

ANÁLISE DA ANSIEDADE DE ALUNOS, TÉCNICOS E PROFESSORES DE UM CAMPUS DE UMA UNIVERSIDADE FEDERAL DO SUL DO PAÍS

ANALYSIS OF THE ANXIETY OF STUDENTS, TECHNICIANS AND PROFESSORS OF A FEDERAL UNIVERSITY OF THE SOUTH OF THE COUNTRY

Paula Gulart Munhoz

Doutoranda em Administração – Universidade Regional de Blumenau (FURB)
paulagmunhoz96@gmail.com

Gustavo da Rosa Borges

Doutor em Ciências Contábeis e Administração – Universidade Regional de Blumenau (FURB)
Professor Adjunto da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA) e do Programa de Pós-Graduação em Administração (UNIPAMPA)
gustavodarosaborges@gmail.com

RESUMO

A ansiedade é uma temática que vem chamando a atenção dos pesquisadores; inclusive, níveis excessivos dela podem implicar problemas pessoais e sociais, cada vez mais comuns nos dias atuais. Buscando conhecer o nível de ansiedade de alunos, técnicos e professores de uma universidade federal do sul do Brasil e relacioná-la com algumas características pessoais e profissionais, realizou-se uma *survey* com a participação de 365 envolvidos. Por meio de estatística descritiva, regressão, Anova e Teste-t, evidenciou-se que alunos são mais ansiosos que técnicos e professores. Além disso, constatou-se que alunos mais novos possuem mais ansiedade, sendo que alunas as possuem em maior nível. Os resultados sugerem que a ansiedade se relaciona com a empregabilidade; já que alunos mais novos geralmente não têm uma posição profissional mais desenvolvida, ademais, ela se relaciona com a característica hormonal, já que estudantes do sexo feminino a possuem com mais intensidade. Tendo em vista que a ansiedade atrapalha a vida pessoal e o rendimento acadêmico, sugere-se que universidades busquem dar mais atenção a esse tema, visto que alunos ansiosos podem corroborar com situações indesejadas.

Palavras-chave: Ansiedade. Estudantes. Docentes. Técnicos.

ABSTRACT

Anxiety is a theme that has attracted the attention of researchers; including, excessive levels of it, can cause personal and social problems, more and more common nowadays. Seeking to know the anxiety level of students, technicians and professors at a federal university in southern Brazil, and to relate it to some personal and professional characteristics, a survey was carried out with the participation of 365 involved. Through descriptive statistics, regression, Anova and Test-t, it was shown that students are more anxious than technicians and teachers. In addition, it was found that younger students have more anxiety, and students have them at a higher level. The results suggest that anxiety is related to employability; since younger students generally do not have a more developed professional position, moreover, it is related to the hormonal characteristic, since female students have it more intensely. In view of the fact that anxiety interferes with personal life and academic performance, it is suggested that universities seek to pay more attention to this topic, since anxious students can corroborate with unwanted situations.

Keywords: Anxiety. Students. Teachers. Technical.

INTRODUÇÃO

As constantes transformações que acontecem no mundo e as pressões dadas a todo o momento têm influenciado diretamente a vida das pessoas, provocando diferentes emoções negativas, como, por exemplo, a ansiedade (LENHARDTK; CALVETTI, 2017). Apesar de fazer parte da existência humana, a ansiedade pode tornar-se uma patologia se ela despertar de forma abrupta em uma pessoa, provocando sensações desagradáveis (BRANDÃO, 2004; SADOCK; SADOCK; MAH; SZABUNIEWICZ; FIOCCO, 2016; RUIZ, 2016).

A adversidade acontece quando o nível de ansiedade aumenta, deixando de ser considerada natural e passando a ser patológica (MAH; SZABUNIEWICZ; FIOCCO, 2016; LENHARDTK; CALVETTI, 2017; BARLOW; ELLARD, 2018). A ansiedade é considerada normal quando é ocasional e temporária, mas pode tornar-se patológica quando é frequente ou crônica, interferindo nas atividades cotidianas do indivíduo, como trabalho, escola e relacionamentos (MAH; SZABUNIEWICZ; FIOCCO, 2016).

A ansiedade pode apresentar-se de duas maneiras, chamadas de ansiedade-estado e ansiedade-traço. A primeira refere-se a um momento específico, causando um estado emocional que dura certo tempo. Já a segunda está relacionada às características pessoais, estabelecendo diferenças entre os indivíduos quanto à maneira de enfrentar situações adversas, ou seja, cada indivíduo traz consigo uma disposição diferente (BIAGGIO; NATALÍCIO; SPIELBERGER, 1977; WILT; OEHLBERG; REVELLE, 2011; LEAL et al., 2017).

Mediante as situações adversas que ela pode ocasionar, a ansiedade tem sido um tema que vem despertando uma preocupação crescente na área de saúde pública (EISENBERG, 2007; CASTILLO, 2013; ALMEIDA 2015). Seus impactos afetam a vida e o trabalho das pessoas (LENHARDTK; CALVETTI, 2017; DURDUKOCA; ATALAY, 2019), incluindo profissionais e estudantes universitários. Sobre esse aspecto, é importante destacar que as universidades devem atentar às questões que podem interferir na saúde de seus funcionários (NUNES; DA ROSA TOLFO; GARCIA, 2018), como por exemplo, a ansiedade.

No contexto das universidades públicas, a ansiedade é um assunto preocupante e que deve ser visto com atenção por parte dos gestores, uma vez que pesquisas realizadas pelo Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Estudantis (FONAPRACE) e pela Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (ANDIFES) – que tem como objetivo analisar o perfil socioeconômico e cultural dos alunos das Instituições Federais de Ensino Superior do Brasil, bem como os aspectos gerais - apontaram que a ansiedade afeta seis a cada 10 discentes de instituições federais no país (ANDIFES, 2018).

Em relação ao seu impacto na vida, no trabalho e no contexto social, tem se percebido que ela afeta o âmbito universitário, já que se manifesta em níveis acima da média em boa parte dos alunos (DYRBYE; THOMAS; SHANAFELT, 2006; TILLFORS; FURMANK, 2007; ALBUQUERQUE, 2008; ALMEIDA, 2015; HARRIS et al., 2016), técnicos (GIBSON; PETROSKO, 2014; RIBEIRO et al., 2015) e professores (LIU; YAN, 2020).

