Fonte: Elaborado pelos autores.

De acordo com a Tabela 1., verifica-se que as maiores médias da categoria Atividades Acadêmicas Total foram apresentadas pelos participantes do sétimo período, seguido pelo terceiro, primeiro e quinto períodos. Observa-se na Tabela 1., que as maiores médias foram apresentadas pelo sétimo período em todas as categorias analisadas e que os participantes do quinto período apresentaram as menores médias em quatro das sete categorias avaliadas. Foram encontradas diferenças significativas (*Kruskal Wallis*) entre as médias das categorias Grupo de Estudo ( $KW=3,643$ ;  $p= 0,002$ ) e Vídeo científico ( $KW=1,543$ ;  $p=0,003$ ). As análises da categoria Grupo de Estudo indicaram diferenças significativas (teste *Mann-Whitney*) na comparação entre as médias dos períodos: terceiro e quinto ( $p=0,001$ ) e sétimo e quinto ( $p= 0,002$ ); os resultados da categoria Vídeo científico revelaram diferenças nas médias do sétimo e primeiro período ( $p= 0,001$ ). Na Tabela 2. são apresentados os resultados de indicadores de Ansiedade Geral.

**Tabela 2** - Indicadores de Ansiedade Geral organizados em total, classificação de severidade e item por período.

categoria	período do curso				p
	1º	3º	5º	7º	
	média (DP)				
ansiedade geral total	11,36 (3,97)	10,68 (4,23)	9,61 (6,70)	11,52 (4,12)	0,35
classificação de severidade	moderada	moderada	baixa	moderada	
item					
nervoso, ansioso ou muito tenso	1,77 (0,81)	2,05 (0,91)	1,65 (1,15)	2,14 (0,92)	0,20
não ser capaz de impedir ou de controlar as preocupações	1,68 (0,95)	1,68 (0,95)	1,28 (1,23)	1,62 (1,01)	0,53
preocupar-se muito com diversas coisas	2,18 (0,80)	2,11 (0,94)	1,88 (1,05)	2,17 (0,93)	0,80
dificuldade para relaxar	1,82 (1,05)	1,58 (1,02)	1,39 (1,14)	1,52 (0,87)	0,60
ficar tão agitado/a que se torna difícil permanecer sentado/a	0,82 (0,66)	0,84 (0,60)	0,89 (0,96)	1,10 (0,98)	0,99
ficar facilmente aborrecido/a ou irritado	1,86 (0,83)	1,32 (1,06)	1,59 (0,94)	1,69 (1,00)	0,30
sentir medo como se algo terrível fosse acontecer	1,23 (1,11)	1,11 (1,05)	1,69 (1,03)	1,28 (1,31)	0,48

Fonte: Elaborado pelos autores.

De acordo com a Tabela 2., verifica-se que as maiores médias de Ansiedade Geral Total foram apresentadas pelos participantes do sétimo período (severidade moderada), seguido pelo primeiro (severidade moderada), terceiro (severidade moderada) e quinto períodos (severidade baixa). Os resultados indicaram maiores médias para o primeiro período em quatro dos sete itens investigados. Nota-se na Tabela 2., que o sétimo período apresentou as maiores médias em dois dos sete itens investigados e o quinto período em um item. Na sequência são demonstrados os resultados da avaliação de Ansiedade de Desempenho Acadêmico (Tabela 3.).

**Tabela 3** - Indicadores de Ansiedade de Desempenho Acadêmico organizados em avaliação total e fator por período.

categoria	período do curso				p
	1°	3°	5°	7°	
	média (DP)				
ansiedade de desempenho total	20,50 (10,98)	22,11 (12,80)	19,56 (11,52)	22,47 (13,32)	0,30
fator					
preocupação	32,82 (8,96)	36,37 (9,90)	31,39 (11,46)	37,66 (10,50)	0,08
distração	16,55 (5,09)	16,95 (6,75)	14,44 (5,31)	16,55 (6,62)	0,59
confiança	12,14 (4,30)	13 (5,99)	12,95 (5,38)	13,21 (5,19)	0,89

Fonte: Elaborado pelos autores.

