Vestibular: Fatores Geradores de Ansiedade na "Cena da Prova"

Geruza Tavares D'Avila[1 / 2]
Universidade Federal de Santa Catarina - Florianópolis - SC
Dulce Helena Penna Soares
Universidade Federal de Santa Catarina - Florianópolis - SC

RESUMO

O ingresso na universidade está condicionado a realização do Exame Vestibular. Dentre os candidatos, um grande número não é aprovado, mesmo reunindo todas as condições de "conhecimento da matéria". A ansiedade pode estar dentre as causa da não aprovação. Esta pesquisa teve por objetivo investigar quais seriam os fatores capazes de gerar ansiedade nos candidatos ao Exame Vestibular. A pesquisa constou de dois momentos: 1) questionários preenchidos via Internet no mês antecedente ao exame, e, 2) entrevistas executadas nos dias de realização da prova. 398 sujeitos preencheram o formulário através do *site* do LIOP www.liop.ufsc.br Na segunda etapa, foram realizadas 151 entrevistas no período antecedente a realização das provas, sendo 50 no primeiro dia, 68 no segundo e 33 no terceiro dia. Os resultados, analisados qualitativamente, indicam que um mês antes da realização do exame os candidatos vivenciavam sentimentos de ansiedade e angústia, entretanto, na "cena da prova", estes exteriorizaram despreocupação, podendo indicar a ocorrência da negação, como mecanismo de defesa, para poderem realizar a prova com mais tranqüilidade. Também foi atribuído ao medo da reprovação, e ao medo de decepcionar a família os motivos principais causadores da ansiedade no Vestibular.

Palavras-chave: ansiedade; vestibular; universidade.

ABSTRACT: University Entrance Test: factors generating anxiety in the 'test setting'

Attending University depends on the candidate's approval in the University Entrance Test and a large amount of candidates fails, even when gathering all the conditions to be approved. Anxiety might be one of the causes of failure. This research aimed at investigating which external factors might arouse anxiety in those candidates during the test. The research was done in two moments: 1) questionnaires filled via Internet one month before the exam and 2) interviews done in the day of the test. First of all, 398 subjects filled a questionnaire found in LIOP´s website (www.liop.ufsc.br), one month before the test. Then, in the second stage, 151 interviews were done – 50 in the first day of the test, 68 in the second and 33 in the third. Results, after being qualitatively analyzed, indicate that one month prior to the exam candidates experienced feelings of anxiety and anguish. However, in the "test setting", the subjects asserted they were unconcerned, what might indicate the occurrence of denial as a defense mechanism in order to allow them to take the exam with more tranquility. Also, candidates emphasized the fear of failing and of disappointing their families as the main causes for the anxiety in the Entrance Test.

Keywords: anxiety; university entrance test; university.

[1] Endereço para correspondência: João de Deus Machado, 205 – CEP: 88036-510 – Florianópolis – SC – Telefone: (48) 30251641– E-Mail: geruzad@yahoo.com.br

[2] PIBIC/UFSC/CNPq 2001/2002 e COPERVE/UFSC

RESUMEN: Examen de ingreso: Factores generadores de ansiedad en la "Escena de la Prueba"

El acceso a la universidad está condicionado a la realización del Examen de ingreso. Entre los candidatos, un gran número no es aprobado, aun reuniendo todas las condiciones de "conocimiento de la materia". La ansiedad puede estar entre las causas de la no aprobación. Esta encuesta tuvo por objetivo investigar cuáles serían los factores capaces de generar ansiedad en los candidatos al Examen de Ingreso. La encuesta constó de dos momentos: 1) cuestionarios completados vía Internet en el mes anterior al examen, y 2) entrevistas ejecutadas en los días de realización de la prueba. 398 sujetos completaron el formulario a través del *sitio* del LIOP www.liop.ufsc.br. En la segunda etapa, en el periodo previo a la realización de las pruebas, se llevaron a cabo 151 entrevistas, 50 de las cuales en el primer día, 68 en el segundo y 33 en el tercero. Los resultados, analizados cualitativamente, indican que un mes antes de la realización del examen los candidatos experimentaban sentimientos de ansiedad y angustia, mientras que en la "escena de la prueba" estos exteriorizaron despreocupación, pudiendo indicar la ocurrencia de la negación como mecanismo de defensa para poder realizar la prueba con más tranquilidad. También se atribuyeron al miedo de la reprobación y al miedo de decepcionar a la familia los principales motivos causadores de la ansiedad en el Examen de Ingreso.

Palabras claves: ansiedad; examen de ingreso; universidad.

A realização deste projeto, tem uma relevância social apresentada sob dois pontos de vista: micro e macro social.

