

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA FRONTEIRA SUL
CAMPUS ERECHIM
CURSO DE PEDAGOGIA**

ÉLEN TICIANE MILKIEWICZ

**O CONTEXTO UNIVERSITÁRIO E A EDUCAÇÃO EMOCIONAL DURANTE
O RETORNO PRESENCIAL DAS AULAS NO CURSO DE LICENCIATURA
EM PEDAGOGIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL FRONTEIRA SUL –
CAMPUS ERECHIM**

ERECHIM

2022

ÉLEN TICIANE MILKIEWICZ

**O CONTEXTO UNIVERSITÁRIO E A EDUCAÇÃO EMOCIONAL DURANTE
O RETORNO PRESENCIAL DAS AULAS NO CURSO DE LICENCIATURA
EM PEDAGOGIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL FRONTEIRA SUL –
CAMPUS ERECHIM**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Licenciatura em Pedagogia da
Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS),
como requisito para obtenção do título de
Graduada em Pedagogia.

Orientador (a): Prof. Dr. Adriana Salete Loss

ERECHIM

2022

Bibliotecas da Universidade Federal da Fronteira Sul - UFFS

Milkiewicz, Élen Ticiane
O CONTEXTO UNIVERSITÁRIO E A EDUCAÇÃO EMOCIONAL
DURANTE A VOLTA ÀS AULAS NO CURSO DE LICENCIATURA EM
PEDAGOGIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL FRONTEIRA SUL ? CAMPUS
ERECHIM / Élen Ticiane Milkiewicz. -- 2022.
60 f.

Orientadora: Doutora em Educação Adriana Salete Loss

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) -
Universidade Federal da Fronteira Sul, Curso de
Licenciatura em Pedagogia, , 2022.

1. Contexto emocional no retorno das aulas
presenciais no Campus Erechim. I. Loss, Adriana Salete,
orient. II. Universidade Federal da Fronteira Sul. III.
Título.

ÉLEN TICIANE MILKIEWICZ

**O CONTEXTO UNIVERSITÁRIO E A EDUCAÇÃO EMOCIONAL DURANTE
O RETORNO PRESENCIAL DAS AULAS NO CURSO DE LICENCIATURA
EM PEDAGOGIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL FRONTEIRA SUL –
CAMPUS ERECHIM**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Licenciatura em Pedagogia da
Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS),
como requisito para obtenção do título de
Graduada em Pedagogia.

Este trabalho foi defendido e aprovado pela banca em 03/08/2022.

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Dr.^a Adriana Salete Loss - UFFS
Orientadora

Prof.^a Beatriz Fátima Cicerça - URI
Avaliador

Prof.^a Mestre Silvânia Regina Pellenz Irgang
Avaliador

|

Dedico este trabalho aos meus pais, que não pouparam esforços para que eu pudesse concluir meus estudos e sempre me apoiaram para que eu pudesse seguir firme na minha caminhada acadêmica, sempre perseverando meu sonho em me tornar Licenciada em Pedagogia.

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus pais, José Milkiewicz e Teresinha Adanzuck, por todo o zelo e dedicação que sempre despenderam comigo. Aos meus amigos e familiares, que sempre estiveram presentes em minha trajetória acadêmica, apoiando e dando entusiasmo para que eu pudesse seguir em frente. Ao meu irmão, Elton Cristian Milkiewicz, que, sempre quando preciso, esteve ao meu alcance para me ajudar em tudo que fosse preciso. Também ao meu namorado Henrique Dias da Silva dos Reis, que, por mais que tenha chegado durante a minha caminhada acadêmica, sempre esteve presente, dedicando-se em me ajudar e apoiar para eu chegar ao fim do meu curso e conquistar meu sonho em me formar Professora. Dedico também toda a ajuda recebida pela minha cunhada Ana Luisa Ferreira, que hoje é formada em Pedagogia, que sempre esteve ao meu alcance quando preciso. Também uma dedicatória em especial para a minha orientadora Doutora Adriana Salette Loss, por sempre estar presente e sanando minhas dúvidas durante a realização da escrita da minha monografia, a qual escrevo neste trabalho. A todos os professores, mestres e doutores, que me deram ensinamentos e que me permitiram apresentar um melhor desempenho no meu processo de formação profissional ao longo do curso. Por toda a ajuda e paciência que tiveram comigo até aqui. Além disso, um agradecimento a todos aqueles que contribuíram, de alguma forma, para a realização deste trabalho. Agradecer também às pessoas com quem convivi ao longo desses anos de curso, que me incentivaram e que, certamente, tiveram impacto na minha formação acadêmica. Da mesma forma, a todas as minhas colegas que fizeram parte do meu percurso acadêmico, sempre me apoiando e incentivando de alguma forma durante a minha graduação. E, por fim, agradeço a oportunidade que tive em estar concluindo minha trajetória acadêmica na Universidade Federal Fronteira Sul, que sempre me proporcionou muitos conhecimentos, sinto-me muito grata por poder fazer parte desta instituição, de forma pública e gratuita, sempre me atendendo da melhor forma possível. Gratidão a mim, a Deus e a todos que estiveram presentes durante minha trajetória acadêmica.

Diz-se frequentemente que há duas concepções, mais ou menos incompatíveis, da natureza humana. Uma delas sustenta que o homem é um ser essencialmente racional, seletivo, dotado de vontade, que conhece as fontes de sua conduta ou que está cômncio das razões para a sua conduta e é, portanto, responsável por ela. O outro ponto de vista afirma por vezes que o homem, por natureza, é irracional, e que seus impulsos e desejos devem ser controlados pela força das sanções da sociedade. (COFER, 1972, p. 3).

RESUMO

O presente trabalho tem por finalidade esclarecer o tema da pesquisa que é as emoções e sentimentos em relação ao retorno das aulas presenciais no curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul para defesa do trabalho de conclusão de curso – TCC. O estudo busca identificar quais emoções e sentimentos emergiram após o retorno das aulas presenciais com os acadêmicos do curso de Licenciatura em Pedagogia. Compreender também quais emoções e sentimentos estiverem presentes durante o retorno presencial. A pesquisa, ademais, busca entender a relação da saúde emocional com a saúde mental durante a volta presencial e identificar e analisar quais desafios foram percorridos durante esse retorno, depois de passados quase dois anos com o ensino remoto, com as aulas feitas em casa. A pesquisa teve um caráter de forma qualitativa e quantitativa, também se dividiu com a pesquisa bibliográfica, trazendo alguns autores, entre eles Andrade (2010); Baptista (1995); Casassus (2009); Golemann (2005) e Santos (2000), e pela pesquisa de campo, através do questionário aplicado através do *google forms*, para os acadêmicos, enfatizando quais emoções e sentimentos surgiram durante a volta às aulas presenciais no Campus, em destaque ao curso de Pedagogia. De acordo com a pesquisa realizada através do formulário enviado via e-mail, o que mais fica constante durante o ensino remoto foi a ansiedade presente nos acadêmicos e a falta de acesso à internet, o que trouxe dificuldades para poder acessar a internet para realizar as aulas e fazer os trabalhos. Ressaltou-se também a questão do esgotamento por ter um número grande de trabalhos para realizar e pela falta de tempo para dar conta de todos os afazeres. Ainda de acordo com a análise das respostas, o fato de o professor colocar-se no lugar do outro foi algo de extrema importância durante o retorno presencial das aulas, mostrando, assim, o lado de acolher e saber dialogar com cada estudante ali presente.

Palavras-chaves: Educação Emocional; Sentimentos e emoções; Saúde mental; Estudantes; Licenciatura em Pedagogia; Universidade Federal Fronteira Sul – Campus Erechim.

ABSTRACT

The present work aims to clarify the theme of research emotions and feelings in relation to the return of face-to-face classes in the Pedagogy Degree course at Universidade Federal Fronteira Sul to defend the course conclusion work - TCC. The study seeks to identify which emotions and feelings emerged after the return of face-to-face classes with the academics of the Degree in Pedagogy. Also understanding which are the emotions and feelings were present during this presently return. The research also aims to understand the relation of emotional health during this present and analyzing its return and. The research also aims to understand the emotional health and emotional health. The research has a character of qualitative and quantitative character, it was also split with the bibliography research bringing with them some authors, among them: Andrade (2010); Baptista (1995); Casassus (2009); Golemann (2005) and Santos (2000), and also by field research by using the questionnaires' applied through google forms using emphasizing in which in which emotions and feelings raised for students. According with the research made using the form sent by the formulary sent by e-mails, which stays more during the remote e-mails, what remains more constant during the remote was the one most was the lack of the internet in order for be able to access of the internet and to execute the classes and labors. The issue of exhaustion was also highlighted due to having a large number of tasks to perform and the lack of time to deal with all the tasks. Also according to the analysis of the answers, the fact that the teacher put himself in the other's place was something of extreme importance during the face-to-face return of classes, thus showing the side of welcoming and knowing how to dialogue with each student present there.

Keywords: Emotional Education; Feelings and emotions; Mental health; students; Degree in Pedagogy; Federal University Fronteira Sul – Campus Erechim.

SUMÁRIO

- 1 _____ INTRODUÇÃO
- 2 _____ CONCEITOS SOBRE EMOÇÕES E SENTIMENTOS
 - 2.1 _____ EMOÇÕES E SENTIMENTOS
 - 2.2 _____ DESENVOLVIMENTO EMOCIONAL E MENTAL
 - 2.3 _____ EDUCAÇÃO EMOCIONAL
- 3 _____ PERCURSO METODOLÓGICO
- 4 _____ RESULTADOS DA INVESTIGAÇÃO
 - 4.1 _____ CATEGORIA UM: EMOÇÕES PERCEBIDAS AO CHEGAR NA UNIVERSIDADE
 - 4.2 _____ CATEGORIA DOIS: SENTIMENTOS EXPERIENCIADOS NO RETORNO DAS AULAS PRESENCIAIS
 - 4.3 _____ CATEGORIA TRÊS: ACOLHIMENTO NA UNIVERSIDADE
 - 4.4 _____ CATEGORIA QUATRO: SAÚDE MENTAL NO RETORNO AS AULAS PRESENCIAIS
- 5 _____ CONSIDERAÇÕES FINAIS

1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem como tema as emoções e sentimentos em relação ao retorno das aulas presenciais no curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul. Também como objetivo entender as concepções, discursos e modos de ver o contexto emocional durante o retorno das aulas presenciais com os acadêmicos (as) do curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul. O problema da pesquisa foi sobre que emoções e sentimentos emergiram após o retorno das aulas presenciais com os acadêmicos do curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul e, como objetivo geral, identificar quais emoções e sentimentos emergiram após o retorno das aulas presenciais com os acadêmicos do curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul. Também houve a ideia de compreender quais emoções e sentimentos estiveram presentes durante esse retorno presencial, entendendo a relação da saúde emocional com a saúde mental durante essa volta, buscando identificar quais desafios foram percorridos durante a volta presencial das aulas, depois de passados quase dois anos com o ensino remoto, com as aulas feitas em casa.

A justificativa da minha pesquisa foi de que durante o processo de iniciar a escrita do meu projeto, muitos foram os temas que pensei para pesquisar, sendo um deles emoções e sentimentos presentes em sala de aula com as crianças da Educação Infantil, a relação entre a criança e o professor nesse contexto emocional e sentimental. O tema tinha surgido a partir da realização da minha intervenção durante meu estágio de Educação Infantil, no qual, durante a monitoria, percebi que faltava muito ainda por parte do contexto escolar para trabalhar com as emoções e sentimentos, tanto nas brincadeiras, quanto nas intervenções feitas com as crianças.