Observa-se na Tabela 3., que a maior média de Ansiedade de Desempenho Acadêmico Total foi obtida pelo sétimo período, seguido do terceiro, primeiro e quinto períodos. Todos os períodos avaliados alcançaram as maiores médias no fator Preocupação, com destaque para os participantes do sétimo período. Já os participantes do quinto período alcançaram os resultados mais baixos em tal fator. Quanto ao fator Distração observa-se que os participantes do terceiro período apresentaram os maiores resultados e os participantes do quinto período os menores resultados. O fator Confiança, alcançou as menores médias em todos os períodos avaliados, com maiores resultados para o sétimo período e menor resultado para o primeiro período. A Tabela 4. reúne os resultados da avaliação de Habilidades Sociais.

**Tabela 4** - Indicadores de Habilidades Sociais organizados em avaliação total e fator por período.

categoria	período do curso				p
	1°	3°	5°	7°	
	média (DP)				
Habilidade Social total	20,86 (5,34)	20,89 (5,36)	14,28 (6,21)	23,62 (5,29)	0,00
Fator					
HS de comunicação	5,18 (1,40)	4,84 (1,54)	2,22 (1,31)	5,38 (1,82)	0,00
HS de expressar sentimento positivo	4,67 (2,08)	4,32 (1,77)	2,28 (1,45)	4,79 (1,90)	0,00
HS de expressar sentimento negativo	1,22 (1,84)	1,91 (1,18)	1,72 (2,65)	2,17 (1,34)	0,10
HS de expressar opinião	4,48 (2,00)	4,89 (1,91)	2,39 (1,20)	5,14 (1,57)	0,00
HS de falar em público	2,04 (1,30)	2,11 (1,37)	2,11 (1,28)	2,83 (0,93)	0,07
HS de fazer crítica	1,25 (0,45)	1,17 (0,58)	1 (0,60)	1 (0)	0,53
HS de receber crítica	2,04 (1,64)	2,05 (1,22)	2,83 (2,09)	3,00 (1,25)	0,11

Fonte: Elaborado pelos autores.

De acordo com a Tabela 4 nota-se que as maiores médias nos resultados de Habilidade Social Total foram alcançadas pelo sétimo período, seguido do terceiro, primeiro e quinto. O sétimo período alcançou as maiores médias de ocorrência em seis das sete categorias avaliadas. A categoria HS de Comunicação obteve as maiores médias em comparação com as demais categorias em todos os grupos analisados. Verifica-se que o quinto período obteve as menores médias em quatro das sete categorias analisadas. Foram encontradas diferenças significativas (*Kruskal Wallis*) entre as médias das categorias Habilidade Social Total ( $KW=21,436$ ;  $p=0,000$ ), HS de Comunicação ( $KW=31,351$ ;  $p=0,000$ ), HS de Expressar Sentimento Positivo ( $KW=18,767$ ;  $p=0,000$ ) e HS de Expressar Opiniões ( $KW=24,525$ ;  $p=0,000$ ). As análises da categoria Habilidade Social Total

(teste *Mann-Whitney*) indicaram diferenças nas comparações entre as médias dos períodos: primeiro e quinto ( $p=0,001$ ), terceiro e quinto ( $p=0,003$ ) e quinto e sétimo ( $p=0,000$ ). Os resultados da categoria HS de Comunicação (*Mann-Whitney*) indicaram diferenças significativas nas comparações entre as médias dos períodos: primeiro e quinto ( $p=0,000$ ), terceiro e quinto ( $p=0,000$ ) e sétimo e quinto ( $p=0,000$ ). Foram encontradas diferenças (*Mann-Whitney*) nas médias da categoria HS de Expressar Sentimento Positivo entre os períodos: primeiro e quinto ( $p=0,001$ ), terceiro e quinto ( $p=0,001$ ) e sétimo e quinto ( $p=0,001$ ). As análises da categoria HS de Expressar Opiniões (*Man Whitney*) indicaram diferenças significativas entre os períodos: primeiro e quinto ( $p=0,001$ ); terceiro e quinto ( $p=0,000$ ) e sétimo e quinto ( $p= 0,000$ ). Na sequência serão apresentadas as análises de correlação (Tabela 5.).