Do ponto de vista microssocial - o jovem e a sua família – a ansiedade de vestibulandos toma conta de toda a família, interferindo na sua dinâmica durante todo o período que antecede a realização da prova. Em muitos casos, a família toda participa deste ritual, modificando seus hábitos, deixando muitas vezes de saírem e se divertirem para não prejudicar os estudos do filho ou filha. Os resultados desta pesquisa trazem informações importantes para subsidiar um trabalho com o jovem e sua família sobre a ansiedade frente ao Vestibular oferecendo-lhe informações sobre como enfrentar este momento da melhor forma possível e portanto mais segura.

Do ponto de vista macro social - a comunidade universitária - o número de candidatos que não são aprovados por ansiedade somado ao número de jovens que desistem de seus cursos representa além de um desperdício de recursos financeiros para a universidade, tirar o lugar daqueles que poderiam estar mais motivados a concluírem o curso e que não foram classificados.

Os resultados deste trabalho também poderão ser utilizados como justificativa para elaboração de Programas de Orientação ao Vestibulando nas Escolas de Ensino Médio, públicas ou privadas, e principalmente nos Cursinhos Pré-Vestibulares como também nos Grupos de Orientação ao Vestibulando, realizados pelo Laboratório de Informação e Orientação Profissional - LIOP - do Departamento de Psicologia da UFSC a fim de contribuir para um melhor desempenho dos candidatos.

O problema pesquisado partiu da seguinte pergunta: Quais os fatores capazes de gerar ansiedade na Cena da Prova? Para conhecer quais os fatores que poderiam desencadear a manifestação do estado de ansiedade no momento de realização da prova, procuramos investigar: a) algumas das características dos sujeitos (a sua cidade de origem, idade, sexo, tipo de ensino médio que cursaram, e de que maneira lidam com a ansiedade, entre outras); b) verificar se os sujeitos sentem-se preparados para as provas e se os mesmos acham que apresentarão "sintomas" de ansiedade; c) analisar se houve alteração no seu cotidiano em função do vestibular; d) verificar de que maneira a greve desencadeou uma maior ansiedade no vestibular; e) os sentimentos vivenciados minutos antes da realização do Exame.

Estaremos apresentando a seguir como nos situamos em relação a alguns temas, como: o que é ansiedade, sua definição a partir de vários autores, o vestibular em foco, a ansiedade no vestibular, para logo em seguida apresentarmos o método utilizado, os resultados e discussão dos dados.

Objetivos

1. Investigar quais os fatores desencadeadores da manifestação do estado de ansiedade no período antecedente a realização da prova.

2. Investigar a manifestação da ansiedade dos jovens no momento em que enfrentam este processo seletivo.

Ansiedade

Para estudarmos a ansiedade presente em vestibulandos ao realizarem o exame é importante inicialmente definirmos o seu conceito.

Etimologicamente, ansiedade provém do grego *Anshein* e quer dizer estrangular, sufocar, oprimir (Graeff, 1993). Para Trintinaglia (1996) e Teles (1993), a ansiedade seria o medo de algo desconhecido, indefinido e confuso. O medo seria provocado por estímulos ou situações definidas enquanto a ansiedade teria causas mais difíceis de se especificar. Não só o medo está relacionado aos estados subjetivos da ansiedade, como também a angústia.

Algumas características da ansiedade foram apontadas por Lewis (citado por Andrade & Gorenstein, 1998) após revisão exaustiva sobre a origem e o significado da palavra, a saber:

"1. é um estado emocional, com a experiência subjetiva de medo ou outra emoção relacionada, como o terror, horror, alarme, pânico; 2. a emoção é desagradável, podendo ser uma sensação de morte ou colapso iminente; 3. é direcionada em relação ao futuro. Está implícita a sensação de um perigo iminente. Não há risco real, ou se houver, a emoção é desproporcionalmente mais intensa; 4. há desconforto corporal subjetivo, (...) aperto no peito, na garganta, dificuldade para respirar (...)"

Lewis (citado por Andrade & Gorenstein, 1998) fala ainda de outras manifestações corporais como também de algumas descrições do fenômeno, entre elas, a ansiedade normal (um estudante frente a uma situação de exame, por exemplo, foco do presente trabalho) ou a patológica (seriam os transtornos de ansiedade, por exemplo, as fobias ou os ataques de pânico), a ansiedade leve ou grave, ela ser episódica ou persistente, ser prejudicial ou benéfica, possuir causas físicas ou psicológicas, ocorrer só ou acompanhada com outro transtorno (por exemplo, a depressão ou o estresse) e afetar ou não algumas funções psicológicas tais como a atenção e a memória.

Diante dos aspectos discutidos pode-se ter uma idéia mais clara do que vem a ser este estado emocional tornando mais fácil sua conceituação. Nardi (1998) descreve como sendo um sinal de alerta a determinado perigo o qual poderá ser enfrentado. Para Graeff (1993), a ansiedade e o medo têm suas origens nas reações de defesa dos animais em relação a perigos oriundos do meio em que vivem. A situação do Vestibular pode ser vista como um estímulo do meio o qual por si só é capaz de gerar ansiedade em vestibulandos e até mesmo em pais de vestibulandos (Machado, 1999; Trintinaglia, 1996; Levenfus, 1997).