Comecei a pesquisar sobre o assunto e, ao entregar a minha primeira versão do projeto para a minha orientadora, ela havia solicitado uma chamada webex, para elencar alguns apontamentos da escrita dele. Naquele encontro de forma virtual, estávamos conversando sobre o primeiro dia de aula, que tinha sido no dia anterior, e, ao relatar sobre os anseios e as emoções presentes no retorno presencial com os acadêmicos, minha orientadora sugeriu-me em trocar o tema do meu projeto e trabalhar com as emoções e sentimentos encontrados no retorno presencial com os acadêmicos (as) do

Curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal da Fronteira Sul Campus Erechim.

Diante disso, através de conhecimentos acerca de leituras durante a minha trajetória acadêmica e durante minha vida pessoal, talvez eu consiga relatar um pouco da importância do reconhecer-se como sujeito tanto dentro da universidade como fora dela e saber compreender o olhar que é preciso ter um com o outro. Também ressaltar a importância da escuta atenta após a volta presencial das aulas, depois de passados quase dois anos frente à pandemia do Covid – 19. Um tempo causador de ansiedade, angústia, depressão, medo e outros sentimentos presentes na volta às aulas presenciais no ano de 2022 na Universidade Federal Fronteira Sul. O momento que vivemos após dois anos de pandemia, foi um tempo de muitos acontecimentos e o fato de ter que se adaptar em nossas casas, ter aulas de forma remota, como forma de proteção à vida e sem deixar de estudar, foi algo difícil, mas que, com o tempo, foi se ajustando. Contudo, ao voltar com as aulas presenciais, a estrutura psicológica acaba sendo afetada.

A ansiedade, o medo, a angústia, a preocupação, a felicidade e muitos outros sentimentos estiveram presentes e, vendo alguns desses sentimentos ao conversar com minhas colegas em meu primeiro dia de aula presencial, eu pensei em pesquisar e trabalhar com este tema, pois é um tema que precisamos vivenciar ele e que, às vezes, acaba não sendo percebido durante o dia a dia em um contexto universitário. Muitas são as possibilidades de se trabalhar com esse processo do cuidar de mim e do cuidar do outro. Sendo assim, passei a buscar, com a ajuda da minha orientadora, autores que trabalham com os conceitos de emoções e sentimentos, para poder conceituá-los e trazer, em forma de pesquisa de campo, alguns relatos encontrados com os acadêmicos sobre a questão emocional e sentimental no retorno ao ensino presencial. O texto divide-se começando pela seção um, a qual traz a introdução do trabalho, abordando o intuito da pesquisa e quais os temas que serão ressaltados nele, informando o leitor sobre como surgiu o interesse e quais pontos serão tratados.

A seção dois, que aborda referenciais teóricos, traz o conceito de emoções e sentimentos, dividindo-se no subtítulo “Emoções e sentimentos”, que abrange a ideia de que são as emoções e sentimentos, em que os autores definem esses conceitos e seus pontos positivos e negativos durante a vida do estudante, sendo o alvo destaque da pesquisa; também o subtítulo “Desenvolvimento emocional e mental”, que abrange como as emoções podem interferir com o nosso pensamento e como pode ser entendida

a ligação entre as emoções e nossa saúde mental. Por sua vez, o terceiro subtítulo “Educação emocional”, além de definir esse conceito, aborda a importância de se trabalhar com esse tema no contexto escolar, e no contexto universitário, para que os futuros profissionais da educação possam espelhar-se nisso e tratar do tema com as crianças e entender o lado do outro, tanto com suas angústias e seus anseios.

A seção três, que aborda o percurso metodológico do texto, qual mostra quais foram os caminhos até realizar a pesquisa, seja no âmbito da pesquisa bibliográfica, que irá trazer as referências teóricas, também no âmbito da pesquisa quantitativa e qualitativa, e, por fim a pesquisa de campo, feita através do questionário enviado via e-mail aos acadêmicos para que pudessem responder e ajudar na realização da presente pesquisa.

A seção quatro busca compreender os resultados de acordo com a análise dos dados, através da participação das respostas dos acadêmicos, o que foi dividido por subtítulos, sendo o primeiro “Dificuldades encontradas durante o ensino remoto”, no qual aparece muito a questão de falta de acesso à internet, o segundo subtítulo “Emoções percebidas ao chegar na universidade” evidencia que a ansiedade foi o que mais apareceu nas respostas, o subtítulo três “ Sentimentos experienciados no retorno das aulas presenciais resalta a ansiedade que é o que mais apareceu nas respostas. Também o subtítulo “Acolhimento na universidade” traz a importância de acolher e manter os vínculos com o retorno presencial das aulas e, por fim, “Saúde mental no retorno das aulas presenciais” descreve a importância de ter esse cuidado e preservar, assim, nossa saúde mental e manter um bem-estar durante esse retorno.

Além disso, a seção cinco busca trazer as conclusões, demonstrando um pouco do resultado da pesquisa e se correspondeu ou não ao objetivo do estudo em abordar a importância de se falar em emoções e sentimentos no âmbito educacional. Finalmente, as referências e, após, os apêndices e anexos, trazendo, assim, os documentos necessários para a realização da presente pesquisa.

2 CONCEITOS SOBRE EMOÇÕES E SENTIMENTOS

Ao se abordar a volta às aulas durante a graduação do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul – Campus Erechim, muitas são as dúvidas sobre como e quando se deve tratar do assunto emoções e sentimentos. Conforme Coelho (2009, p.26): “Escutar sensivelmente significa esvaziar-se de nós mesmos para que possamos reconhecer o outro na sua singularidade”. Após passados quase dois anos em casa e com o ensino de forma remota, muitas foram as angústias e muitos são os anseios vividos pelos estudantes e, quando se trata em voltar ao ensino presencial, a ansiedade é algo muito presente nos acadêmicos da Universidade Federal Fronteira Sul. Nesta pesquisa, o objetivo é conceituar as emoções, sentimentos e relatar sobre a saúde emocional e a saúde mental dos estudantes do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul. O propósito é perceber também quais foram as sensações ao voltar com o ensino presencial depois de tanto tempo e, com a ajuda do questionário que será respondido pelos participantes, ressaltar quais foram os sentimentos e quais foram as emoções presentes no primeiro dia de aula presencial. Comparar, ademais, qual foi a relação entre professor/aluno e como foram as ações tanto do discente quanto do docente, durante a volta presencial das aulas. A sequência da escrita divide-se em três subtítulos que trazem alguns conceitos e definir algumas possibilidades sobre como lidar com as emoções e com os sentimentos de cada um.

2.1 EMOÇÕES E SENTIMENTOS

Durante o tempo que foi vivido depois de dois anos enfrentados pelo Covid-19, com aulas remotas em casa, muitas foram as emoções e muitos foram os sentimentos presentes. Angústias, medos, anseios, ansiedade e outros. A depressão também foi algo que afetou muitos estudantes. Adaptar-se com o estudo em casa foi algo difícil, mas que, com o tempo, se ajustou. A comodidade e o fato de estar em casa, mesmo com a preocupação do Covid afetar familiares, tornou-se algo prático e fácil. O fato de não ter que sair de casa e usar a tecnologia para estudar tiveram os seus pontos positivos, mas também seus pontos negativos. De acordo com Barbosa:

O debate sobre os impactos sociais das TIC no sistema educacional não é recente e tem alimentado o fortalecimento de uma agenda para as políticas públicas no campo da educação. Inicialmente focados no provimento de infraestrutura de acesso, os programas de fomento ao uso das TIC no âmbito escolar têm como ponto de partida uma expectativa de profundas mudanças nas dinâmicas de ensino-aprendizagem – sobretudo na busca pela transformação das práticas pedagógicas e por um aumento do desempenho escolar. (BARBOSA, 2014, p.27)

Tudo se tornou fácil, mas, para alguns estudantes, estudar virtualmente trouxe desvantagens e para outros, vantagens. Não depender de transporte, de ter que sair de casa é algo que facilitou a vida de muitos. O fato de ganhar tempo com a pandemia, no sentido de poder estar em casa, e não precisar se deslocar até a universidade. Mas também, vale ressaltar que, na questão de aprender, não se teve a mesma qualidade que em uma sala de aula. Em alguns pontos, pode-se usar a tecnologia, ela acaba facilitando nossas vidas, mas, em outros, ela prejudica. E o fato de saber lidar com nosso emocional, quando tinha que apresentar algum trabalho e a internet não funcionava, ou para quem não tinha todas as condições de acessar com uma internet de qualidade, resultou em muitas emoções presentes no dia a dia durante as aulas remotas, sendo que cada estudante teve que lidar com suas próprias emoções e seus próprios sentimentos, fazendo-o sozinho ou buscando alguma ajuda por conta própria, dentre psicólogos, quando possível. Pensar no contexto emocional durante a pandemia não foi nada fácil, pois tudo tinha que ser de forma on-line.

A comunidade-escola não pode ficar reduzida a uma instituição reprodutora de conhecimentos e capacidades. Deve ser entendida como um lugar em que são trabalhados modelos culturais, valores, normas e formas de conviver e de relacionar-se. É um lugar no qual convivem gerações diversas, em que encontramos continuidade de tradições e culturas, mas também é um espaço para mudança. A comunidade-escola e a comunidade local devem ser entendidas, acreditamos, como âmbitos de interdependência e de influência recíprocas, pois [...] indivíduos, grupos e redes presentes na escola também estarão presentes na comunidade local, e uma não pode ser entendida sem a outra (SUBIRATS, 2003, p.76)

Ao deparar-se com o retorno presencial das aulas, houve um outro contexto emocional e que abordou diversas emoções, pois, depois de tanto tempo, ao ficar em casa, o fato de se acostumar com o ensino remoto, para poder adaptar-se novamente de forma presencial, também trouxe muita ansiedade e muita angústia. Mesmo com todos os cuidados, alguns acadêmicos ainda mostraram medo pelos familiares em sua volta e isso causou um transtorno emocional maior. O fato de estar feliz, está perdido, estar alegre e estar ansioso foram alguns sentimentos em muitos acadêmicos. Professor e

aluno precisaram readaptar-se e entenderem-se, um acolhimento o qual precisou de tempo e ainda precisa de tempo, pois, para voltar à rotina normal, precisa dia após dia.

Segundo Bock:

As emoções e os sentimentos são como alimentos de nosso psiquismo e estão presentes em todas as manifestações de nossa vida. Necessitamos deles porque dão cor e sabor à nossa vida, orientam-nos e nos ajudam nas decisões. Enfim, são elementos importantes para nós, que não podemos nos compreender sem os sentimentos e as emoções. (BOCK, 1999, pág. 259)

Ao tratar do tema emoções, é preciso ter um olhar cuidadoso, pois, no dia a dia de cada acadêmico, e aqui abordando um contexto dos acadêmicos (as) do curso de Licenciatura em Pedagogia, ao voltar com o ensino presencial, foi preciso todo um cuidado emocional e mental, pois as turbulências e os anseios estavam muito presentes nessa volta. No momento que é preciso enfrentar a rotina de ir à universidade todo o dia, foi algo que trouxe uma incerteza, algo que parecia muito estranho, foi preciso readaptar-se, houve necessidade de toda uma sensibilidade para isso. De acordo com Bock: “Os afetos básicos (amor e ódio), além de manifestarem-se como emoções, podem expressar-se como sentimentos”. De acordo com Mahoney e Almeida (2005, p.19), a afetividade:

- Refere-se à capacidade, à disposição do ser humano de ser afetado pelo mundo externo/interno por sensações ligadas a tonalidades agradáveis ou desagradáveis.

- Ser afetado é reagir com atividades interna/externas que a situação desperta.

- A teoria aponta três momentos marcantes, sucessivos na evolução da afetividade: emoção, sentimento e paixão;

- Os três resultam de fatores orgânicos e sociais, e correspondem a configurações diferentes;

- Na emoção, há o predomínio da ativação fisiológica, no sentimento, da ativação representacional, na paixão, da ativação do autocontrole.