**Tabela 5 - Análise de correlação (*Spearman's rho*).**

	AtT	AnT	PrT	DiT	CoT	ADT	HSC	HSSp	HSSn	HSO	HSFP	HSF	HSR	HST
AtT	1													
AnT	,186	1												
PrT	,243*	-0,001	1											
DiT	0,034	0,000	,538**	1										
CoT	0,158	-0,128	-,501**	0	1									
ADT	0,072	0,027	,913**	,753**	-,688**	1								
HSC	,297*	0,098	0,030	0,113	-0,004	0,038	1							
HSSp	0,043	0,116	-0,034	-0,008	0,049	-0,045	,580**	1						
HSSn	0,043	-0,079	0,165	0,060	-0,095	0,171	0,118	0,038	1					
HSO	,253*	0,059	0,025	0,009	-0,056	0,031	,489**	,443**	,203*	1				
HSFP	0,162	-0,054	-0,009	-0,003	0,093	-0,020	0,148	0,180	0,156	,232*	1			
HSF	0,083	0,068	-0,132	-0,020	-0,042	-0,091	0,033	-0,070	-0,041	0,120	-0,052	1		
HSR	0,028	-0,094	0,146	0,130	-,185*	,185*	0,086	0,041	,267**	0,109	-0,013	0,046	1	
HST	,233*	0,035	0,068	0,066	-0,075	0,082	,722**	,676**	,467**	,720**	,400**	0,070	,376**	1

\* nível de significância a 0,01

\*\* nível de significância a 0,05

Legenda: Atividade Total (AtT), Ansiedade Geral Total (AnT), Preocupação Total (PrT), Distração Total (DiT), Confiança Total (CoT), Ansiedade de Desempenho Total (ADT), Habilidade Social de Expressar Sentimento Positivo (HSSp), Habilidade Social de Expressar Sentimento Negativo (HSSn), Habilidade Social de Expressar Opinião (HSO), Habilidade Social de Falar em Público (HSFP), Habilidade Social de Fazer Crítica (HSF), Habilidade Social de Receber Crítica (HSR) e Habilidade Social Total (HST).

Fonte: Elaborado pelos autores.

Na Tabela 5 são identificadas sete correlações positivas considerando a categoria Habilidade Social Total: Atividade Acadêmica total (correlação fraca), HS de Comunicação (correlação forte), HS de Expressar Sentimento Positivo (correlação forte), HS de Expressar Sentimento Negativo (correlação moderada), HS de Expressar Opinião (correlação forte), HS de Falar em Público (correlação moderada), e HS de Receber Crítica (correlação moderada). Considerando a categoria Atividade Total são observadas três correlações positivas: Preocupação Total (correlação fraca), HS de Comunicação (correlação fraca) e HS de Expressar Opinião (correlação fraca). Os resultados da categoria HS de Expressar Opinião indicaram três correlações positivas: HS de Comunicação (correlação moderada), HS de Expressar Sentimento Positivo (correlação fraca) e HS de Expressar Sentimento Negativo (correlação fraca). Sobre a categoria Ansiedade de Desempenho Total são observadas duas correlações positivas: Preocupação Total (correlação forte) e Distração Total (correlação forte).

Foram verificadas duas correlações positivas envolvendo a categoria HS de Receber Crítica: Ansiedade de Desempenho Total (correlação fraca) e HS de Expressar Sentimento Negativo (correlação fraca). Observa-se uma correlação negativa (correlação forte) entre Confiança Total e Ansiedade de Desempenho Total. Nota-se a correlação negativa entre Confiança Total e HS de Receber Crítica (correlação fraca). Com relação a categoria Preocupação Total verifica-se a correlação positiva com Distração Total (correlação forte) e uma correção negativa com Confiança Total (correlação forte). A HS de

Expressar Sentimento Positivo apresenta correlação positiva com a HS de Comunicação (correlação forte). A categoria HS de Falar em Público apresenta uma correlação positiva com a categoria HS de Expressar Opinião (correlação fraca).