Embora ela seja presente em muitos contextos, incluindo a universidade, diversos trabalhos estudaram a ansiedade em uma categoria específica, mas raros os que apresentam um estudo amplo no sentido de analisar alunos, técnicos e docentes. Mais do que isso, busca-se aqui verificar se questões pessoais e questões do ambiente de trabalho podem influenciar o nível de ansiedade. Portanto, o presente artigo tem como objetivo analisar o nível de ansiedade de alunos, técnicos e docentes da Universidade Federal do Pampa (Unipampa), Campus Dom Pedrito-RS.

Como descrito brevemente, o nível de ansiedade de cada categoria será equiparado com questões de perfil: idade e sexo, e com o tempo de atividade. Ademais, será comparado o nível de ansiedade nos três níveis pesquisados: alunos, técnicos e docentes.

Portanto, o artigo será a partir deste ponto, subdividido em referencial teórico, abordando a ansiedade, metodologia, apresentação e discussão dos resultados e considerações finais.

REFERENCIAL TEÓRICO

O referencial teórico do presente artigo abordará a ansiedade. Esse assunto é o pilar de discussão, no qual serão realizadas inferências no contexto educacional.

Ansiedade

A ansiedade é uma resposta emocional baseada na avaliação de uma ameaça existencial incerta (PRIESMEYER; MUDGE; WARD, 2016). Brandão (2004) define-a como um estado subjetivo de apreensão ou tensão, acompanhado por sensações físicas que se dão por meio da expectativa do perigo que está por vir.

Para Biaggio, Natalício e Spielberger (1977), existem dois conceitos distintos quanto à forma que a ansiedade se apresenta: ansiedade de traço e ansiedade de estado. Os mesmos autores caracterizaram a ansiedade de estado como sendo um estado emocional transitório, caracterizado por sentimentos adversos de tensão e que são conscientemente percebidos pelo indivíduo. Já em relação à ansiedade de traço, os autores descreveram-na como uma característica pessoal de cada um e relativamente estável que o indivíduo tem em reagir a situações entendidas como ameaçadoras.

De acordo com Wilt, Oehlberg e Revelle (2011), o traço de ansiedade refere-se à disposição pessoal do indivíduo, enquanto o estado de ansiedade, geralmente, é definido como o nível de ansiedade em períodos relativamente curtos. Leal et al. (2017), definem a ansiedade de estado como um estado psicofisiológico e a ansiedade de traço, como um traço de personalidade, ou seja, enquanto a ansiedade de estado reflete as reações transitórias psicológicas e fisiológicas relacionadas a situações adversas em um certo momento, a ansiedade de traço apresenta diferenças de reação diante de situações percebidas como ameaçadoras com uma tendência a apresentar o estado de ansiedade.

À vista disso, as diferenças são nítidas e apontam claramente cada um desses dois tipos de ansiedade, uma voltada a um momento atual (específico), condizente com uma situação externa, e outra que, provavelmente, pode permanecer durante toda a vida, por ser uma característica de personalidade do indivíduo, apresentando-se mais voltada a um estado nervoso que pode surgir por algum motivo, percebendo um maior número de situações como ameaçadoras.

A ansiedade é uma reação considerada comum e importante para a sobrevivência e adaptação do ser humano. No entanto, quando a ansiedade ultrapassa os níveis considerados normais, ela pode evoluir para um transtorno mental e, como consequência, pode afetar diretamente o indivíduo, causando sofrimentos psicológicos e afetando a vida pessoal e profissional de quem sofre com esse transtorno (LENHARDTK; CALVETTI, 2017).

Para Mah, Szabuniewicz e Fiocco (2016), a ansiedade é vista como normal, quando é ocasional e temporária, mas pode tornar-se patológica quando é frequente ou crônica, interferindo nas atividades cotidianas do indivíduo: como trabalho, escola e relacionamentos. Barlow e Ellard (2018) destacam que a ansiedade é parte natural da vida e, em níveis normais, ajuda cada indivíduo a funcionar da melhor maneira possível. Entretanto, para pessoas que sofrem com transtornos de ansiedade, ela é avassaladora e difícil de controlar.

Assim sendo, pode-se dizer que a ansiedade é uma característica natural do ser humano, que se manifesta quando o indivíduo depara-se com situações consideradas ameaçadoras ou perigosas, desencadeando sensações desagradáveis. Todavia, se a ansiedade começa a interferir na vida da pessoa de maneira significativa, ela é considerada um distúrbio.

Costumeiramente, a ansiedade é confundida com o medo. Apesar disso, tanto ela quanto o medo expressam comportamentos distintos (BRANDÃO, 2004; PERUSINI; FANSELOW, 2015; SADOCK; SADOCK; RUIZ, 2016). Brandão (2004), juntamente com Sadock, Sadock e Ruiz (2016), evidencia que ambos são um sinal de alerta e agem como uma advertência de uma ameaça externa ou interna, porém diferem, pois o medo é uma resposta a uma ameaça conhecida, externa e definida, enquanto a ansiedade é uma resposta a perigos iminentes a situações desconhecidas.

Perusini e Fanselow (2015) ressaltam ainda que, apesar de o medo ocorrer em resposta a um objeto específico, a ansiedade não possui um estímulo específico. Embora o medo e a ansiedade apresentem sintomas emocionais semelhantes, ambos têm origem diferentes. Observar qual dos dois se está enfrentando é essencial para procurar um tratamento adequado. Considerando as diferenças e o desenvolvimento de problemas de saúde mental, acredita-se que a ansiedade pode prejudicar ainda mais o desenvolvimento das pessoas, tanto em nível profissional como acadêmico.

Em se tratando de aspectos profissionais, Durdukoca e Atalay (2019) descrevem que a ansiedade é um estado crítico de sentimentos e traz consigo muitas emoções negativas, além de ter um efeito adverso no desempenho no trabalho. Cabe ressaltar que o trabalho, quando significativo, aumenta o nível de satisfação no trabalho, o que Rao (2010) iguala à felicidade, ou seja, quanto mais estimulados com seu trabalho, maior a probabilidade de os indivíduos serem leais à instituição.