“Os sentimentos diferem das emoções por serem mais duradouros, menos “explosivos” e por não virem acompanhados de reações orgânicas intensas”. (BOCK, 1999, p.259). O autoconhecimento e a autoformação são algo que precisa andar sempre junto em diálogo entre o professor e estudante na volta às aulas presenciais. Reconhecer-se e saber reconhecer o outro, ter esse olhar atento por parte de cada docente é importante nessa retomada dos estudos presenciais. Segundo Vigotski:

A vivência é uma unidade na qual, por um lado, de modo indivisível, o meio, aquilo que se vivencia está representado – a vivência sempre se liga àquilo que está localizado fora da pessoa – e, por outro lado,

está representado como eu vivencio isso, ou seja, todas as particularidades da personalidade e todas as particularidades do meio são apresentadas na vivência. (VIGOTSKI, 2018, pág. 6)

A educação emocional busca um processo de autoformação e autoconsciência, sempre pensando no eu, no outro e no nós. As emoções estão presentes durante o dia todo, tanto em nossa vida familiar, em nosso trabalho, na universidade e em todas as coisas que se faz durante nosso cotidiano. Ao ter a volta presencial, o professor precisa colocar-se no lugar do outro, como o aluno precisa entender os anseios do professor. Esse “jogo de cintura” entre discente e docente é algo que precisa ser pensado nesses primeiros contatos com a rotina tradicional de universitários. O fato de readaptar-se e reconstruir-se nesse modo presencial exige tempo, atenção. Segundo Loss:

[...] quando há entre os sujeitos a fala, o diálogo e a escuta, ocorre a possibilidade de reflexão e a capacidade do pensar o sentido da vida. Pois, durante o processo narrativo, o escutar e o falar fazem com que o Eu do sujeito reconheça-se no Eu do Outro, e esse reconhecimento o impulsiona ao questionamento, à investigação e a uma nova maneira de ‘olhar’, de se apaixonar e de se encantar. (LOSS, 2013, P.26)

Quando se tem um autocontrole emocional e se compreender o sentimento de cada um, o processo de autoformação constitui-se de uma melhor forma. A abertura desse espaço de diálogo e interação precisa acontecer e o acolhimento e a escuta atenta também, pois todo reflexo que temos com nossos professores, iremos trabalhar com as crianças, depois de formadas. O olhar atento e o saber acolher, mesmo que seja entre acadêmicos de universidades, é um espaço emocional que precisa acontecer. De acordo com Goleman:

O autocontrole, que é como uma conversa interior contínua, é o componente da inteligência emocional que nos liberta de sermos prisioneiros de nossos sentimentos. As pessoas engajadas em tal conversa sentem mau humor e impulsos emocionais como todas as outras, mas acham meios de controlá-los e até mesmo canalizá-los de formas úteis. (GOLEMAN, 2014, p. 16).

Quando se tem um autocontrole emocional e se compreender o sentimento de cada um, tem-se um apoio emocional, o fato de saber cuidar de si e cuidar do outro alimenta muito a autoformação tanto do professor quanto do aluno. Mas é preciso que se tenha esse apoio, que se busque por parte de cada acadêmico quando preciso e por parte de cada professor, se necessário. O processo intrapessoal de como me vejo e o processo interpessoal sobre como eu vejo o outro, sempre sabendo lidar com esses dois eixos durante a trajetória acadêmica em sala de aula são fundamentais.

2.2 DESENVOLVIMENTO EMOCIONAL E MENTAL

Dentro de um universo de dúvidas e expectativas, tanto em relação à chegada da vacina ou com a volta das aulas presenciais, algumas práticas como cuidar do corpo, poder alimentar-se bem, dormir de forma tranquila e ter uma rotina estabelecida são ações que podem aliviar ansiedades do dia a dia. A saúde emocional e a saúde mental dos acadêmicos precisam ser cuidadas, pois, em meio à correria e com tantas angústias do cotidiano, precisa-se ter esse espaço para que cada um possa cuidar de si e cuidar do outro. Pensar em espaços que possam acolher e trabalhar com esses conceitos durante o contexto universitário é um ideal para o bem-estar de todos. De acordo com Ciqueira; Sousa:

O processo da escuta sensível é uma prática que necessariamente precisa acompanhar as diversas fases da evolução humana, pois ela também é uma das promissoras para o desenvolvimento integral do sujeito, na medida em que este constitui-se como tal na relação com o outro. A escuta sensível é uma grande possibilidade de crescimento, pois à medida que se escuta as angústias do outro, há uma aproximação deste, um conhecimento, e, ao conhecermos o outro, aprendemos a nos conhecer também. (CIQUEIRA; SOUSA, 2011, p.16).

Também com a volta às aulas, o uso das máscaras, o distanciamento e a higienização das mãos são cuidados que precisamos ter em nosso dia a dia, mas, depois de um longo dia cansativo, mesmo sendo uma forma de proteção, o usar a máscara influencia muito e afeta, da mesma forma, a saúde de muitos. A máscara veio para o autocuidado e ela é necessária, mas ela também acaba gerando o estresse entre os acadêmicos, pelo fato de ter que usar de forma contínua, o que determina um efeito estressante em função do seu sufocamento. Talvez pensar em possibilidades onde se possa dar um tempo para que cada um possa tirá-la, com orientação por parte dos professores. Ter esse olhar e esse acolhimento, assim, mantendo a segurança e o bem-estar de todos constitui um momento importante entre os acadêmicos. O acolhimento emocional é uma proteção para o conforto físico e emocional, que todos nós estamos vivendo durante esse momento de pandemia e precisamos receber esse conforto, de forma leve e saudável tanto para a saúde mental quanto para a saúde emocional. É um tempo em que terá momentos que estaremos bem e terá momentos que não estaremos bem. Conforme Cipriano:

Podemos inferir, neste sentido, que o docente está inserido na escola como agente direto e indireto na construção política e social na escola

enquanto seu constituinte e portanto não pode ser privado de usufruir do seu direito de promoção a saúde, seja ela física e mental no seu ambiente de trabalho, uma vez que essa política pública visa aprimorar a qualidade de vida daqueles que constituem a escola, visto que por meio dos estudos e dos acontecimentos recentes que observamos em noticiários, comprovamos que a saúde mental dos professores dentro e fora das instituições de ensino está perpassando por grandes dificuldades, sejam elas originadas por conta das altas cargas de estresse e problemas que passam diariamente [...] (CIPRIANO, 2019, p. 3)

O acolher é o principal alvo nesse retorno presencial, saber se colocar um no lugar do outro, familiarizar-se com cada emoção e cada sentimento. É preciso retornar, receber, envolver-se e acolher, para que, assim, se possa ter um bom convívio acadêmico e uma boa saúde emocional entre estudante e professor.

[...] a afetividade influencia de maneira significativa a forma com que os seres humanos resolvem os conflitos de natureza moral. Indicou também que as estações emocionais influenciam nossos pensamentos e nossas ações, tanto quanto nossas capacidades cognitivas. (ARANTES, 2003 p. 123).

De acordo com Werebe: “As emoções, que são a exteriorização de afetividade, provocam, assim, transformações que tendem, por outro lado, a reduzi-las” (1968, p. 152). Quando professor e o estudante mantêm-se em um bom relacionamento em sala de aula, o aprendizado torna-se mais eficiente e há maior engajamento entre os dois lados. Em um momento de diálogo, se tem uma boa troca tanto de experiências, como de informações e de conhecimento. Um aprendendo com o outro. A relação afetiva entre professor e estudante precisa apresentar-se com grande relevância na construção do conhecimento, sempre destacando a necessidade de trazer um ambiente agradável com todos aqueles ali envolvidos, de modo a manter mantendo uma boa relação tanto com o nosso emocional quanto com a nossa saúde mental.

2.3 EDUCAÇÃO EMOCIONAL

O saber conviver com o eu e com o outro e saber entender quais são os limites e as superações de cada um são essenciais durante um cotidiano educativo, tal como o espaço da universidade. Segundo Goleman (2015, p. 70): “É a capacidade de interpretar suas próprias emoções que permite às pessoas conhecerem suas forças e limitações e se sentirem confiantes em seu valor próprio”. Mas para que tudo isso aconteça, é preciso ter uma autoformação com cada professor, para que eles possam saber trabalhar com

seus estudantes e consigo mesmos. Em uma sala de aula, ou em qualquer outro ambiente de estudo, os professores, segundo Baptista, (2005, p. 27), “[...] confrontam-se diariamente com situações, problemas e dilemas que, pela sua singularidade, reclamam respostas de elevada preparação técnica-científica, mas também ética”. A forma sobre como agir com os conflitos que surgem em sala de aula entre professor e aluno mostra o emocional presente naquele momento em cada pessoa. Conforme Goleman (2011, p.82).

[...]a nossa empatia é mais forte na medida em que nos concentramos plenamente em alguém, e desse modo nos interligamos emocionalmente. As pessoas diferem, claro, na sua capacidade de prestar atenção, e também na sua disponibilidade e interesse em fazê-lo[...].

Após tanto tempo em casa – a decretação da pandemia aconteceu em março de 2020 -, muitos estudantes já sentem o desgaste e o cansaço emocional e mental com a cobrança vinda através da quantidade de afazeres feitos em casa. E o fato de buscar formas de cuidar da saúde mental no retorno às aulas presenciais é necessário para haver mais tranquilidade. Os afetos podem ser positivos ou negativos e são eles que preparam nossas ações e emoções, impulsionando ou não a forma de agir, com alguns sentimentos, como a raiva, a ira, o ódio, tudo dependendo de como está a situação do momento. Com o retorno presencial, o diálogo é algo que deve estar muito presente entre a relação professor-aluno, pois, sem ele, sem a questão do falar e do escutar, não se tem um bom andamento das atividades. Há a ideia de que a educação emocional é um tema bastante presente no contexto educacional, no qual professor e estudante sempre precisam ter presente em suas vivências os temas emoções e sentimentos, pois a emoção está interligada em nosso processo mental e ela reflete em sentimentos e ações presentes em nosso corpo no dia a dia. Quando se trata de educação emocional e quando se tem o reconhecimento dela em um contexto educacional, tem-se um autoconhecimento em entender e saber compreender o outro. O fato de saber de alguma situação problema presente com o estudante, mas também de saber conhecer e entender que é preciso buscar uma ajuda entre meio do diálogo entre discente e docente é fundamental para o bom andamento das aulas. De acordo com Cerqueira e Sousa:

O processo da escuta sensível é uma prática que necessariamente precisa acompanhar as diversas fases da evolução humana, pois ela também é uma das promissoras para o desenvolvimento integral do sujeito, na medida em que este constitui-se como tal na relação com o outro. A escuta sensível é uma grande possibilidade de crescimento,

pois à medida que se escuta as angústias do outro, há uma aproximação deste, um conhecimento, e, ao conhecermos o outro, aprendemos a nos conhecer também. (2011, p.16)

Quando se tem um contexto de sala de aula e o reconhecimento do outro, mesmo conhecendo apenas sua história pelo convívio do dia a dia, é preciso buscar um modo de ajudar a entender as angústias de cada um, de modo que se transforma em um momento muito positivo na vida tanto do professor quanto do aluno. O diálogo é algo fundamental e sempre deve estar presente em ambientes educativos, tanto na escola com as crianças até no ensino superior. Tudo que fazemos envolve o diálogo e quando um sabe colocar-se no lugar do outro e entender seus anseios e angústias, faz com que tudo se resolva de uma melhor maneira. O emocional de cada ser humano varia muito com os acontecimentos do dia a dia. Os sentimentos são capazes de alterar e mudar o contexto de cada pessoa, gerando um transtorno ou até mesmo fatos que venham prejudicar a si mesmos. Cada fase em nossa vida é composta por pessoas que convivem ao nosso redor e cada ser humano tem diferentes emoções e diferentes sentimentos. Se cada dia ruim, como exemplo em nossa vida, for descontado nas pessoas que convivem conosco diariamente, a nossa vida seria composta por um turbilhão de sentimentos e ações, por isso, a importância de saber dialogar e entender o outro da melhor maneira possível.