Para Freud (1995, p. 152), a ansiedade é "uma reação a uma situação de perigo". É um estado freqüente nos indivíduos e que ocorre diante da percepção de perigo real. A reação a este perigo seria o reflexo de fuga e se enquadra dentro das pulsões de auto-conservação. De acordo com este autor:

"a ansiedade é, em primeiro lugar, algo que se sente (...). Como um sentimento, a ansiedade tem um caráter muito acentuado de desprazer (...) a ansiedade se faz acompanhar de sensações físicas mais ou menos definidas que podem ser referidas a órgãos específicos do corpo" (p. 155).

Segundo a psicanálise, a parte inconsciente do ego é responsável pelo acionamento dos chamados mecanismos de defesa. Tais mecanismos servem para afastar da percepção consciente, as angústias que o indivíduo venha a sofrer. Para

Anna Freud (1996, p. 36), estas operações descrevem "a luta do ego contra as idéias ou afetos dolorosos ou insuportáveis". Eles poupam o ego da experiência da dor. Para esta autora, existem pelo menos nove mecanismos de defesa com esta finalidade. Um deles e de grande contribuição para este trabalho, é a negação. A negação consiste na não percepção de aspectos angustiantes do ambiente. Kusnetzoff (1982, p. 218) afirma que esta operação "implica uma função de rejeição, daquilo que, simultaneamente se admite".

A ansiedade pode ocorrer simultaneamente a outras alterações psicofisiológicas, como o estresse. Este pode aparecer durante um quadro ansioso dependendo da freqüência e intensidade do último. O termo estresse foi utilizado, primeiramente, por Hans Selye em 1926. Baseadas nas idéias deste autor, Lipp & Malagris (1995) definem o estresse como uma reação originada em contextos irritantes, amedrontadores, excitatórios, confusos ou mesmo que façam a pessoa extremamente feliz. Assim, é de suma importância o controle da ansiedade e do estresse para que o indivíduo não apresente déficits em seu desempenho acadêmico, profissional, pessoal, enfim, em todas as instâncias de sua vida.

O vestibular em foco

O Exame Vestibular ou Processo Seletivo, como também é conhecido, gera conflitos, dúvidas, medo e ansiedade. Alves (1995) denomina "efeito guilhotina" o terror psicológico que contagia e vai aumentando à medida que o exame se aproxima. Soares (2002) salienta que no ano antecedente a sua realização, o vestibulando pode sofrer vários distúrbios psicofisiológicos e até mesmo a depressão.

O termo Vestibular refere-se a vestíbulo e significa átrio, entrada de um edifício (Ferreira, 1993). Na realidade brasileira, muito mais do que a porta de entrada, o vestibular representa a porta de saída, isto é, a não entrada de aproximadamente 90% dos candidatos não aprovados anualmente para o ingresso nas universidades federais (Soares-Lucchiari, 1993). As provas dos vestibulares têm determinado a organização do ensino nas escolas fundamentais e principalmente, nas escolas de ensino médio no sentido da aprendizagem ser dissociada da real necessidade dos estudantes, enfatizando o ensino através de "macetes" e dicas para melhor responder as questões do vestibular.

O ensino médio, antigo segundo grau, está totalmente desvinculado do ensino fundamental e do ensino superior. Como é realizado hoje, não auxilia a preparação para a vida profissional e/ou universitária mas apenas se preocupa em preparar o jovem para o exame Vestibular. Na maioria dos casos, nenhum destes objetivos é cumprido e o jovem se vê obrigado a freqüentar os "cursinhos pré-vestibulares". Estes cursinhos fazem parte de todo um sistema fruto da sociedade neoliberal, capitalista e que interfere minimamente em setores onde a iniciativa privada tem interesse em investir. Enquanto houver esta modalidade de vestibular, os cursinhos continuarão existindo.

Para Bianchetti (1996, p. 24) ao se falar em vestibulandos, deve-se ter clara a referência "a um reduzido grupo de pessoas que já passou por diversos processos de seleção. Bater às portas da universidade é um privilégio de poucos". Na UFSC, os dados apresentados no Relatório do Vestibular 1996 e no Relatório Oficial Vestibular 2002 (Coperve, 1996; 2002) revelam que o número de vagas oferecidas em 1970 o qual era de 1200 vagas, não aumentou de maneira proporcional ao número de inscritos – neste ano de 2002, o número de vagas oferecidas foi de 3802 vagas. Naquela época, o número de candidatos inscritos no vestibular era de 1752 enquanto neste último processo seletivo foi de 35225 inscritos. A relação candidato por vaga (C/V) no primeiro vestibular unificado da UFSC foi de 1,46 C/V enquanto neste último foi de 9,26 C/V. Logo, fica claro que o vestibular não se configura apenas como um instrumento de seleção, mas também de exclusão.