Neste sentido, Nunes, da Rosa Tolfo e Garcia (2018) ponderam que as universidades devem estar atentas para as suas questões organizacionais, já que os valores de uma organização representam ideais que norteiam a vida da organização e das pessoas que fazem parte dela, e isso pode influenciar o trabalhador de alguma maneira, podendo causar insatisfação no trabalho, estresse e até mesmo ansiedade.

Em relação ao contexto universitário, Almeida (2015) realizou um estudo em Portugal e percebeu que 63,1% dos estudantes nas universidades pesquisadas apresentaram sintomatologia ansiosa desde níveis moderados a severos. Em relação ao ano frequentado, os resultados mostraram que entre alunos do primeiro ao sexto ano, os que apresentaram maior ansiedade foram os alunos do terceiro e quarto ano. Verificou-se também que mulheres apresentaram piores níveis de ansiedade do que os homens. Além disso, os estudos mostraram que os estudantes com problemas de saúde mental, como a ansiedade, além de verem seu rendimento acadêmico afetado, tendiam a abandonar os seus estudos.

Dyrbye, Thomas e Shanafelt (2006) fizeram uma pesquisa com estudantes dos EUA e Canadá e analisaram que níveis de sofrimento psicológico, como a ansiedade, podem ser maior entre estudantes do sexo feminino. Indo ao encontro, Figueiredo (2009) em um estudo realizado com universitários de três instituições de ensino superior no Brasil, percebeu que as mulheres apresentaram um nível mais elevado de ansiedade do que os homens, enquanto eles apresentaram maior nível de depressão.

Tillfors e Furmank (2007) realizaram um trabalho na Suécia com universitários e perceberam uma alta taxa de prevalência de transtorno de ansiedade social, o que pode levar à desistência do ensino superior. Para os autores, falar em público é um dos medos sociais mais prevalentes, provocando uma tendência maior para o abandono escolar. Em outros termos, neste estudo, entende-se que a ansiedade pode interferir no abandono prematuro do ensino superior.

Já em um estudo em uma universidade de Lisboa, Albuquerque (2008) analisou que um dos problemas vividos pelos estudantes é a ansiedade. Além disso, notou que existiam mais alunos deprimidos, ansiosos e com problemas de atenção entre os que pretendiam abandonar o curso, do que os estudantes que queriam ficar.

De acordo com Harris et al. (2016), em um estudo realizado em uma instituição de ensino superior, deve-se levar em conta os construtos que servem de base para a satisfação no trabalho dos funcionários, pois, assim, aumenta a lealdade dos funcionários e a intenção de permanecer na instituição. Gibson e Petrosko (2014) verificaram em seu estudo que os funcionários com baixa satisfação no trabalho eram mais propensos a deixar a instituição estudada.

Em um estudo realizado em uma empresa pública no estado de Minas Gerais, Ribeiro et al. (2015) perceberam que um dos fatores que influenciam a permanência de seus funcionários na empresa é o fato de eles gostarem de trabalhar nela, considerando o relacionamento estabelecido entre as pessoas, incluindo seus superiores.

Liu e Yan (2020) destacam que a ansiedade é uma questão complicada, mas séria entre professores de todos os níveis de educação. No entanto, há pouca pesquisa entre professores universitários. Sendo assim, os autores decidiram pesquisar no âmbito universitário em uma universidade da China e observaram que a ansiedade estava geralmente correlacionada com idade, título profissional e anos de ensino. Além disso, observou-se que professores mais velhos e aqueles com títulos profissionais mais altos tendiam a ser menos ansiosos em geral.

Com base nos estudos até aqui apresentados, elaborou-se um Quadro de hipóteses, (Quadro 1).

O Quadro 1 apresenta as dez hipóteses aqui elaboradas. A hipótese 1 tem, como amparo, o alto índice de ansiedade apresentado por Tillfors e Furmank (2007), Almeida (2015) e Liu e Yan (2020). Ademais, Liu e Yan (2020) descreveram que, geralmente, pessoas com menor escolaridade possuem maior nível de ansiedade. Como alunos, de maneira geral, possuem menos escolaridade que técnicos e professores, acredita-se que seu nível de ansiedade é maior.

As hipóteses H2, H3 e H4 possuem, como base, os estudos Liu e Yan (2020), que descreveram que, normalmente, professores mais novos possuem maior nível de ansiedade. Desse modo, partindo do pressuposto que quanto mais novos maior é a ansiedade, acredita-se que estudantes e técnicos mais novos também possuem uma ansiedade mais elevada.

A hipótese H5 tem, como amparo, o estudo de Almeida (2015), o qual relatou que alunos que estão na metade do curso apresentam maior nível de ansiedade do que os ingressantes e concluintes.

As hipóteses H6 e H7 estão amparadas no estudo de Liu e Yan (2020), que supõem que professores ingressantes tendem a ser mais ansiosos que aqueles com mais anos de ensino. Dessa maneira, acredita-se que técnicos ingressantes também possuem nível de ansiedade maior.

As hipóteses H8, H9 e H10 têm, como base, os estudos de Dyrbye, Thomas e Shanafelt (2006), Figueiredo (2009) e Almeida (2015). O fato de acreditar que técnicas e professoras têm mais ansiedade que técnicos e professores parte do pressuposto da ideia dos autores, os quais demonstraram que estudantes mulheres têm mais ansiedade que homens. Assim, acredita-se que o sexo feminino tem nível de ansiedade maior.