3 PERCURSO METODOLÓGICO

O percurso metodológico deu-se pela realização de uma pesquisa bibliográfica e pela pesquisa de campo, que foi feita através da aplicação de um questionário pelo *google forms*, mantendo a participação tanto de quem vai responder, como daquele que vai questionar. Posteriormente, foi feita uma análise de conteúdo para saber quais foram as emoções e sentimentos presentes entre os acadêmicos (as) do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul – Campus Erechim na volta às aulas de forma presencial. A análise do corpo do trabalho de conteúdo deu-se pela etapa da pré-análise, que é quando se tem os resultados da pesquisa e se faz uma comparação prévia entre respostas, da exploração do material, que acontece quando se tem os resultados das respostas e pelo tratamento dos resultados obtidos, no qual será feito as comparações finais para buscar o resultado da pesquisa.

A pesquisa ocorreu na Universidade Federal Fronteira Sul, que se situa no norte do Rio Grande do Sul, no município de Erechim, na ERS 135 – Km 72, 200. É uma instituição pública que oferece oito cursos, sendo eles: Agronomia, Arquitetura e Urbanismo, Ciências Sociais, Engenharia Ambiental, Filosofia, Licenciatura em Geografia, Licenciatura em História e Licenciatura em Pedagogia. Também possibilita vários cursos de extensão, pesquisa, ensino e cultura, todos de forma gratuita que enriquecem o conhecimento de cada estudante. Segue o mapa e a localização do Campus Erechim. A UFFS dispõe de prédios, laboratórios e ambientes de estudos inteiramente novos, modernos e qualificados para atender estudantes, professores, funcionários e visitantes. De acordo com o PPC do curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul

A Universidade Federal da Fronteira Sul nasceu de uma luta histórica das regiões Noroeste e Norte do Rio Grande do Sul, Oeste e Extremo Oeste de Santa Catarina, e Sudoeste e Centro do Paraná, pelo acesso ao Ensino Superior Público e gratuito, desde a década de 1980. As mobilizações da sociedade civil organizada têm como marco o processo de redemocratização e a definição das bases da Constituição Federal de 1988 e da Nova Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. (2018, p.8)

No âmbito regional, o Curso de Graduação em Pedagogia - Licenciatura inscreve-se no contexto de implementação da Universidade Federal da Fronteira Sul, cuja política orientadora visa à democratização do acesso à educação superior. Atua, neste sentido, como importante elemento democratizante que oportuniza aos sujeitos

historicamente excluídos da educação superior o acesso a um curso de qualidade, público e gratuito. O curso oferece 50 vagas, uma carga horária de 3285 horas aulas, um tempo mínimo de quatro anos e meio e um tempo máximo de nove anos para conclusão de curso. De acordo com o PPC do curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul:

O Curso de Graduação em Pedagogia - Licenciatura da Universidade Federal da Fronteira Sul assume o compromisso social e acadêmico de contribuir e promover o desenvolvimento educacional da região por meio do oferecimento de Ensino Superior gratuito e de qualidade. Essa meta coloca-se como um horizonte possível do fazer pedagógico. (2018, pág.8)

Seguem a imagem do mapa do município de Erechim e a imagem da Universidade Federal Fronteira Sul – Campus Erechim.

Imagem 1: Mapa do município de Erechim



Fonte: <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.provasbrasil.com.br%2Fprovas-antiores%2Fpref-erechim>

Imagem 2: Universidade Federal Fronteira Sul – Campus Erechim



Fonte: <https://www.google.com/search?q=imagem+da+uffs+rs+erechim&rlz>

Imagem 2: Localização Universidade Federal Fronteira Sul



Fonte: <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.provasbrasil.com.br%2Fprovas-antiores%2Fpref-erechim>

A presente pesquisa foi de caráter qualitativo e quantitativo, com uma abordagem descritivo - interpretativa. A parte qualitativa da pesquisa deu-se pela qualidade de quantas respostas foram obtidas e pela quantidade de participantes envolvidos nela. Conforme Bardin, a análise de conteúdo define-se como:

um conjunto de técnicas de análise das comunicações visando obter por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) dessas mensagens. (2009, p. 48)

De acordo com a descrição das respostas, foi feita uma interpretação sobre elas com base na fundamentação teórica. Sendo assim, Triviños ressalta que:

A pesquisa qualitativa é conhecida também como "estudo de campo", "estudo qualitativo", "interacionismo simbólico", "perspectiva interna", "interpretativa", "etnometodologia", "ecológica", "descritiva", "observação participante", "entrevista qualitativa", "abordagem de estudo de caso", "pesquisa participante", "pesquisa fenomenológica", "pesquisa-ação", "pesquisa naturalista", "entrevista em profundidade", "pesquisa qualitativa e fenomenológica", e outras [...]. Sob esses nomes, em geral, não obstante, devemos estar alertas em relação, pelo menos, a dois aspectos. Alguns desses enfoques rejeitam total ou parcialmente o ponto de vista quantitativo na pesquisa educacional; e outros denunciam, claramente, os suportes teóricos sobre os quais elaboraram seus postulados interpretativos da realidade (1987, p. 124).

Além dessa análise, foi realizada uma análise quantitativa e descritiva a partir dos dados obtidos por meio do questionário que envolveu os acadêmicos do curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul. O presente trabalho tem como intuito identificar e analisar que experiências emocionais ocorreram durante o retorno presencial das aulas com os estudantes do curso de Licenciatura em Pedagogia

dentro um contexto universitário da cidade de Erechim –RS. Foi feita uma pesquisa bibliográfica, através da leitura de textos, artigos, sites, revistas e teses de doutorados para que se pudesse definir alguns conceitos e fazer uma análise mais profunda de acordo com o tema. Os principais autores desta pesquisa foram Andrade (2010); Baptista (1995); Casassus (2009); Gollemann (2005) e Santos (2000). Após isso, foi feita a escolha do tema, realizada uma análise mais profunda sobre o assunto, escrevendo o problema, trazendo a justificativa, construindo a pesquisa de acordo com as leituras realizadas. Conforme Andrade (2010, p. 25):

A pesquisa bibliográfica é habilidade fundamental nos cursos de graduação, uma vez que constitui o primeiro passo para todas as atividades acadêmicas. Uma pesquisa de laboratório ou de campo implica, necessariamente, a pesquisa bibliográfica preliminar. Seminários, painéis, debates, resumos críticos, monográficas não dispensam a pesquisa bibliográfica. Ela é obrigatória nas pesquisas exploratórias, na delimitação do tema de um trabalho ou pesquisa, no desenvolvimento do assunto, nas citações, na apresentação das conclusões. Portanto, se é verdade que nem todos os alunos realizarão pesquisas de laboratório ou de campo, não é menos verdadeiro que todos, sem exceção, para elaborar os diversos trabalhos solicitados, deverão empreender pesquisas bibliográficas.

A pesquisa bibliográfica é a etapa que mostra todo percurso que se teve para buscar, ler e pesquisar para ter um bom referencial metodológico de acordo com a parte analisada depois de entregue os questionários, o que foi feito através do endereço eletrônico de cada acadêmico.

A pesquisa de campo ocorre quando, a partir de um tema gerador, se vai até o público-alvo com entrevistas ou questionários fazer um levantamento de dados que envolve a observação, a interpretação e a análise, para, assim, resultar na escrita de projetos, teses, textos e artigos. Ela é uma forma para que se tenha bastante aproveitamento, pois, com questionários ou formulários, pode-se ocupar muito durante a escrita do texto com as respostas para interdialogar com o que os autores afirmam sobre o assunto, o que vem depois da parte do estudo bibliográfico. De acordo com José Filho (2006, p.64): “o ato de pesquisar traz em si a necessidade do diálogo com a realidade a qual se pretende investigar e com o diferente, um diálogo dotado de crítica, canalizador de momentos criativos”. É uma pesquisa que precisa da comparação entre uma resposta e outra e, assim, o fechamento com o que os autores enfocam sobre o tema.

Nesta pesquisa, foi feita a aplicação do questionário por meio do *google forms* com os acadêmicos de curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul. Para realizar a aplicação do questionário, em um primeiro momento, foi feita a escrita do projeto e após foi enviado para a secretaria do curso de Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul, em que, segundo autorização, que se encontra no apêndice do trabalho, manteve-se contato com todas as turmas ressaltando a importância da participação de todos os acadêmicos em consideração com o tema que se tratou na minha pesquisa. Após feito isso, foi realizada a coleta dos e-mails dos acadêmicos, para que se pudesse enviar o questionário para os endereços de cada um. Também foi feito um termo de consentimento antes de responder o questionário, em que cada acadêmico (a) registrou que estava ciente que o uso das respostas ocorreria por termos fictícios para preservar as identidades, para, assim, fazer uma comparação das respostas com o referencial teórico, usando-se os termos A1, A2, A3, A4, para cada resposta. Quando feita a análise das respostas, ela se deu pela formação de tabelas e outros esquemas para realizar o resultado da pesquisa.

Segundo o questionário enviado via e-mail aos acadêmicos do curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul, com um total de duzentos acadêmicos, apenas foi obtida, como respostas, a participação de trinta estudantes. O formulário foi enviado três vezes e todos os alunos sabiam sobre ele, por ter sido avisado nas turmas do que se tratava e da contribuição de todos com as suas respostas para a pesquisa. Foi reenviado o e-mail, e sempre informando nos grupos e no corpo do texto do e-mail. De acordo com as orientações, foi realizada a análise da pesquisa apenas com o número de 30 participantes.

O questionário durante esta pesquisa de campo foi composto pelas seguintes perguntas: *Pergunta 1: Quais foram as maiores dificuldades encontradas durante o ensino remoto. Pergunta 2: Qual foi a reação ao voltar às aulas presenciais? Pergunta 3: Em um contexto de primeiro dia de volta às aulas presenciais, após quase dois anos sem aulas presenciais e com o ensino de forma remota, quais foram as emoções encontradas ao chegar na universidade? Pergunta 4: Que emoções você conseguiu perceber em seu primeiro dia de aula presencial no ano de 2022? Pergunta 5: Assinale os itens que foram frequentes na sua experiência ao retorno das aulas presenciais: () tristeza () medo () luto () indignação () esgotamento () impotência () realização () euforia () resiliência () superação () empatia () outro(s) sentimento(s) (nesse caso,*

nos conte quais: _____). Escolha um desses sentimentos e nos conte mais sobre ele. Pergunta 6: Descreva sobre como você se percebe no retorno às aulas presenciais. Pergunta 7: O que você considera importante para seu acolhimento e o de seus colegas na retomada das aulas presenciais? Pergunta 8: Em relação a sua saúde mental, quais foram as maiores dificuldades encontradas? Pergunta 9: Descreva quais foram as estratégias encontradas para cuidar de seu corpo? Pergunta 10: Como você fez para criar uma rotina nesta volta às aulas presenciais para cuidar seu corpo e seu bem-estar físico e emocional?

De acordo com a pesquisa feita, manteve-se a ética, para que os participantes estivessem cientes de qual forma seria sua participação e autorizando a inclusão das respostas durante a pesquisa. Segundo Bardin, ao se tratar da análise de conteúdo: “Isto porque a análise de conteúdo se faz pela prática” (2009, p.51). E os resultados esperados são de que todos aqueles solicitados participem e possam contribuir com suas respostas de forma satisfatória para a escrita do presente texto.

