

ANSIEDADE NAS ORGANIZAÇÕES E NO AMBIENTE UNIVERSITÁRIO: COMO MINIMIZAR UM DOS MALES DO SÉCULO?

Anderson Cavalcante Rodrigues Costa dos Santos¹; Rita de Cássia Marques Lima de Castro²; Denis Vogel³

1. Estudante do curso de Administração; e-mail: Anderson.costadossantos@gmail.com
2. Professor da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: ritalimadecastro@gmail.com
3. Professor da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: vogel@umc.br

Área do conhecimento: **Administração**

Palavras-chave: Ansiedade; Depressão; Organizações; Ambiente universitário.

INTRODUÇÃO

O presente projeto tem como tema o estudo dos transtornos de ansiedade no meio organizacional, mais especificamente tratando dos impactos que a ansiedade tem no ambiente organizacional e qual a fonte desse transtorno. A ansiedade, de acordo com Sadock & Sadock (2007), é um sinal de alerta que se ativa no organismo quando a pessoa está diante de uma ameaça eminente, fazendo com que ela aja para evitar uma situação de perigo. Os autores ainda afirmam que a ansiedade é um sinal a ameaças desconhecidas, internas e conflituosas. A pergunta de pesquisa norteadora é: quais os impactos que a ansiedade ocasiona aos colaboradores e à equipe de gerência? Busca-se contribuir para a ciência acrescentando uma investigação prática no ambiente universitário, comparando se a questão da ansiedade, muito estudada no ambiente organizacional, também apresenta semelhanças no ambiente universitário. O objetivo geral é comparar os impactos da ansiedade encontrados em ambiente universitário com os impactos que a ansiedade ocasiona aos colaboradores e à gerência de organizações. Como objetivos específicos, tem-se: realizar uma revisão de literatura a respeito de ansiedade no meio organizacional e no âmbito universitário; identificar os fatores fonte desse transtorno e apresentar recomendações gerais para a redução da ansiedade.

METODOLOGIA

Este é um estudo de caráter exploratório. A pesquisa teórica foi realizada a partir de levantamentos bibliográficos, com consulta a artigos no Portal de Periódico da Capes e nas plataformas *Web of Science* e *Scopus*. Também foram aplicados questionários *on line*, cujo teor foi aprovado pelo Comitê de Ética da UMC – Campus Villa-Lobos, para identificar quais os elementos que influenciam no desenvolvimento da ansiedade no ambiente universitário.

ANÁLISE DOS RESULTADOS

Participaram da pesquisa 35 alunos do curso de Administração da Universidade Mogi das Cruzes, Campus Villa-Lobos/Lapa, entre a faixa etária de 18 a 37 anos, sendo que 14,3% (5) dos participantes têm 18 anos, 34,3% (12) têm 19 anos, 25,7% (9) tem 20 anos, 8,6% (3) 21 anos, 5,7% (2) tem 22 anos, 2,9% (1) possui 23 anos, 2,9% (1) possui 24 anos, 2,9% (1) têm 28 anos e 2,9% (1) têm 37 anos. Entre o público respondente, 57,1% (20) corresponde ao sexo feminino e 42,9% (15) ao sexo masculino. Dentro dessa amostra 40% (14) informou que não realiza atividade remunerada. Em relação ao levantamento realizado, 94,3% (33) dos