Em síntese, foram observadas correlações positivas e fortes entre: a) Habilidade Social total e as categorias HS de Comunicação, HS de Expressar Sentimento Positivo, HS de Expressar Opinião; b) Ansiedade de Desempenho total e as categorias Preocupação Total e Distração Total; c) Preocupação Total e Distração Total; d) HS de Expressar Sentimento Positivo e HS de Comunicação. Os resultados indicaram as seguintes correlações negativas e fortes: a) entre Confiança Total e Ansiedade de Desempenho Total; b) entre Preocupação Total e Confiança Total.

#### 4. Discussão

De forma geral os resultados corroboram com a literatura que indica prejuízos para a saúde mental em universitários como decorrência do enfrentamento da pandemia da COVID-19. Níveis moderados ou severos de ansiedade geral foram observados em amostras de universitários de cursos diversos e em diferentes países (Clabau et al., 2020; Maia & Dias, 2020; Nunes, 2021; Wang et al., 2020). Diferentemente de estudantes universitários chineses, que apresentaram níveis de ansiedade considerados baixos (Ma Z et al., 2020), neste estudo, com exceção dos participantes do quinto período, todos os demais resultados são classificados com o nível de severidade moderada, corroborando com os resultados de uma amostra de estudantes brasileiros (Godoy et al., 2021). Em conformidade com outros estudos (Kecojevic et al., 2020; Wang et al., 2020) o grupo correspondente à fase final do curso (sétimo período) obteve o resultado mais elevado de ansiedade geral.

Estudantes do sétimo período apresentaram as maiores médias de engajamento em Atividades Acadêmicas, com diferenças estatísticas nas comparações entre os sétimo e quinto períodos na categoria Grupo de Estudo e sétimo e primeiro períodos na categoria Vídeo Científico. Tais resultados divergem do estudo de Godoy et al. (2021), no qual o baixo engajamento em atividades acadêmicas foi observado nos resultados dos participantes com elevados indicadores de ansiedade.

Foram verificadas compatibilidades entre os resultados de Ansiedade Geral e de Ansiedade de Desempenho Acadêmico, na medida em que os participantes do sétimo período alcançaram resultados mais elevados e os participantes do quinto período alcançaram resultados mais baixos em tais categorias, evidenciando a hipótese de relações entre os dois constructos de ansiedade. Na fase final do curso os estudantes se deparam com demandas acadêmicas avaliativas, que compõem os requisitos de disciplinas (p. ex. avaliações escritas, apresentações de trabalho oral, seminários em sala de aula e expressões de opinião em grupo, etc.) e da conclusão do próprio curso, como estágios curriculares e monografias de conclusão. O período de enfrentamento da pandemia, com a interrupção temporária de tais atividades acadêmicas e/ou mudanças em requisitos e critérios de desempenho, pode ter influenciado no aumento de indicadores de ansiedade. Mudanças em condições sociodemográficas, como a perda de emprego (Kecojevic et al., 2020) e tempo de busca por informações sobre a pandemia (Godoy et al., 2021; Wang et al., 2020), variáveis estas não investigadas neste estudo, também podem ter influenciado nos resultados.

O item “Preocupar-se muito com diversas coisas” (ansiedade geral) e o fator “Preocupação” (ansiedade de desempenho acadêmico) tiveram resultados elevados, com destaque para os participantes do sétimo período. Segundo Akemi e Laros (2014), o fator Preocupação é “representado por itens que revelam uma preocupação com as consequências da prova e com o próprio desempenho” (p. 29). Tais resultados confirmam outros achados da literatura sobre os pensamentos e preocupações acadêmicas durante o enfrentamento da pandemia, com relação aos atrasos das atividades acadêmicas, cursos, tarefas, seminários e atividades avaliativas (Godoy et al. (2021). Os dados das correlações sugerem associações positivas e de forte magnitude entre categorias de Ansiedade de Desempenho Acadêmico, tais como Ansiedade de Desempenho total e Preocupação Total e Distração Total) e relações inversas entre os fatores Preocupação Total e Confiança Total. A antecipação de eventos negativos, bem como a preocupação excessiva são elementos definidores dos transtornos de ansiedade (APA,

2014), que podem ter impactos negativos aos universitários (Bolsoni-Silva et al., 2020; Bolsoni-Silva & Fogaça, 2018), especialmente se ocorrem diante de estímulos presentes em situações de avaliação (Baptistella & Fogaça, 2018).