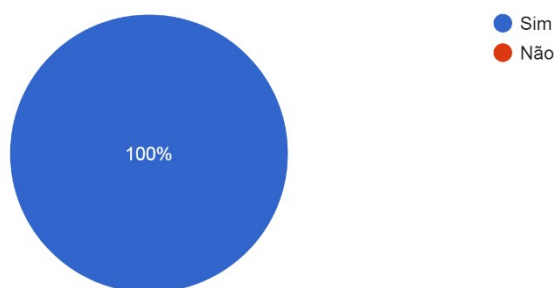
As categorias de análise dividiram-se pela categoria um: dificuldades durante o ensino remoto; categoria dois: emoções percebidas ao chegar na universidade; categoria três: sentimentos experienciados no retorno das aulas presenciais; categoria quatro: acolhimento na universidade e categoria cinco: saúde mental no retorno às aulas presenciais. Cada categoria foi dividida para que se pudesse trazer as respostas que mais apareceram durante a pesquisa feita através do questionário e poder fundamentar com autores que abordem sobre o tema ressaltado em particular sobre cada questão.

4 RESULTADOS DA INVESTIGAÇÃO

De acordo com a pesquisa feita através do google formulário, segue o gráfico com a amostra de quantas pessoas optaram por responder a pesquisa. Todas optaram por sim, totalizando trinta respostas dos acadêmicos (as) do curso de Licenciatura em Pedagogia.

Imagem 3: Gráfico da ciência da participação na pesquisa

Assinale a seguir, conforme sua autorização para a participação na pesquisa:
30 respostas



Fonte: Arquivos da autora

4.1 CATEGORIA UM: DIFICULDADES ENCONTRADAS DURANTE O ENSINO REMOTO

Nesta pergunta, surgiu a ideia de questionar quais foram as maiores dificuldades encontradas durante o ensino remoto, os maiores obstáculos e quais angústias foram ressaltadas durante as respostas. São um total de trinta respostas, em que são ressaltadas as que mais foram frequentes durante a pesquisa. Na sequência desta escrita, são colocadas a pergunta e as respostas de cada uma para registro da coleta de dados. Cada resposta será representada por A1, A2, A3, A4 e assim por diante. Dentro do eixo um - Quais foram suas maiores dificuldades encontradas durante o ensino remoto, de acordo com as trinta respostas referentes à pergunta das dificuldades encontradas durante o ensino remoto, cinco dos questionados responderam que a falta do acesso à internet, pela sua instabilidade é o que mais proporcionou um desgaste com os acadêmicos com o ensino remoto. Eis algumas falas:

(A1) Falta de conexão e lentidão dos aparelhos tecnológicos.

(A2) As aulas on-line em si se tornavam mais cansativas. Às vezes, o acesso à internet não correspondia a todo instante, causando oscilações em que acabava perdendo parte de explicações.

(A3) A internet muito ruim.

(A4) Falta de internet de qualidade e relação ao aplicativo Webex, que, às vezes, não funciona ou o áudio e não abria.

(A5) Instabilidade da internet, aprendizagem insuficiente, sono, cansaço, pessoas da casa interferindo no estudo etc.

Neste sentido, durante as falas, ficou explícito que a falta de acesso à internet foi o que mais prejudicou os acadêmicos do curso de Licenciatura em Pedagogia e, com a instabilidade para ter esse acesso, houve um desconforto ao assistir às aulas, pelo fato de travar o andamento das aulas e sua recepção, assim, o acadêmico acabava perdendo parte dela. Nascimento relata que:

Os desafios que advêm do enfrentamento da pandemia da Covid-19 obrigaram as instituições educacionais a repensarem suas atividades e a sua relação com as diversas tecnologias de informação e de comunicação, a formação para uma nova cidadania digital e as suas próprias estratégias de governança. (2020, p.7)

As Universidades também tiveram que buscar estratégias para que todos pudessem ter acesso à internet, para que ninguém viesse a ser prejudicado. Nascimento também afirma:

[...] Em um cenário de pandemia, para além de acesso “em algum local” (que pode se tornar inviável sob imposições de distanciamento social), as atividades de Ensino-aprendizagem devem pressupor acesso, em casa, a uma conexão de internet em banda larga ou, ao menos, por sinal de rede móvel celular 3G ou 4G. Para fins de política pública, portanto, cabe mapear e descrever – da forma mais detalhada possível – a parcela de estudantes sem acesso domiciliar à tecnologia necessária para atividades remotas de Ensino aprendizagem, inescapáveis em tempos de pandemia e, possivelmente, de recorrente uso, mesmo depois de controlada a Covid-19. Os dados do IBGE permitem fazer isso, sendo as informações sobre acesso domiciliar às TIC mais apropriadas para fins do presente estudo do que os dados sobre acesso a partir de qualquer lugar. (2020, p.7).

Quando a instabilidade da internet fosse estar de acordo, sem travar, as aulas eram mais proveitosas. Mas até mesmo pelas questões climáticas, quando chovia ou ventava muito, não se tinha condições de assistir às aulas. Tudo dependeu de como o professor olhou para essas situações durante o tempo de pandemia com as aulas de forma remota.

4.2 CATEGORIA DOIS: EMOÇÕES PERCEBIDAS AO CHEGAR NA UNIVERSIDADE

Nesta categoria, entra a questão de que emoções foram pertinentes para os acadêmicos de Pedagogia durante a volta para a Universidade. No eixo dois, entra a seguinte questão - **Em um contexto de primeiro dia de volta às aulas presenciais, após quase dois anos sem aulas presenciais e com o ensino de forma remota, quais foram as emoções encontradas ao chegar na universidade?** De acordo com a análise feita com as respostas, o que mais fica evidente é a ansiedade presente durante o retorno das aulas presenciais, neste sentido, algumas falas ficam mais evidentes, sendo elas:

(A8) Ansiedade... muito medo do vírus.

(A9) Ansiedade, alegria e cansaço.

(A10) Uma ansiedade social, na qual me sinto desconfortável em falar em público. Mas alegria em conhecer finalmente colegas e professores.

(A18) Ansiedade, e de enfrentar o real.

(A20) Saudade, ansiedade, alegria.

(A26) Medo, ansiedade.

De acordo com as respostas e as falas dos acadêmicos, um dos sentimentos mais presentes foi a ansiedade. Alguns pelo fato de estar com medo do vírus, outros pela questão de ter uma ansiedade por estar presente no meio das pessoas, até se acostumar em voltar a conviver em público, também a ansiedade em estar presencialmente e não mais atrás da tela do celular, a questão de apresentar trabalhos em frente a todos, a necessidade de perder essa insegurança e até mesmo a timidez em fazer isso presencialmente. De acordo com Nesse (1999, p. 8):

Um grande esforço tem sido dedicado à investigação dos transtornos de ansiedade, com o objetivo de entender se, de fato, a ansiedade é um fenômeno unitário que se encontra subjacente aos diferentes transtornos propostos, ou se estamos falando de quadros clínicos específicos. A perspectiva evolucionária sugere que as manifestações da ansiedade foram parcialmente diferenciadas, pela seleção natural, em subtipos, também apenas parcialmente distintos, cada um desenvolvido para lidar com um tipo particular de ameaça. Se isto estiver correto, torna-se menos urgente conceituar a fobia social e a ansiedade generalizada, por exemplo, como subtipos específicos de ansiedade ou não. Ambos são padrões de resposta sobrepostos a perigos de certa forma relacionados.

A ansiedade passa a ser um sentimento que está ligado com um nervosismo, alguma preocupação ou o fato do medo intenso. É algo natural do corpo, mas que passa

a atrapalhar o nosso dia a dia devido aos distúrbios que ela pode causar em nossa vida. E o fato de voltar às aulas presenciais causou uma maior ansiedade, pois o comodismo de ficar tanto tempo com as aulas remotas em nossas casas criou um hábito de poder estar mais à vontade, não ligando as câmeras e não se mostrando. Ao deparar-se com o retorno presencial, em estar novamente ao meio das pessoas, implicou esse sentimento, um nervosismo maior. O diálogo é um exemplo que teve que estar presente com o retorno presencial, a escuta atenta aos acadêmicos, sempre colocando-se no lugar do outro, sabendo entender seus medos e suas angústias.

Damásio (2013, p.35) afirma que:

As emoções são ações ou movimentos, muitos deles públicos, que ocorrem no rosto, na voz ou em comportamentos específicos. Alguns comportamentos da emoção não são perceptíveis a olho nu, mas podem se tornar "visíveis" com sondas modernas, tais como a determinação de níveis hormonais sanguíneos ou de padrões de ondas eletrofisiológicas.

As emoções podem ser tanto agradáveis quanto desagradáveis, em específico, aqui na análise das respostas, a ansiedade gerou certo desconforto com os acadêmicos, mas ela pode ser também entendida como uma ansiedade boa em voltar às aulas, uma ansiedade sem tamanho em reencontrar-se com a universidade e com o seu contexto no geral.

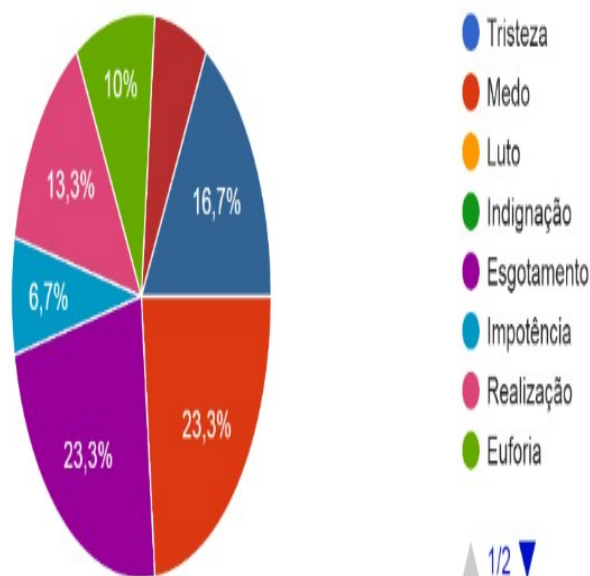
4.3 CATEGORIA TRÊS: SENTIMENTOS EXPERIENCIADOS NO RETORNO DAS AULAS PRESENCIAIS

No eixo três- **Assinale os itens que foram frequentes na sua experiência ao retorno das aulas presenciais**, obteve-se, como resposta, em forma de gráfico, os seguintes sentimentos que mais foram assinalados nas respostas:

Imagem 4: Gráfico de respostas questão 3

Assinale os itens que foram frequentes na sua experiência ao retorno das aulas presenciais:

30 respostas



Fonte: Arquivos da autora

Interpretando as respostas que apareceram no gráfico, o esgotamento e o medo foram os itens mais assinalados de acordo com as trinta respostas. O medo tanto de voltar e enfrentar a realidade com o ensino presencial, pelo fato de o vírus não ter acabado, estar presente no meio das pessoas e ficar em dúvida sobre contaminar-se, levar para casa e transmitir para as pessoas da família. E o esgotamento por chegar após um longo dia de serviço e ter que ir até a universidade, pois, com as aulas remotas, para algumas pessoas, chegar em casa e não ter de ir até a universidade tornou-se algo fácil e com maior comodidade, gerando um conforto maior após um longo dia de trabalho. Conforme Schoen e Vitalle:

O medo é uma reação adaptativa, servindo a um propósito legítimo e útil: proteger os indivíduos de situações potencialmente perigosas, liberando um fluxo de energia que pode ser empregado em qualquer ação que se faça necessária, buscando estratégias para enfrentar o perigo (SCHOEN E VITALLE, 2012, p. 73).