participantes alegaram sentir uma espécie de medo, como pressentimento que algo ruim iria acontecer e, 5,7% informaram que não senti nenhuma espécie de medo. Dentro do primeiro dado demonstrado, 40% (14) informaram que sentem um medo, mas não é tão forte; 25,7% (9) disseram que sentem uma espécie de medo, mas tal sensação não os preocupa e, 28,6% (10) confessaram que sentem um medo de forma exacerbada. Ao que se refere à sensação de inquietação, 57,1% (20) dos estudantes informaram que sente uma leve sensação inquietude; 20% (7) admitiram se sentir inquietos; 14,3% (5) alegaram sentir inquietação de forma exagerada, enquanto 8,6% (3) afirmaram que não se sentem assim. Aos serem questionados sobre a sensação de pânico, 42,9% (15) dos entrevistados afirmaram que esporadicamente sente uma sensação de pânico; 28,6% (10) informaram que sentem pânico com mais frequência; 25,7% (9) informaram que nunca sentiram tal sensação, porém, 2,9% (1) confessaram sentir pânico a quase todo momento. De acordo com a literatura revisada, o medo e a ansiedade têm relação, uma vez que ambas constituem uma reação biológica do organismo. Entretanto, a presença do medo, juntamente com a sensação de pânico e, inquietação que pode ser similar ao estado de vigilância, são sintomas presentes na ansiedade social, mais conhecida também como fobia social. Essa fobia afeta o indivíduo de forma negativa, uma vez que este tem a tendência de evitar situações conflituosas e de exposição tanto no ambiente corporativo e acadêmico, podendo apresentar crises de pânico ao se encontrar em uma situação embaraçosa. Ao que se refere às questões abertas sobre as situações que trazem mais ansiedade na faculdade, 42,9% (15) dos participantes afirmaram que a apresentação de trabalhos é motivo que ocasiona mais ansiedade para eles, tal fato é considerável uma vez que os mesmos indicaram ter dificuldade de se colocarem em situações de exposição ou conflituosas. Entre os entrevistados 31,4% (11) afirmou que expectativa de ser um bom profissional, a carreira que irá trilhar e o seu desempenho na universidade, como também a mudança de rotina é um dos fatores que ocasionam episódios de ansiedade e medo no seu cotidiano acadêmico. É válido lembrar também que a ansiedade corresponde a uma situação irreal que tem por objetivo alertar quanto a um perigo eminente, como uma forma de proteção do organismo. Em relação à concentração, 65,7% (23) dos estudantes afirmaram que esporadicamente têm certa dificuldade de se concentrar, enquanto 34,3% (12) têm problemas mais frequentes para se concentrar, esse levantamento justifica o posicionamento destes quanto às provas, dado que 60% (21) dos participantes alegam que provas ocasionam episódios de ansiedade. No tocante às questões sobre o desempenho profissional 28,6% (10) admitiram que o cumprimento de metas e prazos é um dos fatores que mais ocasiona ansiedade, como também preocupação, tanto na universidade e no ambiente de trabalho, dado que 54,3% (19) afirmaram que boa parte do tempo estão preocupados; 25,7% (9) disseram que estão preocupados a maior parte do tempo; 17,1% (6) informaram que sentem preocupação esporadicamente e; 2,9% (1) afirmaram que raramente têm o sentimento de preocupação. Ao se referir à equipe gestora e à expectativa profissional 14,3% (5) confessaram que o fato de lidar com superiores ocasiona ansiedade, essa característica também foi observada durante o levantamento bibliográfico, uma vez que a equipe de liderança tem papel primordial para o desenvolvimento da ansiedade nos colaboradores. Comparando-se os resultados com dois trabalhos acadêmicos publicados, de Santana e Leonídio (2016) e de Caballo et al. (2017), identifica-se que além de ocasionar ansiedade, lidar com superiores também causa estresse, uma vez que líderes e gestores tendem a tratar o colaborador de forma ríspida na frente dos demais colaboradores, faltar com confiança e não valorizar as realizações de tarefas do colaborador, bem como não valoriza o encargo que o indivíduo possui na organização, chegando até a tratá-lo com indiferença. Foi identificado, ainda, que a ansiedade social se faz mais presente no sexo feminino, sendo possível destacar os principais fatores, sendo eles: falar com pessoas do sexo oposto, falar em público e/ou interação com pessoas em posição de autoridade e ficar em posição de evidência ou fazer papel de ridículo, sendo estes traços da fobia social, que assim como no ambiente corporativo