Quadro 1 - Hipóteses Elaboradas

| Hipóteses | Fonte: |
|--|--|
| H1: Alunos possuem maior nível de ansiedade que técnicos e professores. | Tillfors e Furmank (2007), Almeida (2015), Liu e Yan (2020) |
| H2: Alunos mais novos possuem maior nível de ansiedade. | Liu e Yan (2020) |
| H3: Técnicos mais novos possuem maior nível de ansiedade. | Liu e Yan (2020) |
| H4: Professores mais novos possuem maior nível de ansiedade. | Liu e Yan (2020) |
| H5: Alunos que estão na metade do curso possuem maior nível de ansiedade do que os ingressantes e concluintes. | Almeida (2015) |
| H6: Técnicos ingressantes possuem maior nível de ansiedade. | Liu e Yan (2020) |
| H7: Professores ingressantes possuem maior nível de ansiedade. | Liu e Yan (2020) |
| H8: Alunas possuem maior nível de ansiedade que alunos. | Dyrbye, Thomas e Shanafelt (2006), Figueiredo (2009), Almeida (2015) |
| H9: Técnicas possuem maior nível de ansiedade que técnicos. | Dyrbye, Thomas e Shanafelt (2006), Figueiredo (2009), Almeida (2015) |
| H10: Professoras possuem maior nível de ansiedade que professores. | Dyrbye, Thomas e Shanafelt (2006), Figueiredo (2009), Almeida (2015) |

Fonte: autores (2020)

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Esta pesquisa foi desenvolvida a partir de uma abordagem quantitativa, que utilizou o método *Survey*. Classifica-se como do tipo descritiva, por meio de dados primários e secundários. A amostra é do tipo por conveniência, já que foi conveniente coletar dados com os presentes na universidade estudada nos dias em que o questionário foi disponibilizado. A amostra da pesquisa foi dividida em três grupos: estudantes, técnicos e professores.

O questionário foi elaborado com o instrumento de coleta, que será apresentado a seguir, e as seguintes questões aos alunos: curso e semestre que realiza, sexo e idade. Para docentes e técnicos, foi questionado também, além do sexo e da idade, o tempo de atuação.

Por ser considerado um dos inventários mais utilizados na avaliação de ansiedade e por ser mais apropriado nesta pesquisa, o instrumento escolhido para avaliar a ansiedade foi o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE), elaborado por Spielberger, Gorush e Lushene em 1970 e traduzido e adaptado em português por Biaggio e Natalício em 1977. Esse instrumento é composto por duas escalas distintas de autorrelato, que têm, como objetivo, medir dois conceitos: ansiedade estado (IDATE-E) e ansiedade traço (IDATE-T) (FIORAVANTI et al., 2006).

Ambas as escalas apresentam 20 itens, em que o respondente deve marcar uma das alternativas apresentadas em uma escala *Likert* de 4 pontos.

Conforme esse inventário, a escala de estado requer que o participante descreva como se sente no determinado momento em que está respondendo a escala. Já na escala de traço, o participante recebe a instrução de que deve responder como geralmente se sente.

Nesta pesquisa, foi utilizada a escala de ansiedade de traço (IDATE-T), visto que é mais indicada, pois, nessa escala de traço de ansiedade, o respondente descreve como se sente normalmente, enquanto na escala de estado de ansiedade, é necessário indicar como se sente em uma situação mais específica.

A seguir, será demonstrada a escala de ansiedade de traço.

Tabela 1 - Escala para mensurar a ansiedade de traço (IDATE-T)

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| 1 | Sinto-me bem | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Canso-me facilmente | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Tenho vontade de chorar | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Gostaria de poder ser tão feliz quanto os outros parecem ser | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Perco oportunidades porque não consigo tomar decisões rapidamente | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Sinto-me descansado | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | Sou calmo, ponderado e senhor de mim mesmo | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Sinto que as dificuldades estão se acumulando de tal forma que não consigo resolver | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | Preocupo-me demais com as coisas sem importância | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Sou feliz | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Deixo-me afetar muito pelas coisas | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | Não tenho muita confiança em mim mesmo | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | Sinto-me seguro | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Evito ter que enfrentar crises ou problemas | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | Sinto-me deprimido | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Estou satisfeito | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | Ideias sem importância me entram na cabeça e ficam-me preocupando | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | Levo os desapontamentos tão a sério que não consigo tirá-los da cabeça | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | Sou uma pessoa estável | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 | Fico tenso e perturbado quando penso em meus problemas do momento | 1 | 2 | 3 | 4 |

Fonte: Kaipper (2008)

A Tabela 1 apresenta a escala que mensura a ansiedade-traço, criada por Spielberger, Gorsuch e Lushene e aplicada por Kaipper (2008). Os 20 itens foram avaliados pela seguinte escala: (1) Quase nunca, (2) Às vezes, (3) Frequentemente e (4) Quase sempre.

Os itens 1, 6, 7, 10, 13, 14, 16 e 19 são questões de caráter positivo, enquanto os demais são de caráter negativo. À vista disso, as perguntas que são positivas foram adaptadas de forma negativa. Essa modificação é mais indicada, já que um índice maior representará uma ansiedade mais intensa.

Após a elaboração do questionário, realizou-se uma validação do instrumento de coleta com três profissionais com experiência acadêmica, a fim de realizar a validação. Após o parecer deles, realizaram-se dois pré-testes, um com alunos e outro com técnicos e docentes da universidade em estudo. Não houve dúvidas e sugestões em relação ao instrumento de coleta.

Posteriormente, o instrumento de coleta foi impresso na versão final e distribuído na Universidade Federal do Pampa – UNIPAMPA (Campus Dom Pedrito). Os alunos preencheram o questionário em sala de aula e os docentes e técnicos em suas salas de trabalho. Essa etapa aconteceu nos meses de fevereiro e abril de 2019. A composição final da amostra será demonstrada na Tabela 2.

Conforme demonstrado na Tabela 2, houve, nesta pesquisa, uma participação de 84,86% dos alunos, 30,8% dos docentes e 36,5% dos técnicos do total de membros da IES. A amostra final foi de 365 participantes, sendo 317 alunos e 48 docentes e técnicos. De maneira geral, obteve-se um índice de participação entre 30% e 43%, não havendo grandes discrepâncias percentuais.

As informações da Tabela 2 que indicam a quantidade de alunos, docentes e técnicos da instituição foram solicitadas na Secretaria Acadêmica da universidade pesquisada. A seguir, serão apresentados os resultados da pesquisa, testes de hipóteses e discussões.

Tabela 2 - Composição da Amostra

| Classe | Total na IES | Tamanho da Amostra | Percentual em relação ao total da Classe na IES | Percentual em relação ao total da amostra |
|--------------|--------------|--------------------|---|---|
| Alunos | 737 | 317 | 43,0 | 84,86 |
| Docentes | 65 | 20 | 30,8 | 6,31 |
| Técnicos | 50 | 28 | 36,5 | 8,83 |
| Total | 852 | 365 | - | 100% |

Fonte: dados da pesquisa (2019)

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Esta seção apresentará os resultados da pesquisa, havendo também a discussão deles. Inicialmente, será observada a estatística descritiva dos itens que representam a ansiedade (Tabela 3).