O medo é algo espontâneo e que pode ser experienciado ao longo de suas etapas de vida, trazendo uma simples insegurança ou até mesmo um pavor ou pânico maior de certas coisas e momentos na vida. E já o esgotamento deu-se pela quantidade de trabalhos e afazeres durante esse tempo remoto, o que gerou um certo sufoco nos acadêmicos, com a quantidade de coisas que se tinha para fazer e entregar em pouco prazo. De acordo com Damásio:

O fato de que certas emoções acabam por ser pouco ou nada adaptativas, em certas circunstâncias humanas atuais, não nega de forma nenhuma o papel adaptativo que essas funções desempenharam na regulação da vida em fases bem diferentes da evolução. Numa sociedade moderna a zanga é contraproducente, assim como a tristeza. As fobias são um enorme obstáculo. E no entanto é evidente que a raiva e o medo salvaram numerosas vidas ao longo da evolução. Essas reações prevaleceram na evolução exatamente porque levaram à sobrevivência, direta e automaticamente, e ainda estão conosco porque continuam a desempenhar um papel valioso, em certas circunstâncias (Damásio 2013, p. 47-48)

O medo e o esgotamento têm aparecido tanto nas respostas pelo fato de que, estar em um processo de graduação, não é algo fácil, e de forma remota foi muito difícil para acostumar-se. Mas entre ficar sem ter aulas e acabar atrasando a conclusão da graduação, essa foi a única saída que havia naquele momento, o que, de fato, com o tempo, esgotou muitos estudantes, em especial os aqui questionados. Também de acordo com o eixo quatro - **Escolha um desses sentimentos e nos conte mais sobre ele**, conforme a análise das respostas, dos trinta questionados, dez acadêmicos responderam que o esgotamento e o medo foram os sentimentos mais presentes com o retorno das aulas presenciais. Fica explícito em algumas falas:

(A2) Euforia em retornar as atividades normalmente, ter contato com professores e colegas me deixa mais segura de meus aprendizados.

(A6) Esgotamento por conta da rotina das aulas presenciais serem mais exaustivas e cansativas que as do remoto.

(A8) O medo dos novos desafios agora presencialmente, conhecer a todos e os seminários.

(A10) O medo que senti ao voltar foi muito grande. Pois esses dois anos segui todos os cuidados recomendados pela OMS, e não peguei o COVID-19. Mas ao ver que a Universidade tem estrutura para seguir todos os protocolos de segurança, percebi que estava em um ambiente seguro e acima de tudo acolhedor.

(A12) Medo do inesperado.

(A14) Esgotamento, uma vez que mesmo nós, acadêmicos, estando em modalidade remota, muitos continuaram com as suas atividades laborais, neste período, tive que conciliar o trabalho com a grande quantidade de textos para a leitura e mais a maternidade. Com tudo isso, fiquei esgotada e quando foi decidido pelo retorno já não tinha

ânimo para frequentar as aulas presenciais, tendo em vista que aceleramos o calendário acadêmico para poder dar conta. Assim, o tempo para descanso e organizações quase não existiu.

(A15) Medo de estar colocando a vida de outras pessoas em risco, mesmo tomando todos os cuidados necessários. Medo de como tudo iria fluir.

(A18) Medo: de não conseguir "dar conta" de inúmeras atividades.

(A20) Esgotamento - não aguentava mais todos os dias da semana ficar na frente do computador, isso me causava muito cansaço e fadiga.

(A22) Esgotamento, pois o ensino remoto exigia dedicação, mas estar presencial é mais cansativo devido ao horário de início e término das aulas, textos a serem lidos, trabalhas com período mais curto para realização.

O esgotamento é algo que mais apareceu nas respostas dos acadêmicos, pelo fato de ter muitas tarefas a realizar, de não vencer fazer ou pela falta de acesso à internet, de acordo com as respostas apresentadas no questionário. Santos (2020,p.189) afirma que:

as manifestações objetivas da ansiedade são inespecíficas e comumente estão associadas a diversos estados emocionais, tais como, medo, expectativas, ira, entre outros. Essas manifestações são as reações físicas sentidas pelas pessoas, dentre algumas podemos citar: sudorese, taquicardia, tremores, calafrios etc.

Os sentimentos e as emoções são algo que se manifesta de diversas formas em nosso corpo. “As reações que as emoções suscitam no ambiente funcionam como uma espécie de combustível para sua manifestação” (GALVÃO, 1996, p. 64). E a questão do esgotar-se varia muito com o cansaço predominante em cada acadêmico e sensação de exaustão durante o ensino remoto pela demanda de atividades. O desgaste emocional também causa um certo esgotamento, por parecer que as coisas não andam, tudo pareceu ir decaindo e gerando certa tristeza, fazendo com que nossos sentimentos comecem a aparecer e gerar um certo conflito em nossa vida.

4.4 CATEGORIA QUATRO: ACOLHIMENTO NA UNIVERSIDADE

No eixo cinco - **Descreva sobre como você se percebe no retorno às aulas presenciais**, segundo a análise feita, seis das respostas que mais apareceram foram o cansaço dos acadêmicos, o que ficou explícito em algumas falas:

(A2) Um pouco confuso e cansativo, estava habituada ao remoto tendo aulas expositivas até as 9 horas da noite, ao retornar ao presencial, a rotina de chegar em casa quase à meia noite foi de difícil adaptação.

(A4) Bem cansada.

(A8) Cansada.

(A9) Cansada e desanimada. Nosso calendário acadêmico gerou esgotamento físico e mental.

(A10) Por ser final do curso, estou cansada, exausta por ter tantas coisas para fazer e sem tempo para nada.

(A14) Cansada, por não estar mais acostumada a ficar 4 horas mantendo o foco depois de um dia inteiro trabalhando, sem contar nas inúmeras cargas de atividades/trabalhos/leituras.

O cansaço foi o que mais apareceu durante a análise das perguntas, sendo tanto físico quanto mental, relacionado ao esforço tido durante o dia e ter que chegar na universidade e deparar-se com a aula presencial, muitas vezes, expositivas, o que não era algo que vinha acontecendo. Com o ensino remoto, com as aulas de forma on-line, o tempo não era o mesmo, as aulas eram de tempo menor e com menos esforço para assistir. Com o ensino presencial, assistir às aulas até o tempo de acordo com as normas da universidade gerou um maior cansaço nos acadêmicos. De acordo com Tamayo, Paschoal, eles ressaltam a questão da motivação em seguir com seus esforços para realizar as tarefas do dia a dia. Sendo assim:

O comportamento é percebido como sendo provocado e guiado por metas da pessoa, que realiza um esforço para atingir determinado objetivo. A maioria dos autores considera a motivação humana como um processo psicológico estreitamente relacionado com o impulso ou com a tendência a realizar com persistência determinados comportamentos. (2003, p.29)

A questão de ter uma certa motivação após um longo dia de trabalho e ao chegar a universidade, nada melhor que, para tirar o estresse do dia, algo que venha a ajudar o acadêmico, motivando-o a realizar a aula da melhor forma possível. Rossi aponta que

o estresse causa respostas diferentes em cada indivíduo. O que para uma pessoa pode ser um acontecimento devastador, como por exemplo, o divórcio, para outra pessoa pode ser uma oportunidade de desenvolvimento. Nossa percepção da realidade é o fator definitivo na determinação do estresse positivo ou negativo; em síntese, a consequência que cada um de nós experimenta devido ao estresse depende da cor das lentes que usamos para filtrar a realidade à nossa volta. (1994, p.27)

O estresse também é algo que vem após um dia de cansaço, o que mais foi citado pelos acadêmicos em suas falas, assim gerando um desconforto e fazendo-os deixar de aproveitar as noites de aula da melhor maneira possível, o que gera um desgaste mental em cada acadêmico ao assistir a uma noite inteira de aula presencial,

sendo que, muitas vezes, são aulas bastante expositivas, provocando um maior cansaço. Também de acordo com o eixo seis **O que você considera importante para seu acolhimento e o de seus colegas na retomada das aulas presenciais?** de acordo com as respostas, oito delas que mais aparecem são a empatia um pelo outro nesse retorno presencial, o qual fica explícito em algumas falas que:

(A1) Empatia e respeito ao tempo e circunstâncias de cada aluno.

(A5) Empatia, cuidado e paciência.

(A8) Empatia, sempre estar disposto a ajudar, por mais simples que seja.

(A12) A empatia e o "estar juntos".

(A16) Empatia e flexibilidade de prazos ou redução de trabalhos para quem tem atividade o dia todo e estuda à noite.

(A20) Empatia uns pelos outros.

(A24) Empatia e afeto, acredito que é importante que os professores compreendam este retorno e não sobrecarregam os acadêmicos com textos, trabalhos pois pode se tornar exaustivo e sem nenhum resultado na aprendizagem.

(A26) Empatia, compreendendo que as pessoas voltaram diferentes.

A empatia é a melhor forma de conseguir entender e respeitar melhor os pontos de vista das outras pessoas, sempre lidando com seus sentimentos e emoções. Colocar-se no lugar do outro é a forma mais prazerosa de viver. Saber entender e expor suas próprias opiniões. Segundo Bergamini:

[...] todo comportamento motivacional só existe em função de um estado interior de carência, portanto quanto maior for este estado, maior será a motivação vigente, fazendo assim com que a necessidade seja sinônimo de motivação. Quanto maior a necessidade, maior a motivação (2006, p. 89).

Saber ter a empatia no ambiente em que vivemos é algo mais saudável para a nossa vida e colocando-se em contraposição de um contexto de volta às aulas presenciais, o saber-se colocar no lugar do acadêmico é um papel fundamental e essencial do professor para que ninguém possa sobrecarregar-se com os trabalhos. De acordo com Snyder (2009, p. 244) caracteriza-se a empatia como “a resposta emocional à dificuldade percebida de outra pessoa”. Sendo assim, colocar-se no lugar do outro é fundamental, principalmente, em um contexto universitário, após dois anos de pandemia, com o ensino de forma remota.

4.5 CATEGORIA CINCO: SAÚDE MENTAL NO RETORNO AS AULAS PRESENCIAIS

Segundo o eixo sete - **Em relação a sua saúde mental, quais foram as suas maiores dificuldades encontradas?** das trinta respostas, em quatorze evidenciou-se mais foi a ansiedade, conforme seguem algumas falas:

(A1) A ansiedade e o sentimento de insuficiência se fez muito presente durante as aulas on-line

(A3) Acredito que lidar com a ansiedade foi o maior desafio.

(A5) Ansiedade foi a principal dificuldade. Não saber como e quando voltar para a Universidade, o tempo perdido não tendo aula, não pode encontrar os colegas.

(A6) Ansiedade em não conseguir superar as expectativas.

(A8) Ansiedade sem fim.

(A9) A ansiedade.

(A14) Muitas tarefas a cumprir, ansiedade.

(A16) Falta de concentração e crises de ansiedade e crises fortes de enxaqueca.

(A20) Ansiedade, sentia que precisava terminar e fazer tudo, mas não conseguia ir adiante

(A22) Ansiedade, dificuldade na aprendizagem, cansaço.

(A23) Ansiedade, medo, angústia.

(A24) Cansaço, ansiedade.

(A26) Posso dizer que foi a ansiedade. Ficava muito ansiosa com as aulas remotas.

(A27) Muita ansiedade com medo de não dar conta.

(A28) A ansiedade que desenvolvi, a preocupação com o bem-estar da minha família.

A saúde mental nessa volta às aulas presenciais é algo que precisou de muita atenção e precisa de um cuidado maior. Em conformidade com Wauke:

Este medo pode gerar também a ansiedade antecipatória, neste caso, o indivíduo fica ansioso só com o fato de lembrar o alvo gerador de sua fobia. Em geral, a fobia é diagnosticada se estiver atrapalhando o dia-a-dia da pessoa e ela admitir que esse medo é excessivo. Uma pessoa fóbica constantemente, evita o contato com o elemento causador de seu mal-estar. (VICELLI, 2000 APUD WAUKE ET AL 2004, p. 1).

A ansiedade define-se em algo de perturbação ou até mesmo alguma incerteza, o que é proporcionado pela quantidade de demandas em nosso dia a dia. Ao ir deitar-se,

não conseguir descansar bem, estar sempre com o pensamento acelerado, tudo isso por diversos fatores de nosso dia a dia, tanto no serviço, quanto na universidade e assim por diante. Também de acordo com o eixo oito, - **Descreva quais foram as estratégias encontradas para cuidar de seu corpo**, de acordo com as respostas, seguem algumas falas que mostram a importância dos exercícios físicos para o bem-estar mental e corporal.