Para o jovem, é difícil escolher a profissão quando ele ainda vivencia crises e conflitos típicos da adolescência. A situação torna-se mais difícil ainda quando a sociedade estipula que a

escolha profissional seja obrigatoriamente ao fim do ensino médio quando o adolescente encontra-se no "estágio de suspensão" – não está nem na infância e nem na idade adulta – e não possui o auto-conhecimento e a maturidade necessárias para a escolha propriamente dita (Bianchetti, 1996).

Levenfus (1993, p. 10) comenta que "a máquina do tempo social nem sempre respeita o tempo de cada um". Como resultado de toda esta pressa na corrida por uma vaga no ensino superior, temos uma precocidade nos inscritos no vestibular, observamos alunos prestando o exame com 15 ou 16 anos.

A adolescência é uma fase de limbo, um estágio de suspensão, como dito no parágrafo acima, no qual o jovem vivencia diversos lutos, perdas, conflitos e também a crise de identidade.

Em algumas sociedades, para uma pessoa passar de uma fase da vida para a seguinte, estas são iniciadas em rituais de iniciação. Estes rituais são configurados por uma cerimônia, algo formal e que marque o início de uma nova etapa na vida das pessoas. Neste sentido, o Vestibular pode ser visto como um ritual de iniciação, o qual introduz o jovem ao mundo das responsabilidades, ao mundo adulto. Segundo Levenfus (1997) todos os ritos de passagem são marcados por três fases:

– Separação: nesta fase, o jovem tentará afastar-se de um grupo, estado, condição ou momento de vida já estabelecido. Neste período, cerca de um ano antes do exame começa a preparação para o mesmo. O jovem começa a se isolar e se afastar de sua condição de estudante de segundo grau e, por outro lado, é identificado na sociedade como um vestibulando. É ainda nesta fase que o jovem opta por um curso universitário.

– Limiar: período entre a realização das provas e a divulgação dos resultados ("listão" de aprovados). É, sem dúvida, uma das etapas mais angustiantes para o jovem, pois não são nem estudantes de segundo grau e nem universitários. Conforme aponta Levenfus (1997), por não possuir uma "identidade" grupal, podem apresentar comportamento passivo, humilde e com características de inferioridade.

– Agregação: finalmente, o adolescente, neste momento, é um estudante universitário e, em virtude disso, tem de adotar posturas que tal posição exige. Certas atitudes não serão mais aceitas enquanto outras terão de se enquadrar em seu repertório. É a entrada no mundo adulto.

A situação oposta ao ritual de passagem é a barreira ritualizada. Sobre esta, Teixeira (citado por Soares-Lucchiari, 1993) afirma:

"É na não classificação, ou na não autorização de passagem para quantos apresentam as condições que o ensino em nível superior pressupõe, que se configura a dimensão de barreira social ritualizada do vestibular. Assim ele impede acesso a um recurso estratégico para a ascensão social". (p. 138)

Assim, pode-se dizer a cerca deste rito de passagem ou barreira ritualizada que é um evento dissociado do ensino médio como também da universidade. Os candidatos aprovados deixam de preocupar-se com ele pois já o ultrapassaram. Por outro lado, os candidatos não classificados continuam sua busca pela aprovação vivenciando vários sentimentos negativos, como por exemplo, a redução da sua auto-estima devido ao "fracasso" no vestibular.

A ansiedade no vestibular

Os três anos correspondentes ao ensino médio são voltados exclusivamente para a preparação ao Vestibular e, logo, podendo gerar algumas ansiedades, exemplificados através dos processos de autopunição (jovens se culpabilizam do fracasso e não conseguem estudar efetivamente), a pseudovalorização de si mesmo (quando o jovem não se dá conta da qualidade do seu estudo, até mesmo deixando de aproveitar oportunidades de prazer e satisfação pessoal) e também uma desculpa, ou álibi, perante a família e a própria sociedade quando em momento de fracasso - o jovem acha que o motivo de sua não classificação foi a escolha de um curso muito concorrido, a medicina por exemplo (Soares-Lucchiari, 1993)

De acordo com uma pesquisa feita pelas orientadoras Rocha e Fujita (1999) do Colégio Terceiro Milênio de Curitiba em 2001, o medo da reprovação no Vestibular é o principal fator para

desencadear a ansiedade. Na pesquisa realizada por estas autoras, a hipótese era de que havia relação entre a ansiedade e a escolha profissional não estar bem definida, o que não foi constatado.