Foram observadas que as categorias HS Comunicação, HS de Expressar sentimento positivo e HS de Expressar sentimento negativo apresentaram as maiores frequências considerando todos os grupos analisados. No contexto universitário a HS de Comunicação auxilia no estabelecimento de relações positivas com professores e colegas, formação de grupos de trabalho, etc. (Bolsoni-Silva et al., 2020; Del Prette & Del Prette, 2018). Tal habilidade é de especial importância no contexto universitário, sobretudo, em um período de enfrentamento de uma pandemia que demandou o uso de estratégias síncronas e assíncronas de comunicação (Coelho, et al., 2020), mudanças nos processos de ensino-aprendizagem (Gusso et al., 2020) e fortalecimento da rede de suporte para a adaptação aos estudos (Sahão & Kienen, 2020). O manejo de sentimentos e preocupações representa um repertório importante e alternativo aos comportamentos de fuga e esquiva diante de estímulos que desencadeiam ansiedade (Bolsoni-Silva & Loureiro, 2015; Garcia et al., 2018). As categorias HS de Expressar sentimento positivo, HS de Expressar sentimento negativo e HS de Expressar opiniões auxiliam no manejo adequado das emoções, controle da agressividade e equilíbrio entre direitos e deveres nas relações sociais (Bolsoni-Silva et al., 2020). A HS de Fazer Crítica que auxilia no manejo de comportamentos agressivos na universidade, nos relacionamentos amorosos, de amizade, de moradia ou no trabalho (Bolsoni-Silva & Fogaça, 2018) alcançou os menores resultados em todos os períodos analisados. Os participantes do sétimo período alcançaram as maiores frequências em sete das oito categorias de HS avaliadas e o quinto período obteve as menores ocorrências em quatro das sete categorias de HS analisadas.

As análises de correlação indicaram associações, ainda que de fraca magnitude, entre o engajamento em Atividades Acadêmicas e o repertório de Habilidades Sociais. As habilidades de gerenciamento do comportamento de estudo e engajamento acadêmico são repertórios relevantes para o ingresso no Ensino Superior (Sahão & Kienen, 2020), que podem ser afetados com o enfrentamento da pandemia (Kecojevic et al., 2020). As relações positivas entre o engajamento em Atividades Acadêmicas e categorias de HS, indicam os fatores protetivos do repertório social para o enfrentamento da pandemia por estudantes universitários.

Os dados das correlações sugerem associações positivas e de forte magnitude entre categorias de Habilidades Sociais (p. ex. entre HS de Comunicação e HS de Expressar Opinião). As relações sociais servem de apoio para a adaptação, especialmente nos casos de falta de serviço de apoio universitário específico (Sahão & Kienen, 2020), que, entretanto, requerem amplo repertório de HS de Comunicação e de Expressão de sentimentos para falar em público, lidar com autoridade, fazer novos amigos, e, em muitos casos, conseguir moradia, estágio e trabalho (Bolsoni-Silva & Fogaça, 2018). A baixa percepção de suporte social correspondeu a um dos fatores de risco para problemas de saúde mental em estudantes universitários durante a fase inicial da pandemia (Wang et al., 2020).

Os dados das correlações sugerem associações positivas, ainda que de baixa magnitude entre categorias de Habilidades Sociais e categorias de Ansiedade de Desempenho Acadêmico (p. ex. entre alta frequência da HS de Receber Crítica e ocorrência da Ansiedade de Desempenho Acadêmico Total) bem como relações negativas entre tais categorias (p. ex. entre HS de Receber Crítica e a categoria Confiança), trazendo mais evidências sobre repertórios críticos para a prevenção de ansiedade no contexto universitário. Outros estudos sugerem que o desempenho do estudante universitário em atividades acadêmicas é influenciado pelo repertório de HS (Angelico et al., 2018) e que melhoras nas avaliações de ansiedade e aumento de repertório de HS pode ser alcançado a partir de intervenções com componentes do Treinamento de Habilidades Sociais (Moreto & Bolsoni-Silva, 2019).