(A1) Praticar yoga.

(A3) Exercício físico e tomar muita água.

(A6) Atividades física, medicação.

(A9) Exercícios de academia e momentos em família.

(A12) Caminhadas quando eu podia.

(A16) Respirar fundo e fazer alongamentos.

(A19) No momento, só academia.

(A22) Exercícios físicos.

(A26) Musculação e corrida.

O bem-estar físico e emocional depende muito da forma como cada um se cuida, respeita-se e como eu trata seus limites. Cuidar-se faz bem e, no meio de uma pandemia provocada por um vírus que se arrastou pelo mundo inteiro, nada mais ideal do que uma caminhada ao meio da natureza, a prática de exercícios físicos como até mesmo alongar-se e respirar profundamente faz bem em nosso dia a dia. De acordo com uma pesquisa feita de Ryff, ele afirma que é importante praticar atividades que façam bem para nosso bem-estar e como isso influencia em nosso dia a dia:

Na pesquisa realizada ela identificou seis grandes temáticas: ...como o bem-estar das pessoas pode mudar durante o desenvolvimento da vida adulta até a velhice; quais tipos de personalidade estão correlacionadas com bem-estar; como bem-estar está relacionado com as experiências da vida em família; como bem-estar se relaciona com o trabalho e outras atividades comunitárias; quais conexões existem entre bem-estar e saúde, incluindo fatores de risco biológico e como os estudos e intervenções clínicos podem promover bem-estar psicológico cada vez maiores para os segmentos da sociedade (RYFF, 2014, p.10)

O que certamente fica explícito que o ser humano contém diversas emoções e sentimentos que são capazes de mexer com o sentimental de cada um, por isso, a importância de se cuidar tanto fisicamente quanto mentalmente, principalmente na prática de exercícios e tarefas que envolvem a natureza. Também de acordo com o eixo nove, **Como você fez para criar uma rotina nesta volta às aulas presenciais para cuidar se corpo e seu bem-estar físico e emocional?** de acordo com as respostas, uma

das rotinas que mais aparece é o fato de trabalhar e estudar e, conforme os trinta questionados, nove deles falam que:

(A1) Procurei dividir o tempo entre meu trabalho e o estudo.

(A2) Foi algo bem complexo, pois tenho uma rotina bem corrida, o dia todo trabalho e à noite estudo, atividades diferentes se adaptam entre esses horários ou aos finais de semana.

(A6) Retornando a rotina no início da faculdade, em que a mesma se fazia presente com as aulas presenciais. Buscar sempre organizada e planejando sempre antes.

(A7) Fui me adaptando e me organizando em relação aos horários que precisava cumprir, e foi um processo tranquilo.

(A8) Infelizmente, agora não consigo tirar um tempo para cuidar de mim, pois trabalho o dia todo e à noite vou para UFFS. Em relação ao emocional, estou tomando medicamento para controlar as crises de ansiedades e enxaqueca.

(A9) Agora, fica um pouco difícil criar uma rotina para quem trabalha fora e estuda à noite, mas tento descansar bastante nos finais de semana quando posso.

(A10) A rotina é muito corrida, continuo tendo crises de ansiedade e fazendo uso de medicamento.

(A18) Procuro realizar as atividades acadêmicas conforme vejo que meu corpo aguenta, quando estou muito cansada, paro para descansar/dormir. Tomo remédio para ansiedade, pois acredito que a sobrecarga de atividades me deixou muito tensa, assim mantenho a calma e concentração. Acredito que quem trabalha e estuda é impossível - dialogar com o tempo e descanso, pois a rotina é muito corrida, restando somente os finais de semana para os estudos, deixando o descanso físico de lado.

(A20) Tenho uma rotina corrida, tenho buscado mudar meus hábitos alimentares, e tenho voltado ao meu lado espiritual.

Muitas foram as falas que deixaram explícita a questão de ter uma rotina para seguir em frente e a importância do saber cuidar de si. Damásio (2000, p. 76) afirma que “tensão, irritação, desânimo, entusiasmo, abatimento ou animação sem que nenhuma palavra tenha sido dita para traduzir qualquer um desses possíveis estados”. De acordo com a passagem mencionada, qualquer palavra que seja dita em nosso dia pode ser um fator para gerar um desgaste maior em nossos afazeres. E o fato de não estar cem por cento em um dia bom não significa que sempre vai ser assim, depende muito de como vamos fazer para viver um dia de cada vez. De acordo com Foucault (1984, pág. 13) “Existem momentos na vida onde a questão de saber se se pode pensar diferentemente do que se pensa, e perceber diferentemente do que se vê, é indispensável para continuar a olhar ou a refletir”. Fazer a nossa vida acontecer um dia de cada vez e sempre que

possível pensar e idealizar a rotina para se ter um bem-estar em tudo que a gente for realizar, tanto no serviço, quanto no estudo e com a nossa vida pessoal.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa em destaque teve como objetivo analisar e compreender um pouco das emoções e sentimentos presentes entre os acadêmicos do Curso de Pedagogia no retorno presencial das aulas e com as aulas de forma remota. O estudo revelou que, ao falar de nossas emoções e sentimentos, foi uma pesquisa cujo objetivo foi entender a relação das emoções e sentimentos mostrando-se de grande valia por responder o problema da pesquisa. O fato de entender a relação da saúde emocional com a saúde mental durante o retorno presencial, analisando as respostas foi de que o esgotamento esteve bastante presente nas falas, pelo acúmulo de trabalhos, pelo cansaço físico e mental e pelo emocional de cada acadêmico em dar conta de fazer tudo e saber lidar com seus sentimentos. E de acordo com a pesquisa, depois de passados quase dois anos com o ensino remoto, com as aulas feitas em casa, foram de grandes diversidades com as repostas obtidas nos questionários, em que a ênfase em destaque deu-se pelo esgotamento por parte de muitos acadêmicos e pela ansiedade presente em cada resposta ao chegar na universidade, retornar com o ensino presencial e vivenciar todos esses momentos após tanto tempo em casa.

A ansiedade foi algo muito presente pelo fato de que fazer as aulas em casa de forma remota ocasionou o anseio em não vencer fazer as atividades, ou da internet não estar funcionando e travar tudo, principalmente no meio dos trabalhos. E já ao voltar com o ensino presencial, o anseio deu-se pelo fato de encarar tudo de novo e enfrentar o mundo real, presencial, até mesmo na hora de apresentar os trabalhos, em perder o medo e a angústia de estar em público. As expectativas não foram as que eu esperava com o retorno dos questionários, pois com o número total de acadêmicos matriculados no curso de Licenciatura em Pedagogia, de duzentos inscritos, obtive apenas trinta respostas. Como pesquisadora, acabei sentindo-me muito triste, pois foram convidadas todas as turmas, ressaltando a importância da participação de todos, enviei três vezes via e-mail o material da pesquisa e, mesmo assim, permaneceu pouca participação com as respostas no questionário.

Também sob meu ponto de vista, pude perceber que, com as respostas que eu tive, o ensino de forma remota, foi algo em algum momento positivo na vida dos acadêmicos, pelo fato de poder estar em nossas casas e não ter todo o trabalho de sair

para ir até a universidade ou até mesmo na questão do tempo, de tudo ser corrido, chegar em casa do serviço e já ter que pegar ônibus, ou ficar sem jantar. Em casa, o tempo ganhou tempo, pois podia assistir-se às aulas com mais conforto, estando mais descansadas e sem a correria. Mas em contraposição, o ensino de forma remota acabou prejudicando o aprendizado de alguns acadêmicos, pois ao assistir à aula em casa, o fato de se desconcentrar foi maior. As pessoas que convivem no mesmo lugar, o fato de estar concentrado não somente às aulas e a comodidade de realizar outras funções ao mesmo tempo da aula tendem a atrapalhar as atividades.

Por sua vez, o retorno de forma presencial foi um novo ciclo até acostumar-se com a correria do dia a dia, a ansiedade em voltar as aulas e o fato de voltar tudo ao normal. A escolha do meu tema de conhecer a importância e de entender as emoções e sentimentos de cada acadêmico foi algo que ajudou muito na construção do meu conhecimento e de entender como, enquanto profissionais que trabalham com a educação, precisamos nos colocar no lugar do outro na maioria dos acontecimentos presentes no cotidiano educacional em que convivemos. A escuta atenta de cada professor e o olhar atencioso com os estudantes é algo fundamental para a vida de cada acadêmico, pois é a partir do reflexo, que temos durante a nossa graduação, que vamos nos tornar bons profissionais, sempre mantendo a ética e nos colocando um no lugar do outro.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, M. M. **Introdução à metodologia do trabalho científico: elaboração de trabalhos na graduação**. São Paulo, SP: Atlas, 2010.

BARBOSA A. F. (coord). **Pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação nas escolas brasileiras: TIC Educação 2013**. 2014. Disponível em http://www.cetic.br/media/docs/publicacoes/2/TIC_DOM_EMP_2013_livro_eletronico.pdf. Consultado em 14/06/2022

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Lisboa, Portugal; Edições 70, LDA, 2009.

BECHARA, A. O papel positivo da emoção na cognição. In: ARANTES, Valéria Amorin (org). **Afetividade na escola: alternativas teóricas e práticas**. São Paulo: Summus, 2003.

BERGAMINI, C. W. **Motivação: Mitos, Crenças e Mal-entendido**. Revista de Administração de empresas, São Paulo, v.30, n.2, p. 23-34, Abr/Jun, 1990.

BRASIL. **Parâmetros Nacionais de Qualidade para a Educação Infantil – Parâmetros de Infra-estrutura para Instituições de Educação Infantil**. Brasília: MEC, 2006.

BAPTISTA, Isabel. **Dar rosto ao futuro: A educação como compromisso ético**. Porto: Profedições, 2005.

BRASIL. **Indicadores de Qualidade na Educação Infantil**. Brasília: MEC, 2009.

BRASIL. Ministério da Educação. Câmara de Educação Básica. Parecer CNE/CEB n. 20. **Revisão das Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil**. Brasília: MEC/SEB, 2009a.

BRASIL. Ministério da Educação. Câmara de Educação Básica. Resolução CNE/CEB n. 5. **Fixa as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil**. Brasília: MEC/SEB, 2009b.

BOCK, Bahia Mercês Ana; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Trassi Lourdes de Maria. **Psicologias: uma introdução ao estudo da psicologia**. São Paulo. Saraiva, 2001.

BUJES, Maria Isabel Edelweiss. Escola Infantil: Pra que te Quero? In: CRAIDY, Carmen Maria; KAERCHER, Gládis Elise P. da Silva (Orgs.). **Educação Infantil: Pra que te quero?** Porto Alegre: Artmed, 2001. p. 13 – 22.

BUSARELLO, F. R. Afetos em tempos de pandemia. In: SAWAIA, B. B. (org). **Expressões da pandemia**, v. 01. Nexin, 2020.

CALIXTO, Pedro; CAVALCANTE, Bezerra Ricardo; PINHEIRO, Kerr Macedo Marta. **Análise de conteúdo: considerações gerais, relações com a pergunta de pesquisa, possibilidades e limitações do método**. João Pessoa, v.24, n.1, p. 13-18, jan. /abr. 2014

CASASSUS, Juan. **Fundamentos da Educação Emocional**. Tradução: Liz Zatz. UNESCO. Brasília: Liber Livro, 2009.

CIPRIANO, J. A. et al. **Docência e ansiedade: a ampliação do pse como medida preventiva na saúde mental do professor**. Anais VI CONEDU. Campina Grande: Realize Editora, 2019. Disponível em: https://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2020/TRABALHO_EV140_MD1_SA18_ID6098_31082020204042.pdfAcesso em: 26/08/2020

CIQUEIRA, T. C. S., SOUSA, E. M. (2011). **Escuta sensível: o que é?** In: Cerqueira, T. C. S. (Org.). (Con) Texto em escuta sensível. Brasília: Thesaurus, p.15-52.