Levenfus (1993) concorda que a escolha profissional é um fator capaz de gerar ansiedade na "cena da prova". Entretanto não o considera o único. Segundo a autora, nossa sociedade estimula a adoção de escolhas temporárias, e a tomada de atitude sem uma reflexão consciente. Da mesma maneira, incentiva-se a "produção" de alguma coisa e, portanto, o processo de reflexão sobre a escolha profissional, é desvalorizado, pois seria uma "reflexão", quando o mais importante é estar produzindo.

Além destes fatores, a expectativa e o projeto de vida dos pais sobre a vida dos filhos é motivo de angústia e ansiedade. Alguns pais podem apresentar dificuldades de perceber a autonomia dos filhos em relação às suas escolhas. Os processos de separação e individuação pelos quais os jovens passam na adolescência acarretam uma reestruturação em si mesmo e em todo o grupo familiar. Muitas vezes os pais sentem o vestibular dos filhos como sendo uma "prova da boa educação" que lhes deram. Se os filhos são aprovados, são os pais também que são aprovados perante a sociedade.

Outro motivo de angústia no vestibular está relacionado, novamente, às escolhas, neste caso, referindo-se às perdas. Ao estar escolhendo um curso universitário, deixa-se de lado todos os outros cursos e o luto desta perda precisa ser elaborado pelo jovem. Muitas vezes o jovem é reprovado no Vestibular, por não ser o curso que realmente gostaria de ter escolhido, e o fez por pressão familiar e social.

Ioschpe (1996, p.75) afirma que "o período de um mês que separa o vestibulando do dia da prova é crítico, especialmente pelo lado psicológico". Ele aponta que neste período os vestibulandos devem preparar-se para o dia de provas. Esta preparação seria através dos seus horários de estudo que irão depender da necessidade de cada um, entretanto, não se deve esquecer de distrair-se, sem exageros é claro. O cuidado com a alimentação e o sono também são fundamentais.

No Processo Seletivo 2002, os candidatos inscritos em universidades federais se depararam com outro motivo de dúvidas e preocupações: a greve nas Instituições Federais de Ensino Superior (IFES) que colocou em risco a realização ou não do exame do vestibular. Em algumas capitais do país, a prova foi adiada para o ano seguinte. Este fato causou preocupação na sociedade em geral, e, principalmente, nos vestibulandos. Logo, a insegurança em relação a realização ou não da prova, desencadeada pela greve foi outro fator gerador de ansiedade.

MÉTODO

Inicialmente procedeu-se a elaboração de um questionário sobre a ansiedade dos vestibulandos a ser preenchido na página do LIOP www.liop.ufsc.br e enviado via correio eletrônico. Para este procedimento, a COPERVE enviou um convite aos inscritos no vestibular 2002 para que preenchessem tal questionário um mês antes da realização da prova. Foram recebidos inicialmente mais de 400 questionários, respondidos imediatamente após o recebimento do convite[3]. O questionário constou de 16 questões, sendo 14 de simples ou múltipla escolha (fechadas) e as duas últimas perguntas dissertativas (abertas). Foram analisados 398 questionários (n=398), sendo 19 anos a média de idade desta etapa da pesquisa, 45% do sexo feminino e 55% do sexo masculino e 62% oriundos da rede privada de ensino.

[3] É importante ressaltar que o vestibular da UFSC estava com data marcada para 16, 17 e 18 de dezembro, e o questionário foi enviado no dia 13 de novembro. A posição da Reitoria era da realização das provas nas datas previstas, apesar do movimento de greve. Existiu um movimento de estudantes contrários a realização da prova que mobilizou os jovens e vários setores da universidade. Foram realizadas inúmeras reuniões do Conselho Universitário para resolverem esta questão. A confirmação final da realização da prova na data prevista deu-se após a finalização da greve, ou seja, menos de uma semana antes da data marcada. Todo este clima com certeza auxiliou a aumentar a ansiedade dos candidatos.

Na segunda etapa da pesquisa, foram entrevistados aleatoriamente alguns dos candidatos ao Exame Vestibular na própria "cena da prova", cerca de uma hora antes do fechamento dos portões da UFSC. Cada entrevista, composta por seis questões, era efetuada em aproximadamente 5 minutos, pois o momento antecedente a realização do exame, é por si só, ansiogênico. O número total de entrevistados foi de 151 (n=151), sendo que no primeiro dia de vestibular contou-se com 50 sujeitos; no segundo dia, 68 sujeitos (n=68) e, finalmente, no terceiro dia, 33 sujeitos (n=33). A média de idade foi de 18 anos, nesta etapa da pesquisa, sendo 62,3% dos candidatos do sexo feminino e 37,7% do sexo masculino.

RESULTADOS

O tratamento dos resultados realizado qualitativamente configurou-se como uma pesquisa de caráter exploratório de conhecimento da realidade. Serão apresentados neste artigo, os principais resultados encontrados na primeira etapa do estudo, o questionário via Internet e na segunda etapa, as entrevistas[4].