## 5. Considerações Finais

As medidas de enfrentamento da pandemia da COVID-19 geraram impactos nas esferas de Saúde Pública, sociais e Econômicas com proporções globais (WHO, 2020). No âmbito do Ensino Superior destacaram-se os impactos nos padrões de interação social com colegas e professores, suspensão temporária da formação acadêmica/profissional (Coelho et al., 2020), reorganização dos processos de ensino-aprendizagem (Gusso, 2020; Nunes, 2021) e fortalecimento ou reorganização de repertórios de universitários, como comportamentos de estudo, gerenciamento de emoções e resolução de problemas (Sahão & Kienen, 2020). Apesar das maiores ocorrências de indicadores de ansiedade, os participantes da fase final do curso, apresentaram os maiores resultados de engajamento em Atividades Acadêmicas, sobretudo, com características de cumprimento de atividades curriculares e participação em aulas síncronas, bem como maiores frequências de categorias de Habilidades Sociais (HS). A correlação positiva, ainda que de baixa magnitude, entre a HS de Receber Crítica e o nível alto de Ansiedade de Desempenho Acadêmico Total, bem como a relação negativa entre tal categoria de HS e a categoria Confiança, sugerem que o grau de proficiência com que o manejo de críticas no contexto acadêmico seja uma condição essencial a ser melhor investigada como prevenção à ansiedade de desempenho.

Como aspectos relevantes do presente estudo, destacam-se o tamanho da amostra, com estudantes de diferentes fases do curso, uso de instrumentos de rastreio com propriedades psicométricas bem estabelecidas, inclusão de variáveis de saúde mental, engajamento acadêmico e habilidades sociais, em um período inicial de medidas de enfrentamento da pandemia da COVID-19. Algumas limitações também podem ser destacadas, por exemplo, avaliação de um único curso de graduação e falta de medida de comparação com fases posteriores de enfrentamento da pandemia. Estudos futuros poderão avaliar o repertório de habilidades sociais como uma variável moderadora para os indicadores de ansiedade e engajamento em atividades acadêmicas por estudantes universitários.

## Referências

- Baptistella, N. F.; Fogaça, F. F. S. (2017). Ansiedade de desempenho em estudantes de curso pre-vestibular. In: A. L. de Oliveira & P. F. de Castro. (Orgs) *Psicologia: Diversos Olhares* (pp. 390-401). Taubaté: EdUnitau.
- Bolsoni-Silva, A. T., & Fogaça, F. F. S. (2018b). Social anxiety disorder in the university student context: evaluation and promotion of interactions. In F. L. Osório & M. F. Donadon (Orgs) *Social Anxiety Disorder: Recognition, Diagnosis and Management* (pp. 95-118). New York: Nova Biomedical.
- Bolsoni-Silva, A. T., & Loureiro, S. R. (2015). Social skills of undergraduates without mental disorders: Academic and socio-demographic variables. *Psico-USF*, 20, 447-459. <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200307>
- Bolsoni-Silva, A. T., Fogaça, F. F. S., Martins, C. G. B., & Tanaka, T. F. (2020). Promove-universitários. *Treinamento de habilidades sociais: guia teórico e prático*. São Paulo: Hogrefe.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Clabaugh, A., Duque, J. F., & Fields, L. J. (2021). Academic stress and emotional well-being in United States college students following onset of the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12, 628-787. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.628787>
- Coelho, A. P. S., Oliveira, D. S., Fernandes, E. T. B. S., Santos, A. L. de S., Rios, M. O., Fernandes, E. S. F., Novaes, C. P., Pereira, T. B., & Fernandes, T. S. S. (2020). Mental health and sleep quality among university students in the time of COVID-19 pandemic: experience of a student assistance program. *Research, Society and Development*, 9(9), e943998074. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i9.8074>
- Cozby, P. C. (2003). *Métodos de Pesquisa em Ciências do Comportamento*. São Paulo: Editora Atlas.
- Del Prette, Z. A., & Del Prette, A. (2018). *Competência social e habilidades sociais: manual teórico-prático*. Editora Vozes Limitada.
- Fogaça, F. F. S., de Oliveira, A. L., Dolcinotti, M. M. D. C. G., & Bento, D. W. (2022). Oficina online como modalidade de tele saúde: Uma experiência com universitários com ansiedade de desempenho acadêmico. *Research, Society and Development*, 11(12), e137111233085-e137111233085.
- Gil, A. C. (2002). *Como elaborar projetos de pesquisa* (Vol. 4, p. 175). São Paulo: Atlas.
- Godoy, J. T., Campos, I. R. G., Menezes, M. P. A. F., Avila, A. T. B., & Barbosa, P. V. M. (2021). Prevalência de ansiedade em diferentes populações durante a pandemia da COVID-19: uma revisão integrativa Prevalence of anxiety in different population during the COVID-19 pandemic: an integrative review. *Brazilian Journal of Development*, 7(7), 66821-66836. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n7-113>