Tabela 3 - Estatística Descritiva da Ansiedade

| Itens | N Estatística | Média Estatística | Erro Desvio Estatística | Assimetria | | Curtose | |
|--------------------|---------------|-------------------|-------------------------|-------------|------|-------------|------|
| | | | | Estatística | Erro | Estatística | Erro |
| A1 | 420 | 1,71 | 0,71 | 0,49 | 0,11 | -0,94 | 0,23 |
| A2 | 421 | 2,22 | 0,83 | 0,55 | 0,11 | -0,11 | 0,23 |
| A3 | 420 | 1,75 | 0,87 | 1,10 | 0,11 | 0,54 | 0,23 |
| A4 | 411 | 1,67 | 0,89 | 1,31 | 0,12 | 0,93 | 0,24 |
| A5 | 421 | 1,79 | 0,91 | 1,02 | 0,11 | 0,20 | 0,23 |
| A6 | 417 | 2,78 | 0,96 | -0,36 | 0,12 | -0,81 | 0,23 |
| A7 | 419 | 2,28 | 1,03 | 0,17 | 0,11 | -1,18 | 0,23 |
| A8 | 421 | 1,94 | 0,85 | 0,80 | 0,11 | 0,18 | 0,23 |
| A9 | 418 | 2,24 | 1,04 | 0,32 | 0,11 | -1,09 | 0,23 |
| A10 | 421 | 1,60 | 0,73 | 0,93 | 0,11 | -0,03 | 0,23 |
| A11 | 421 | 2,31 | 0,98 | 0,34 | 0,11 | -0,87 | 0,23 |
| A12 | 421 | 1,99 | 0,98 | 0,71 | 0,11 | -0,52 | 0,23 |
| A13 | 421 | 2,20 | 0,98 | 0,22 | 0,11 | -1,05 | 0,23 |
| A14 | 418 | 2,58 | 1,05 | -0,03 | 0,11 | -1,21 | 0,23 |
| A15 | 420 | 1,64 | 0,81 | 1,21 | 0,11 | 0,95 | 0,23 |
| A16 | 418 | 2,04 | 0,90 | 0,43 | 0,11 | -0,71 | 0,23 |
| A17 | 419 | 2,07 | 1,03 | 0,63 | 0,11 | -0,73 | 0,23 |
| A18 | 420 | 2,08 | 1,04 | 0,55 | 0,11 | -0,91 | 0,23 |
| A19 | 420 | 2,12 | 0,93 | 0,40 | 0,11 | -0,75 | 0,23 |
| A20 | 421 | 2,40 | 1,00 | 0,27 | 0,11 | -1,00 | 0,23 |
| Média Geral | | 2,07 | - | - | - | - | - |

Fonte: dados da pesquisa (2019)

A Tabela 3 demonstra a média dos itens relativos à ansiedade em acadêmicos, técnicos e docentes. Preliminarmente, nota-se que nenhum dos itens apresentou assimetria acima de 3 e curtose acima de 10, conforme recomendação de Kline (2011), indicando normalidade dos dados, ou seja, paramétricos. A média geral da ansiedade foi de 2,07, considerada mediana.

Na sequência, serão apresentados os resultados dos testes de hipóteses realizados a partir da análise de variância (ANOVA), teste-T e teste de Regressão.

A Tabela 4 apresenta o resultado da ANOVA, teste utilizado para verificar se há diferenças entre as médias de ansiedade em relação aos três grupos apresentados. Observou-se que alunos possuem maior nível de ansiedade que técnicos e docentes, visto que a média maior apresentada foi de 2,0094. Dessa maneira, os resultados podem suportar a hipótese 1, confirmando as evidências de Tillfors e Furmank (2007), Almeida (2015) e Liu e Yan (2020). Em continuidade, realizaram-se os testes de hipóteses por meio de regressão.

Tabela 4 - Diferença entre Ansiedade de Alunos, Técnicos e Docentes

| Categoria | N | Média | Desvio Padrão | Erro Padrão | Sig. |
|------------------|----------|--------------|----------------------|--------------------|-------------|
| Técnico | 28 | 1,76 | 0,51 | 0,09 | 0,036 |
| Docente | 20 | 1,67 | 0,56 | 0,12 | |
| Aluno | 373 | 2,00 | 0,73 | 0,03 | |
| Total | 421 | 1,97 | 0,72 | 0,03 | |

Fonte: dados da pesquisa (2019)

Tabela 5 - Comparação entre Idade e Ansiedade de Alunos

| Modelo | Coefficientes não padronizados | | Coefficientes padronizados | T | Sig. | R |
|---------------|---------------------------------------|------------------|-----------------------------------|----------|-------------|--------------------|
| | B | Erro Erro | Beta | | | |
| 1 (Constante) | 2,49 | 0,11 | - | 22,54 | 0,000 | - |
| Idade | -0,01 | 0,00 | -0,23 | -4,65 | 0,000 | 0,235 ^a |

a. Variável Dependente: Ansiedade

Fonte: dados da pesquisa (2019)

A Tabela 5 apresenta o resultado da Regressão, no qual se percebeu que há relação entre a ansiedade e a idade dos alunos. Essa relação foi confirmada de modo inverso pelo fato do Beta (B) ser negativo, isto quer dizer que quanto maior a idade, menor é o nível de ansiedade de alunos. Dessa forma, os resultados podem suportar a hipótese 2, confirmando as evidências de Liu e Yan (2020). Na sequência, observou-se a relação entre ansiedade e idade dos técnicos.