Um resultado relevante para compreender o fenômeno da ansiedade no vestibular refere-se à preparação para o exame: 60% não se consideram preparados para o enfrentamento das provas, em relação ao estudo das disciplinas, fisicamente ou mesmo emocionalmente. (Tabela 1)

A Tabela 2 complementa os resultados mostrados na tabela anterior, pois ao agruparmos os três primeiros estados (fisicamente frágil, despreparo quanto aos estudos e fragilizado emocionalmente) observa-se também maior despreparo frente à prova, correspondendo a 52,8% dos respondentes.

Questionou-se também quais eram os métodos utilizados para preparar-se psicologicamente para o exame, já que os candidatos afirmaram não estarem aptos para realizar a prova (Tabela 3). O esporte foi a atividade que mais contribuiu na preparação dos candidatos para o Vestibular, 34,9% dos candidatos. Ir ao cinema e assistir à TV também foram citados em 26,4% dos casos. Entretanto, nenhuma destas atividades configura-se como um mecanismo de preparação psíquica para este tipo de exame. Assim, o vestibulando sabe que algo não vai bem mas não procura uma atividade capaz de ajudá-lo nesta tarefa. Constatamos o seu despreparo e o seu desconhecimento de que existem métodos mais adequados para preparar-se psicologicamente para as provas.

Tabela 1
Respostas dos candidatos frente à preparação para a prova.

Sentem-se preparados	39,7%
Não se sentem preparados	60%
Não informaram	0,3%

Tabela 2
Respostas dos candidatos em relação às categorias que mais se assemelhavam ao seu estado subjetivo na hora de preenchimento do questionário.

Fisicamente frágil	16,6%
Despreparado em relação aos estudos	20,1%
Emocionalmente frágil	20,1%
Calmo, tranqüilo	42,7%
Não informaram	0,5%

Tabela 3
Respostas dos estudantes questionados em relação à prática de atividades preparatórias para o Exame.

Religião	8,8%
Esportes	34,9%
Arte	5,8%
Cinema / Televisão	26,4%
Meditação	6,0%
Passeios e Viagens	19,8%
Leituras	17,3%

[4] Os resultados da pesquisa "Vestibular – Fatores geradores de ansiedade na Cena da Prova" se encontram na íntegra no Relatório UFSC/PIBIC/CNPq 2001/2002 (aprovado e não publicado).

A Figura 1 mostra as sensações apresentadas pelos candidatos possivelmente relacionadas à manifestação do estado de ansiedade, já apresentadas até o momento do preenchimento do questionário. A dificuldade de concentração foi assinalada por 52,5%. Outras sensações também foram evidenciadas, dentre as mais expressivas estão a inquietação (40,7%), as dores de cabeça (35,7%) e as musculares (25,6%) e as tonturas (14,3%). Como será possível estudar para as provas se a capacidade de concentração fica reduzida e aparecem ainda inquietação e dores de cabeça?

Na Figura 2, são apresentados os sentimentos identificados nas verbalizações dos candidatos durante a ocorrência da Segunda Etapa da pesquisa: as entrevistas. Como visto, o principal estado manifesto era o de tranqüilidade e calma, 62,3%. Na seqüência, o segundo estado manifesto foi o de nervosismo e ansiedade, 13,2%. Os demais estados não foram representativos, porém ajudam na compreensão do fenômeno estudado.

Nossa hipótese é de que os jovens utilizam-se do mecanismo de defesa de negação da ansiedade para sentir-se mais tranqüilos e aptos a realizarem o exame. Este fato explica a mudança do estado manifestado um mês antes do exame (despreparo em relação ao vestibular e diversas sensações típicas de um quadro de ansiedade) pelos vestibulandos que responderam ao questionário e ao estado manifesto alguns minutos antes da realização da prova, sobretudo de calma e tranqüilidade, pelos vestibulandos que participaram da entrevista.

A Figura 3 mostra os possíveis fatores que estariam gerando ou agravando a ansiedade no momento de realização da prova. Como constatado por Rocha & Fujita (1999), o medo da reprovação é o fator que mais contribui para desencadeamento da ansiedade. Neste trabalho, isto também foi verificado, pois 57,8% dos questionados mencionaram tal sensação. As autoras também revelaram em seus trabalhos a ansiedade desencadeada por toda a problemática envolvida na escolha profissional, entretanto este fator não contribui de forma significativa. Levenfus (1993) também considera a escolha profissional fator gerador de ansiedade, entretanto, ele não é o único. De acordo com a Figura 3, este fator representou 15,6% dos fatores ansiogênicos assinalados pelos candidatos.