- Gusso, H. L., Archer, A. B., Luiz, F. B., Sahão, F. T., Luca, G. G. D., Henklain, M. H. O., & Gonçalves, V. M. (2020). Ensino superior em tempos de pandemia: diretrizes à gestão universitária. *Educação & Sociedade*, 41. <https://doi.org/10.1590/ES.238957>
- Karino, C. A., & Laros, J. A. (2014). Ansiedade em situações de prova: evidências de validade de duas escalas. *Psico-usf*, 19, 23-36. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712014000100004>
- Kecojevic A, Basch CH, Sullivan M, Davi NK. (2020). The impact of the COVID-19 epidemic on mental health of undergraduate students in New Jersey, cross-sectional study. *PLoS One*.15(9). doi: 10.1371/journal.pone.0239696. PMID: 32997683; PMCID: PMC7526896.
- Ma Z, Zhao J, Li Y, Chen D, Wang T, Zhang Z, Chen Z, Yu Q, Jiang J, Fan F, Liu X. (2020). Mental health problems and correlates among 746 217 college students during the coronavirus disease 2019 outbreak in China. *Epidemiol Psychiatr Sci*, 13-29 doi: 10.1017/S2045796020000931.
- Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de psicologia (Campinas)*, 37. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>
- Moreno, A. L., et al. (2016). Factor structure, reliability, and item parameters of the brazilian-portuguese version of the GAD-7 questionnaire. *Temas em Psicologia*, 24(1), 367-376. <https://dx.doi.org/10.9788/TP2016.1-25>
- Moretto, L. A., & Silva, A. T. B. (2019). Promove-Universitários: Efeitos na promoção de interações sociais e saúde mental. *Interação em Psicologia*, 23(3), 357-367. <http://dx.doi.org/10.5380/psi.v23i3.61155>
- Garcia, V. A., Bolsoni-Silva, A. T., & Nobile, G. F. G. (2018). Interação terapeuta-cliente e tema da sessão no transtorno de ansiedade social. *Revista Interamericana de Psicología*, 52(1). <https://doi.org/10.30849/rip/ijp.v52i1.280>
- Nunes, R. C. (2021). Um olhar sobre a evasão de estudantes universitários durante os estudos remotos provocados pela pandemia do COVID-19. *Research, Society and Development*, 10(3), e1410313022-e1410313022.
- Sahão, F. T., & Kienen, N. (2020). Comportamentos adaptativos de estudantes universitários diante das dificuldades de ajustamento à universidade. *Quaderns de psicologia*, 22(1), 00-07. DOI 10.5565/rev/qpsicologia.1612
- Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *Int J Environ Res Public Health*,17(5), 17-29. DOI: 10.3390/ijerph17051729.
- World Health Organization. (2020). *Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak*. Geneva: Author. Retrieved from <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>
- Zamignani, D. R., & Banaco, R. A. (2005). Um panorama analítico-comportamental sobre os transtornos de ansiedade. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 7(1), 77-92.
- Zhang, J., Lu, H., Zeng, H., Zhang, S., Du, Q., Jiang, T., & Du, B. (2020). The differential psychological distress of populations affected by the COVID-19 pandemic. *Brain, behavior, and immunity*, 87, 49–50. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.031>