também está presente na universidade, acarretando aos estudantes dificuldade na apresentação de seminários.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo baseou-se em um levantamento bibliográfico e análise da manifestação da ansiedade no ambiente corporativo e acadêmico. Em um primeiro momento, foi realizada pesquisa sobre a manifestação da ansiedade na universidade e posteriormente no ambiente organizacional; depois, realizou-se a aplicação de um questionário em estudantes voluntários do curso de administração e identificaram-se quais os fatores prejudiciais da ansiedade no cenário acadêmico e corporativo. Com esses procedimentos, o objetivo geral, de comparar os impactos da ansiedade encontrados em ambiente universitário com os impactos que a ansiedade ocasiona aos colaboradores e à gerência de organizações, bem como os específicos, de realizar uma revisão de literatura a respeito de ansiedade no meio organizacional e no âmbito universitário; identificar os fatores fonte desse transtorno e apresentar recomendações gerais para a redução da ansiedade, foram alcançados, conforme demonstra o relatório de pesquisa ora apresentado. Com relação à pergunta de pesquisa sobre quais os impactos que a ansiedade ocasiona aos colaboradores e à equipe de gerência, identificou-se que a ansiedade traz um impacto negativo no desempenho, nas relações entre pessoas na organização e na saúde, corroborando o que os estudos aqui citados atestam. Por meio dos dados recolhidos foi possível evidenciar que a ansiedade já assola o ambiente acadêmico, afetando os estudantes no seu desenvolvimento profissional, como também no seu desempenho na universidade, dificultando o seu desenvolvimento em atividades, como: apresentação de trabalho, debates, avaliações e até mesmo em se concentrar durante a aula. Os dados adquiridos também indicaram que no ambiente de trabalho o cumprimento de metas e prazos para realização de projetos ocasiona episódios de ansiedade, como também preocupação excessiva, sendo que está se faz presente em ambos os cenários estudados. A relação com a equipe gestora foi outro fator indicado como causador da ansiedade, uma vez que os respondentes alegaram ter dificuldade em lidar com superiores. A realização deste estudo evidencia que os elementos que desencadeiam a ansiedade no ambiente acadêmico e corporativo, que para o senso comum são simples e até rotineiros, podem dificultar, de forma considerável, o desempenho do indivíduo, levando, em casos extremos até o afastamento de suas atividades laborais. Em casos que a ansiedade se faz presente com a depressão pode ocorrer tentativas de suicídio. A inserção desse estudo na atenção básica vem mostrar como a atenção no desenvolvimento de estudantes e na qualidade de tratamento dos colaboradores exige atenção dos profissionais e até mesmo da instituição que os indivíduos estão requerendo profissionais que trabalhem para a promoção da saúde mental. Espera-se que este estudo possa sensibilizar os profissionais responsáveis pela educação no ensino superior, como também gestores e líderes que têm demandado cada vez mais, sem pensar no que se pode acarretar aos colaboradores, dado que com o aumento dos índices de depressão e ansiedade nos últimos anos foram alarmantes, por isso é necessário que se tenha sensibilidade especial ao lidar com tais situações, a fim de evitar quadros mais graves. Minimizar o mal do século é uma questão de atitude e compreensão do mal que a ansiedade acarreta.

REFERÊNCIAS

CABALLO, Vicente E.; SALAZAR, Isabel C.; NOBRE-SANDOVAL, Larissa; WAGNER, Marcia F.; ARIAS, Benito; LOURENÇO, Lélío. Validação brasileira do questionário de ansiedade social para adultos (CASO). **Psicol. teor. prat.**, São Paulo , v. 19, n. 2, p. 131-150, ago. 2017.

CASTILLO, Ana Regina GL *et al.* Transtornos de ansiedade. **Rev. Bras. Psiquiatr**, São Paulo, v. 22, supl. 2, p. 20-23, Dec. 2000.

CHAVES, Erika de Cássia Lopes; LUNES, Denise Hollanda; MOURA, Caroline de Castro; CARVALHO, Leonardo César; SILVA, Andréia Maria; CARVALHO, Emília Campos de. Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. **Rev Bras Enferm**, vol. 68, n.3, p. 504-509, mai-jun 2015.

LOPES, Andressa Pereira; REZENDE, Manuel Morgado. Ansiedade e consumo de substâncias psicoativas em adolescentes, **Estudos de Psicologia I**, Campinas, vol. 30, n.1, p. 49-56, mar. 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v30n1/06.pdf> Acesso em 25/05/2017.

MARRAS, Jean Pierre; VELOSO, Henrique Maia. **Estresse Ocupacional**. 0 ed. Rio de Janeiro: Elseiver Campus. 2012.

OLIVEIRA, Giovanna Fernandes; CARREIRO, Gisele Santana Pereira; FILHA, Maria de Oliveira Ferreira; LAZARTE, Rolando; VIANNA, Rodrigo Pinheiro de Toledo. Risco para depressão, ansiedade e alcoolismo entre trabalhadores informais. **Revista eletrônica de Enfermagem**.

PEREIRA, Sabrina Maura; LOURENCO, Lélío Moura. O estudo bibliométrico do transtorno de ansiedade social em universitários. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 64, n. 1, p. 47-62, abr. 2012.

SANTANA, Aline Rabelo da Silva Caiaffa; LEONÍDIO, Ueliton da Costa. Níveis de estresse no ambiente de trabalho em uma confecção da região serrana do Rio de Janeiro. **XIII SEGET – Simpósio em Excelência e Gestão de Tecnologia**, 2016.

SODOCK, Benjamin James; SODOCK, Virginia Alcott. **Compêndio de psiquiatria: Ciência do comportamento e Psiquiatria Clínica**. 9º ed. Porto Alegre: Artmed Editora S.A., 2007.

VIANNA, Renata Ribeiro Alves Barboza; CAMPOS, Angela Alfano; LANDEIRA-FERNANDEZ, Jesus. Transtornos de ansiedade na infância e adolescência: uma revisão. **Rev. bras.ter. cogn.**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 46-61, jun. 2009.