Outro fator que poderia contribuir para a manifestação da ansiedade está relacionado com a questão dos estudos para a prova: as categorias despreparo em relação aos estudos, muitas matérias para estudar ao mesmo tempo e a dificuldade da prova representaram, respectivamente, 32,9%, 48,2% e 29,6% dos fatores levantados pelos estudantes questionados. O número de candidatos por vaga (C/V) foi selecionado de forma bastante expressiva, 36,4%.

A cobrança feita ao vestibulando em relação ao "sucesso" no Vestibular também foi referenciada, principalmente a dos seus pais a qual representou 23,1%. A cobrança de amigos, familiares, professores e outras pessoas foram verificadas em 16,6% dos vestibulandos. 35,7% dos vestibulandos afirmaram que a greve das IFES ocorrida no segundo semestre do ano de 2002, foi um fator capaz de gerar ansiedade, conforme ilustra a Figura 3:

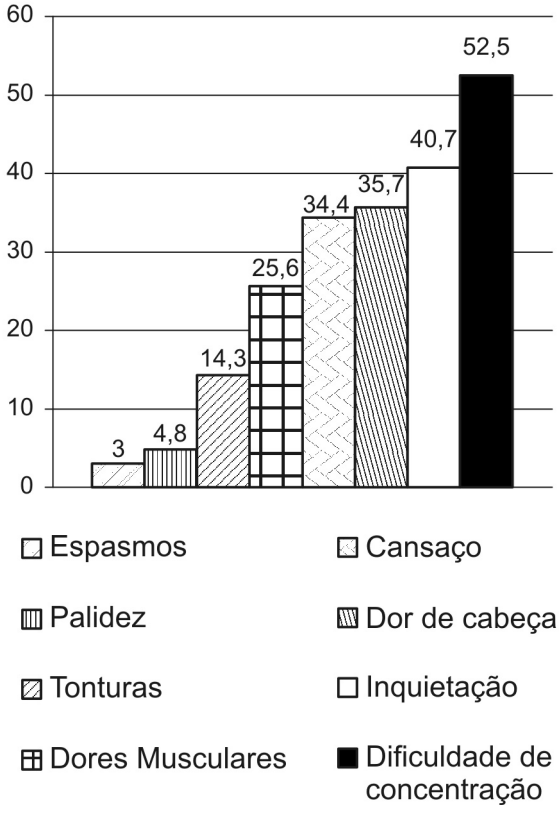

Figura 1. Sensações apresentadas pelos candidatos cerca de um mês antes da realização do Processo Seletivo (os rótulos representam a porcentagem de cada categoria).

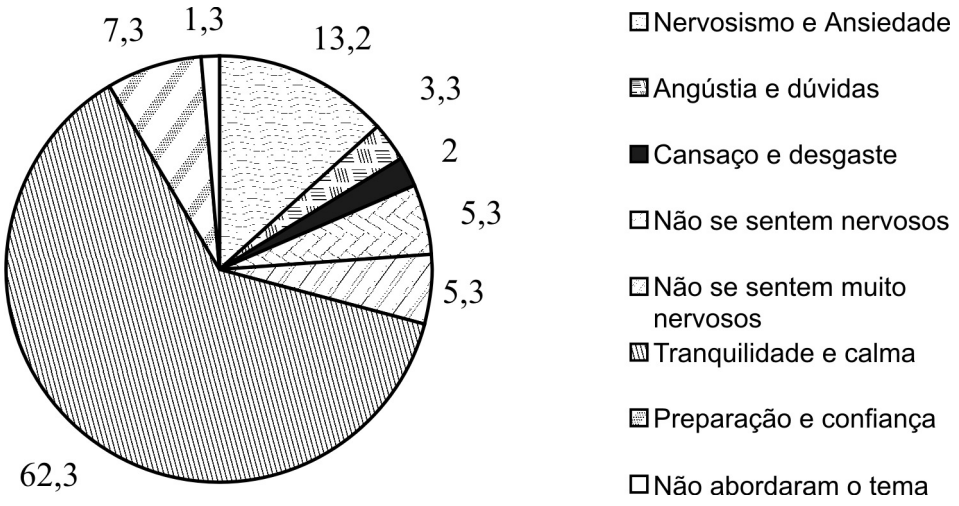

Figura 2. Sentimentos manifestados pelos candidatos momentos antecedentes a realização da prova.