COFER, C. N. (1972). **Motivation and Emotion**. Glenview: Scott, Foresman and Company. Cofer, C. N. & Appley, M. H. (1964). *Motivation: theory and research*.

CURY, Augusto. **20 regras de ouro para educar filhos e alunos: como formar mentes brilhantes na era da ansiedade**. 1. ed. São Paulo: Planeta, 2017.

DAMÁSIO, A. R. **O mistério da consciência: do corpo e das emoções ao conhecimento de si**. São Paulo, SP: Companhia das Letras, 2000.

DAMÁSIO, António. **Em Busca de Espinosa: prazer e dor na ciência dos sentimentos**. São Paulo: Companhia das Letras, 2013.

FOUCAULT, Michel. *Historia da sexualidade 2 – O uso dos prazeres*. Michel Foucault; tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque; revisão técnica de Jose Augusto Guilhom Albuquerque. – Rio de Janeiro: Edições Graal, 1984;

GARDNER, Haward. **Inteligências múltiplas, a inteligência na prática**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

GALVÃO, I. Henri Wallon. *Uma concepção dialética do desenvolvimento infantil*. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 1995.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo, SP: Atlas, 2002.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente**. Rio de Janeiro: Objetiva. 1995.

GOLEMANN, Daniel. **Inteligência emocional**. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência Emocional**. Lisboa: Temas e Debates - Círculos de Leitores, 1997.

GOLEMAN, Daniel. **Trabalhando com a Inteligência Emocional**. Rio de Janeiro, RJ, Objetiva, 1998.

GOLEMAN, D. **Como lidar com emoções destrutivas: para viver em paz com você e com os outros: diálogo com a contribuição do Dalai Lama**. Rio de Janeiro: Campus: Elsevier, 2003.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência Emocional: A teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente**, Editora Objetiva, Rio de Janeiro, 2011.

GOLEMAN, Daniel. **Liderança: a inteligência emocional na formação do líder de sucesso**. Rio de janeiro: Objetiva, 2014.

LOSS, Adriana Salete. **Ampliação das inteligências intra e interpessoal nos espaços educativos**. 1. ed. Curitiba: Appris, 2013a.

MACEDO, N. D. **Iniciação à pesquisa bibliográfica: guia do estudante para a fundamentação do trabalho de pesquisa**. São Paulo, SP: Edições Loyola, 1994.

MATURANA, Humberto R. **Emoções e linguagem na educação e na política**. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2009.

MIGUEL, Fabiano Koich. **Psicologia das emoções: uma proposta integrativa para compreender a expressão emocional**. *Psico-usf*, v. 20, n. 1, p. 153-162, 2015.

MOREIRA, J. A.; SCHLEMMER, E. **Por um novo conceito e paradigma de educação digital onlife**. *Revista UFG*, 2020, v.20.

NASCIMENTO, P. M. et al. **Acesso domiciliar à internet e ensino remoto durante a pandemia**. Brasília: Ipea, 2020. (Nota Técnica, n. 88).

NESSE, R.M. (1999). **O que a medicina darwiniana oferece à psiquiatria**. Em V. W. Thevathan, E. O. Smith, & J. J. McKenna, J. J. (Eds.). *Medicina evolutiva*. Nova York: Oxford University Press. Nesse, R.M. (2000). *A depressão é uma adaptação?* *Arquivos de Psicologia Geral*, 57, (Pág.14-20).

NUNES-VALENTE, Maria; MONTEIRO, Ana Paula. **Inteligência emocional em contexto escolar**. *Revista Eletrônica de Educação e Psicologia*, v. 7, p. 1-11, 2016.

PATRÍCIO ARRUDA, Marina. **O paradigma emergente da educação: o professor como mediador de emoções**. *ETD-Educação Temática Digital*, v. 14, n. 2, p. 290-303, 2012.

PPC do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal Fronteira Sul – 2018.

PIANA, Cristina Maria. **A pesquisa de campo**. São Paulo. Unesp, 2009.

RÊGO, Claudia Carla de Azevedo Brunelli; ROCHA, Nívea Maria Fraga. **Avaliando a educação emocional: subsídios para um repensar da sala de aula. Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação**, v. 17, n. 62, p. 135-152, 2009.

ROSSI, Ana Maria. **Autocontrole: nova maneira de controlar o estresse**. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1994.

RUSSO, D. – De como ser professor sem dar aulas na escola da infância (III). Trad. de Fernanda L. Ortale e Ilse P. Moreira. *Revista Eletrônica de Educação*. São Carlos, SP: UFSCar, v.2, no. 2, p. 149-174, nov. 2008. Disponível em <http://www.reveduc.ufscar.br>.

SALOVEY, Peter; SLUYTER, David J. (org.). **Inteligência emocional da criança**. Rio de Janeiro: Campus, 1999.

RYFF, C. D. **Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being**. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 57, n. 6, p.1069-1081, 1989. Disponível em: <http://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069>. Acessado em 11/07/2022.

SANTOS, J. O. **Educação emocional na escola: a emoção na sala de aula**. Salvador: Faculdade Castro Alves, 2000.

SANTOS, B.S. **A cruel pedagogia do vírus**. Coimbra: Almedina, 2020.

SCHOEN, T. H; VITALLE, M. S. **Tenho medo de quê?** Revista Paulista de Pediatria, São Paulo, vol. 30, nº1, págs. 72 – 78, 2012.

SMOLE, Kátia C. S. **A matemática na educação infantil – a teoria das inteligências múltiplas na prática escolar**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

SUBIRATS, J. “Educação: responsabilidade social e identidade comunitária”. In: GÓMEZ-GRANELL & VILA (org.). **A cidade como projeto educativo**. Porto Alegre: Artmed, 2003, p.67-83.

SNYDER, C. R. **Psicologia Positiva: uma abordagem científica e prática das qualidades humanas**. Porto Alegre: Armad, 2009.

TARDIF, M. **Os professores diante do saber: esboço de uma problemática do saber docente**. In: _____. Saberes docentes e formação profissional. Petrópolis: Vozes, 2002. p. 31-55.

TAMAYO, A.; PASCHOAL. T. **A relação da motivação para o trabalho com as metas do trabalhador**. Revista de Administração Contemporânea, Curitiba, v.7, n.4, 2003.

TRIVIÑOS, Augusto Nivaldo Silva. Três enfoques na pesquisa em ciências sociais: o positivismo, a fenomenologia e o marxismo. In: _____. **Introdução à pesquisa em ciências sociais**. São Paulo: Atlas, 1987. p. 31-79.

VALLE, Edênio. **Educação Emocional**. São Paulo: Olho d’ água. 1997.

VIGOTSKI, L. S. Quarta aula: **A questão do meio na pedologia. Sobre os fundamentos da pedologia**. Trad. Zoia Prestes e Elisabeth Tunes. Rio de Janeiro: E-papers, 2018.

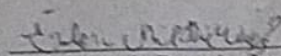
WAUKE, Ana Paula T.; COSTA, Rosa Maria EM; CARVALHO, Luis Alfredo V. de. **O uso de ambientes virtuais no tratamento de fobias urbanas**. IX Congresso Brasileiro de Informática em Saúde, Ribeirão Preto, SP, Brasil. 2004. Disponível em: . Acesso em: 12 jun. 2015.

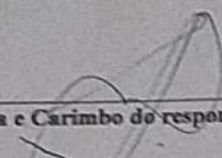
WEREBE, M.J. G e NADEL-BRULFERT, J (org). **Henri Wallon**. São Paulo: Ática, 1986.

ANEXO A – Termo de consentimento da Universidade

DECLARAÇÃO DE CIÊNCIA E CONCORDÂNCIA DAS INSTITUIÇÕES ENVOLVIDAS

Com o objetivo de atender às exigências para obtenção de parecer do Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos, prof. Dr. LUIS FERNANDO SANTOS CORREA DA SILVA o representante legal da instituição Universidade Federal da Fronteira Sul – campus Erechim, envolvida no projeto de pesquisa intitulado “Experiências “trans” formativas no Ensino Superior em tempos de pandemia” declara estar ciente e de acordo com seu desenvolvimento nos termos propostos, salientando que os pesquisadores deverão cumprir os termos da resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e as demais legislações vigentes.


Assinatura do Pesquisador Responsável


Assinatura e Carimbo do responsável da Instituição

LUIS FERNANDO SANTOS CORREA DA SILVA
Slape Nº 12.1914
Diretor de Campus
Campus Erechim - RS
Universidade Federal da Fronteira Sul-UFFS

Erechim, 05 de abril de 2022

Anexo B: TCL dos estudantes**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)**

Experiências “trans” formativas no Ensino Superior em tempos de pandemia

Prezado estudante,

Você está sendo convidado (a) a participar da pesquisa Experiências “trans” formativas no Ensino Superior em tempos de pandemia.

Desenvolvida por Adriana Salete Loss, docente da Pós-graduação, em Mestrado Interdisciplinar em Ciências Humanas e Mestrado Profissional em Educação, da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), Campus de Erechim.

O objetivo central do estudo é: Investigar e identificar junto ao professor e ao estudante do Ensino Superior suas percepções acerca das experiências emocionais, formativas e profissionais vividos no contexto pandêmico dos anos 2020 e 2021, da COVID -19.

O projeto de investigação, está vinculado ao projeto guarda-chuva Formação de professores e educadores: Narrativas biográficas e educativas, com participação de pesquisadores do Instituto de Educação da Universidade de Lisboa, e justifica-se em sua ousadia e pretensão de contribuir com o momento social atual que exige a reavaliação das relações humanas para o convívio pessoal e social, melhorando a qualidade educacional de forma a ser possível intervir para a construção da educação emocional, crítica, política, ética, afetiva e cidadã.

O convite para participação na pesquisa se deve à sua importante contribuição, como discente, para a compreensão da saúde emocional frente ao cenário pandêmico vivido nos anos 2020 e 2021, em que as aulas foram desenvolvidas na modalidade remota.

Sua participação não é obrigatória e você tem plena autonomia para decidir se quer ou não participar, bem como desistir da colaboração neste estudo no momento em que desejar, sem necessidade de qualquer explicação e sem nenhuma forma de penalização. Você não será penalizado de nenhuma maneira caso decida não consentir sua participação, ou desista da mesma. Contudo, ela é muito importante para a execução da pesquisa.

Você não receberá remuneração e nenhum tipo de recompensa nesta pesquisa, sendo sua participação voluntária.

Serão garantidas a confidencialidade e a privacidade das informações por você prestadas. Qualquer dado que possa identificá-lo será omitido na divulgação dos resultados da pesquisa e o

ANEXO C: TERMO DE APROVAÇÃO DO TCC**ÉLEN TICIANE MILKIEWICZ****O CONTEXTO UNIVERSITÁRIO E A EDUCAÇÃO EMOCIONAL DURANTE
A VOLTA ÀS AULAS NO CURSO DE LICENCIATURA EM PEDAGOGIA DA
UNIVERSIDADE FEDERAL FRONTEIRA SUL – CAMPUS ERECHIM**

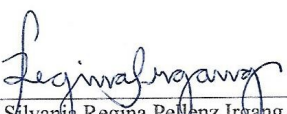
Trabalho de conclusão de curso de graduação
apresentado como requisito para obtenção de grau de
Licenciado no Curso de Graduação em Pedagogia da
Universidade Federal da Fronteira Sul – UFFS.

Este trabalho de conclusão de curso foi defendido e aprovado pela banca no
dia 23 de agosto de 2022.

BANCA EXAMINADORA:



Prof.^a Adriana Salete Loss – UFFS
Orientadora



Prof.^a Silvana Regina Pellenz Irgang – UFFS
Avaliador interno



Prof.^a Beatriz Fátima Cioerça – URI
Avaliador externo