Tabela 6 - Comparação entre Idade e Ansiedade de Técnicos

| Modelo | Coefficientes não padronizados | | Coefficientes padronizados | T | Sig. | R |
|---------------|---------------------------------------|------------------|-----------------------------------|----------|-------------|--------------------|
| | B | Erro Erro | Beta | | | |
| 1 (Constante) | 2,10 | 0,48 | - | 4,32 | 0,000 | - |
| Idade | -0,00 | 0,01 | -0,13 | -0,71 | 0,483 | 0,138 ^a |

a. Variável Dependente: Ansiedade

Fonte: dados da pesquisa (2019)

A Tabela 6 apresenta o resultado da Regressão, no qual se verificou que não há relação pelo fato da significância ser acima de 0,05. Portanto, a H3 não pode ser aceita. Assim sendo, não se pode afirmar que técnicos mais novos possuem maior nível de ansiedade que técnicos mais velhos. A seguir, analisou-se a relação entre ansiedade e idade dos docentes.

Tabela 7 - Comparação entre Idade e Ansiedade de Docentes

| Modelo | Coefficientes não padronizados | | Coefficientes padronizados | T | Sig. | R |
|---------------|---------------------------------------|------------------|-----------------------------------|----------|-------------|--------------------|
| | B | Erro Erro | Beta | | | |
| 1 (Constante) | 1,72 | 0,65 | - | 2,61 | 0,017 | - |
| Idade | -0,00 | 0,01 | -0,01 | -0,07 | 0,945 | 0,017 ^a |

a. Variável Dependente: Ansiedade

Fonte: dados da pesquisa (2019)

A Tabela 7 apresenta o resultado da Regressão, em que se demonstrou não haver relação, visto que a significância está acima de 0,05. Consequentemente, a H4 não pode ser aceita. Sendo assim, não

se pode declarar que docentes mais novos possuem maior nível de ansiedade que docentes mais velhos.

Sob uma comparação das Tabelas 5, 6 e 7 que apresentam a comparação entre idade e ansiedade de alunos, técnicos e docentes, nota-se que a idade influencia apenas no nível de ansiedade de alunos.

A seguir, serão demonstrados os resultados da H5, H6 e H7, por meio da ANOVA e teste-T.

Tabela 8 - Semestre e Nível de Ansiedade

| Semestre | N | Média | Desvio Padrão | Erro Padrão | Sig. |
|----------|-----|-------|---------------|-------------|-------|
| 1-2 | 82 | 2,10 | 0,79 | 0,08 | 0,367 |
| 3-4 | 105 | 2,01 | 0,76 | 0,07 | |
| 6-7 | 89 | 1,91 | 0,65 | 0,06 | |
| 8+ | 97 | 2,00 | 0,71 | 0,07 | |
| Total | 373 | 2,00 | 0,73 | 0,03 | |

Fonte: dados da pesquisa (2019)

A Tabela 8 apresenta o resultado da ANOVA, no qual se buscou verificar se há diferenças entre o tempo de curso com o nível de ansiedade em alunos. Pelo fato de a significância estar acima de 0,05, os resultados não podem suportar a hipótese 5, contrariando a evidência de Almeida (2015), que relatou que alunos que estão na metade do curso apresentam maior nível de ansiedade do que ingressantes e concluintes.

A seguir, será analisada a relação entre tempo de atividade na Unipampa com o nível de ansiedade de técnicos e professores.

Tabela 9 - Tempo de Atividade e Nível de Ansiedade

| Categoria: Técnicos | | | | | |
|---------------------|----|-------|---------------|-------------|-------|
| Tempo | N | Média | Desvio Padrão | Erro Padrão | Sig. |
| Até 3 anos | 13 | 1,65 | 0,62 | 0,17 | 0,286 |
| 3 anos ou mais | 15 | 1,86 | 0,39 | 0,10 | |
| Total | 28 | 1,76 | 0,51 | 0,09 | |
| Categoria: Docentes | | | | | |
| Tempo | N | Média | Desvio Padrão | Erro Padrão | Sig. |
| Até 3 anos | 9 | 1,72 | 0,44 | 0,14 | 0,474 |
| 3 anos ou mais | 11 | 1,63 | 0,67 | 0,20 | |
| Total | 20 | 1,67 | 0,56 | 0,12 | |

Fonte: dados da pesquisa (2019)

A Tabela 9 demonstra que não há diferenças, visto que a significância está acima de 0,05. Isso quer dizer que não há como comprovar que técnicos ingressantes possuem maior nível de ansiedade que aqueles que estão no meio do curso ou concluintes. Portanto, a H6 não pode ser aceita. De igual forma, não se pode afirmar a H7 (Sig. >0,05), ou seja, professores de modo geral possuem o mesmo nível de ansiedade, independentemente do seu tempo de atuação. Assim, é possível verificar que o ambiente de trabalho nesse contexto, a princípio, não interfere no nível de ansiedade.

Em continuidade, será demonstrado se há diferenças entre alunos, técnicos e docentes do sexo feminino do que os do sexo masculino.

A Tabela 10 confirma que há diferença significativa entre o nível de ansiedade de alunos do sexo feminino em relação aos alunos do sexo masculino, já que a significância está abaixo de 0,05. Portanto, a H8 pode ser suportada, corroborando as evidências de Dyrbye, Thomas e Shanafelt (2006), Figueiredo (2009) e Almeida (2015). Assim sendo, percebe-se que alunas são mais ansiosas que alunos.

Constata-se ainda que não há diferença entre técnicos do sexo feminino e masculino, visto que a significância está acima de 0,05. À vista disso, a H9 não pode ser aceita, contrariando os indícios de Dyrbye, Thomas e Shanafelt (2006), Figueiredo (2009) e Almeida (2015).

Tabela 10 - Sexo e Nível de Ansiedade

| Categoria: Alunos | | | | | |
|---------------------|-----|-------|---------------|-------------|-------|
| Tempo | N | Média | Desvio Padrão | Erro Padrão | Sig. |
| Feminino | 243 | 2,12 | 0,78 | 0,05 | 0,000 |
| Masculino | 130 | 1,79 | 0,58 | 0,05 | |
| Total | 28 | 1,76 | 0,51 | 0,09 | |
| Categoria: Técnicos | | | | | |
| Tempo | N | Média | Desvio Padrão | Erro Padrão | Sig. |
| Feminino | 12 | 1,79 | 0,58 | 0,16 | 0,838 |
| Masculino | 16 | 1,75 | 0,48 | 0,12 | |
| Total | 20 | 1,67 | 0,56 | 0,12 | |
| Categoria: Docentes | | | | | |
| Tempo | N | Média | Desvio Padrão | Erro Padrão | Sig. |
| Feminino | 12 | 1,83 | 0,57 | 0,16 | 0,120 |
| Masculino | 8 | 1,43 | 0,49 | 0,17 | |
| Total | 20 | 1,67 | 0,56 | 0,12 | |

Fonte: dados da pesquisa (2019)

Por fim, percebe-se que não há diferença entre docentes do sexo feminino e masculino, já que a significância está acima de 0,05. Dessa maneira, pode-se dizer que o sexo não tem influência no nível de ansiedade de docentes. Portanto, a H10 também não pode ser aceita, contrariando os achados de Dyrbye, Thomas e Shanafelt (2006), Figueiredo (2009) e Almeida (2015).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente artigo teve, como objetivo, fazer uma análise da ansiedade em alunos, técnicos e docentes da Unipampa de Dom Pedrito. Inicialmente, observaram-se as diferenças entre as médias da ansiedade em relação aos três grupos apresentados, sendo possível analisar que alunos detêm maior nível de ansiedade que técnicos e docentes, corroborando os achados de Tillfors e Furmank (2007), Almeida (2015) e Liu e Yan (2020). Esse resultado recomenda que as instituições de ensino devem preocupar-se com a ansiedade de acadêmicos, uma vez que ela gera malefícios, podendo prejudicar a saúde dos alunos e até contribuir para o abandono escolar. Ademais, o resultado indica que, possivelmente, a ansiedade agrava-se quando não se tem uma colocação no mercado, algo bastante comum entre estudantes.

Analisando a relação entre a ansiedade e a idade de alunos, técnicos e docentes, foi possível observar que, em alunos, essa relação foi confirmada de modo inverso, ou seja, verificou-se que quanto maior a idade, menor é o nível de ansiedade, confirmando as evidências de Liu e Yan (2020). Esse resultado apoia a crença de que a ansiedade se agrava quando ainda não se tem uma base de trabalho; já que, geralmente, estudantes com mais idade tendem a já ter uma ocupação no mercado. Ao analisar técnicos e docentes, percebeu-se que não há relação; ou seja, o nível de ansiedade é o mesmo independentemente da idade.

Quanto ao tempo de curso, constatou-se que não há relação, contrariando as evidências de Almeida (2015). Nesse caso, alunos iniciantes, intermediários e concluintes possuem, em geral, o mesmo nível

de ansiedade. No que se refere ao tempo de atividade na universidade de técnicos e docentes, verificou-se que, assim como o que ocorre em estudantes, o nível de ansiedade é o mesmo para técnicos e docentes que estão a mais ou a menos tempo na universidade, contrariando Liu e Yan (2020).

Analisando a relação entre sexo e ansiedade, observou-se que há diferença significativa apenas em alunos, corroborando as evidências de Dyrbye, Thomas e Shanafelt (2006), Figueiredo (2009) e Almeida (2015) que descreveram que alunas são mais ansiosas que alunos. Já em técnicos e docentes, não foi possível afirmar que há relação. Esse achado é instigante, já que, inicialmente, observou-se que alunos possuem mais ansiedade e, se forem alunas, ela ocorre ainda com mais intensidade, sugerindo reflexões.

Assim sendo, este trabalho reforça a ideia da preocupação com os níveis de ansiedade em alunos, técnicos e docentes. Porém, é importante que as universidades prestem uma maior atenção aos alunos, já que eles apresentam um maior nível de ansiedade que os demais. Lembrando que alunos mais novos apresentam maior ansiedade. Essa relação pode dar-se pela entrada na vida universitária, que é marcada por uma fase de transição que se caracteriza por diversas mudanças. As universidades também devem estar atentas aos níveis de ansiedade em alunas mulheres, já que apresentaram maior nível de ansiedade.

A principal limitação deste estudo é o fato de ele ter ocorrido por meio de amostra por conveniência. Cabe ressaltar que os resultados aqui apresentados limitam ao Campus pesquisado, não podendo haver generalizações. Assim sendo, recomenda-se estudos futuros contendo amostras em outros locais e até mesmo outros contextos. De igual forma, sugere-se uma investigação mais aprofundada para saber por que alunos e, em especial, alunas são mais ansiosos. Acredita-se haver duas suposições: o fator empregabilidade e o fator hormonal feminino que interferem.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, T. From dropout to continuation in a higher education course. **Educational Sciences Journal**, v. 7, p. 17-26, 2008. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/26572638_From_dropout_to_continuation_in_a_higher_education_course. Acesso em: 20/11/2018.
- ALMEIDA, J. S. P. D. **A saúde mental global, a depressão, a ansiedade e os comportamentos de risco nos estudantes do ensino superior: estudo de prevalência e correlação**. Tese de Doutorado – Faculdade de Ciências Médica, Lisboa, 2015. Disponível em: <https://repositorio.ipcb.pt/handle/10400.11/2939>. Acesso em: 15/11/2018.
- BIAGGIO, A. M. B.; NATALÍCIO, L.; SPIELBERGER, C. D. Desenvolvimento da forma experimental em português do Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) de Spielberger. **Arquivos Brasileiros de Psicologia Aplicada**, v. 29, n. 3, p. 31-44, 1977. Disponível em: <https://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/abpa/article/view/17827>. Acesso em: 20/12/2018.
- BARLOW, D. H.; ELLARD, K. K. Anxiety and Related Disorders. **General Psychology FA18**, p. 178, 2018. Disponível em: https://scholar.valpo.edu/psych_oer/2. Acesso em: 15/11/2018.
- BRANDÃO, M. L. **As bases fisiológicas do comportamento: Introdução à Neurociência**. Editora Pedagógica Universitária. São Paulo, 2004. <https://doi.org/10.1590/S0036-46652005000300013>
- CASTILLO, L. G.; SCHWARTZ, S. J. Introduction to the special issue on college student mental health. **Journal of clinical psychology**, v. 69, n. 4, p. 291-297, 2013. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/jclp.21972>. Acesso em: 13/11/2018. <https://doi.org/10.1002/jclp.21972>
- DYRBYE, L. N.; THOMAS, M. R.; SHANAFELT, T. D. Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among US and Canadian medical students. **Academic medicine**, v. 81, n. 4, p. 354-373, 2006. Disponível em: https://journals.lww.com/academicmedicine/fulltext/2006/0400/systematic_review_of_depression,_anxiety,_and.9.aspx. Acesso em: 15/11/2018. <https://doi.org/10.1097/00001888-200604000-00009>
- DURDUKOCA, S. F.; ATALAY, T. D. Occupational Anxiety and Self-Efficacy Levels among Prospective Teachers. **International Journal of Evaluation and Research in Education**, v. 8, n. 1, p. 173-180, 2019. Disponível em: <https://eric.ed.gov/?id=EJ1211299>. Acesso em: 28/11/2018. <https://doi.org/10.11591/ijere.v8i1.18213>

EISENBERG, D. et al. Prevalence and correlates of depression, anxiety, and suicidality among university students. **American journal of orthopsychiatry**, v. 77, n. 4, p. 534-542, 2007. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.77.4.534>.

FIGUEIREDO, L. V. R. Índice geral de saúde dos universitários em três cidades do norte de Minas Gerais - Brasil. **Hygeia-Revista Brasileira de Geografia Médica e da Saúde**, v. 5, n. 8, 2009. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/hygeia/article/view/16928>. Acesso em: 14/01/2019.

FIORAVANTI, A. C. M. et al. Avaliação da estrutura fatorial da escala de ansiedade-traço do IDATE. **Avaliação Psicológica**, v. 5, n. 2, p. 217-224, 2006. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=335027180011>. Acesso em: 03/01/2019.

FONAPRACE/ANDIFES. **V Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos (as) Graduandos (as) das IFES**. Uberlândia: FONAPRACE/ANDIFES, 2019. Disponível em: <<http://www.fonaprace.andifes.org.br/site/wp-content/uploads/2019/06/V-Pesquisa-do-Perfil-Socioecon%CC%82mico-dos-Estudantes-de-Graduac%CC%A7a%CC%83o-das-U.pdf>>. Acesso em: 10/05/2019.

GIBSON, D.; PETROSKO, J. Trust in leader and its effect on job satisfaction and intent to leave in a healthcare setting. **New Horizons in Adult Education and Human Resource Development**, v. 26, n. 3, p. 3-19, 2014. <https://doi.org/10.1002/nha3.20069>.

HARRIS, K. et al. What Type of Leadership in Higher Education Promotes Job Satisfaction and Increases Retention?. **Journal for Leadership and Instruction**, v. 15, n. 1, p. 27-32, 2016. Disponível: <https://bitly.com/WTOte>. Acesso em: 12/12/2018.

KAIPPER, M. B. **Avaliação do inventário de ansiedade traço-estado (IDATE) através da análise de Rasch**. Dissertação de Mestrado, Programa de Pós-Graduação em Medicina – Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre, 2008.

KLINE, R. B. **Principles and Practice of Structural Equation Modeling**. 3ª ed. New York: The Guilford Press, 2011.

LEAL, P. C. et al. Trait vs. state anxiety in different threatening situations. **Trends in psychiatry and psychotherapy**, v. 39, n. 3, p. 147-157, 2017. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2016-0044>.

LENHARDTK, G.; CALVETTI, P. Ü. Quando a ansiedade vira doença? Como tratar transtornos ansiosos sob a perspectiva cognitivo comportamental. **Aletheia**, v. 50, n. 1 e 2, p. 111-122, 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942017000100010. Acesso em: 17/11/2018.

LIU, M.; YAN, Y. Anxiety and Stress in In-Service Chinese University Teachers of Arts. **International journal of higher education**, v. 9, n. 1, p. 237-248, 2020. Disponível em: <https://eric.ed.gov/?id=EJ1240458>. Acesso em: 20/11/2018. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v9n1p237>

MAH, L.; SZABUNIEWICZ, C.; FIOCCO, A. J. Can anxiety damage the brain?. **Current opinion in psychiatry**, v. 29, n. 1, p. 56-63, 2016. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000223>

MAY, R. **A descoberta do ser: Estudos sobre a psicologia existencial**. 3ª ed. Rio de Janeiro: Rocco, 2000. (Originalmente publicado em 1988).

NUNES, T. S.; DA ROSA TOLFO, S.; GARCIA, I. S. Valores organizacionais declarados e praticados na Universidade Federal de Santa Catarina. **Administração Pública e Gestão Social**, p. 123-135, 2018. <https://doi.org/10.21118/apgs.v10i2.1566>

PERUSINI, J. N.; FANSELOW, M. S. Neurobehavioral perspectives on the distinction between fear and anxiety. **Learning & Memory**, v. 22, n. 9, p. 417-425, 2015. <https://doi.org/10.1101/lm.039180.115>

PRIESMEYER, H. R.; MUDGE, S. D.; WARD, S. G. Emotional Responses to Service Learning: An Exploratory Study. **Journal of Learning in Higher Education**, v. 12, n. 2, p. 55-61, 2016. Disponível em: <https://eric.ed.gov/?id=EJ1139805>. Acesso em: 20/12/2018.

RAO, S. **Happiness at Work: Be Resilient, motivated, and successful - No Matter What**. New York: McGraw Hill Education, 2010. <https://doi.org/10.1007/s10902-008-9122-5>

- RIBEIRO, R. et al. Retenção de pessoas: um estudo em empresa pública do Estado de Minas Gerais. **Revista Economia & Gestão**, v. 15, n. 38, p. 110-134, 2015. <https://doi.org/10.5752/P.1984-6606.2015v15n38p110>
- SADOCK, B. J.; SADOCK, V. A.; RUIZ, P. **Compêndio de Psiquiatria: Ciência do Comportamento e Psiquiatria Clínica**. Artmed Editora, p. 387 e 388, 2016.
- TILLFORS, M.; FURMARK, T. Social phobia in Swedish university students: prevalence, subgroups and avoidant behavior. **Social psychiatry and psychiatric epidemiology**, v. 42, n. 1, p. 79-86, 2007. <https://doi.org/10.1007/s00127-006-0143-2>
- WILT, J.; OEHLBERG, K.; REVELLE, W. Anxiety in personality. **Personality and Individual Differences**, v. 50, n. 7, p. 987-993, 2011. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.11.014>