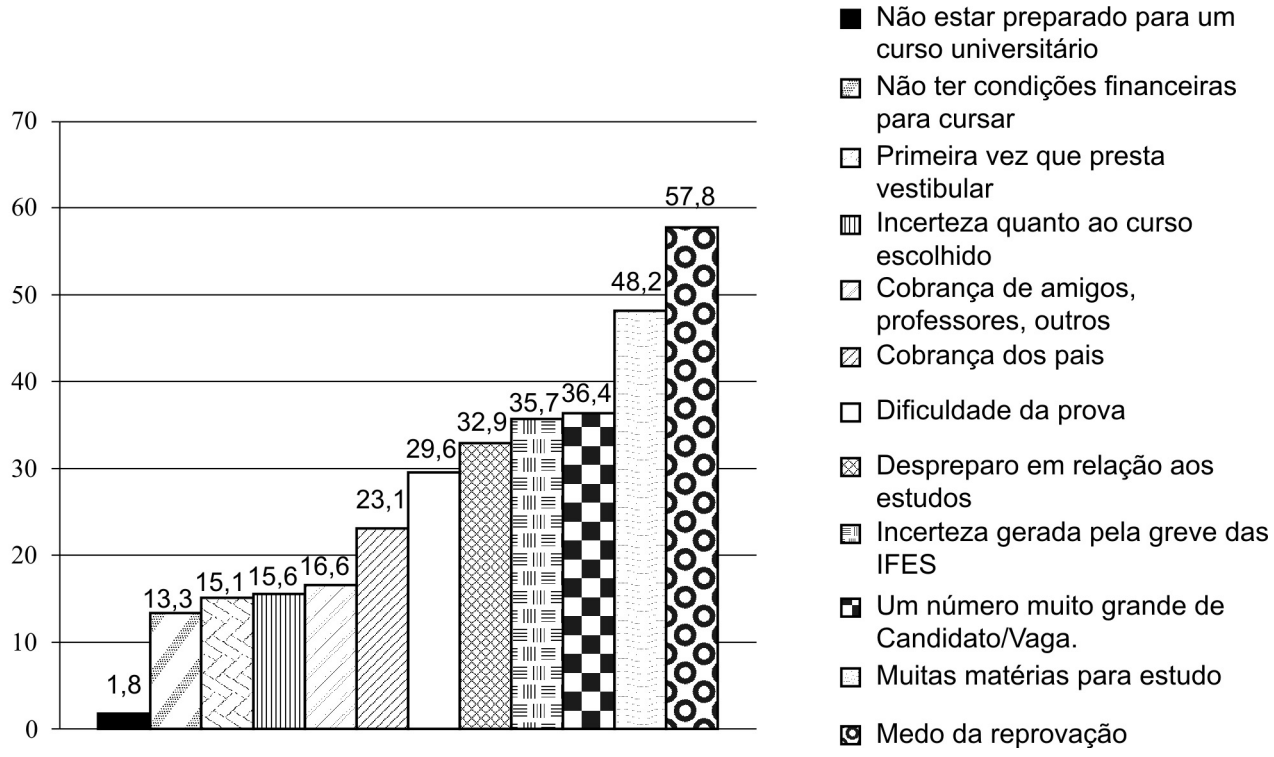

Figura 3. Respostas dos estudantes questionados sobre a situação capaz de gerar maior ansiedade frente à prova (os rótulos representam as porcentagens das categorias).

Quanto ao medo dos vestibulandos de decepcionar alguém frente a não classificação no Exame, 50% dos estudantes afirmaram que poderiam decepcionar alguém e 13,8% afirmaram que talvez pudessem decepcionar alguém. Apenas 35,7% disseram que a possibilidade de decepcionar outras pessoas não aconteceria. Quando esta classificação é separada por sexo (Tabela 4) nota-se que muito mais mulheres consideram sua classificação no Vestibular como um motivo para decepcionar outras pessoas (as categorias "sim" e "talvez" foram referenciadas pelo sexo feminino, 60% e 12% = 72% respectivamente enquanto no sexo masculino tais categorias representaram

40% e 16% = 56%). Nos estudantes do sexo masculino, a freqüência das respostas quanto a não decepcionar alguém correspondeu a 42,78% enquanto nas estudantes, esta porcentagem foi de 27,94%.

Este dado apresenta uma necessidade maior da mulher em não decepcionar, em demonstrar um bom desempenho na prova, não aceitando a reprovação em maior medida que os homens.

Quanto às pessoas apontadas pelos sujeitos como decepcionadas caso não sejam aprovados no Exame, 47,5% referiram-se à família (pais, irmãos, avós, tios, filhos, entre outros). A categoria mais freqüente após a família foi a si próprio, 26,6%.

Tabela 4
Relação entre o medo de decepcionar alguém na não classificação no Vestibular e o Sexo dos candidatos (os números entre parênteses representam a porcentagem de cada uma das categorias)

		Sexo		Total
		Feminino	Masculino	
Medo de decepcionar alguém no Vestibular	Sim	108 (60,33)	84 (40,38)	192
	Talvez	21 (11,73)	34 (16,34)	55
	Não	50 (27,94)	89 (42,78)	139
	Não informaram	–	1 (0,5)	1
	Total	179 (100)	208 (100)	387

CONCLUSÃO

A partir dos resultados apresentados na seção anterior, é possível conhecer algumas características da população estudada na investigação: Vestibular – Fatores geradores de ansiedade na "Cena da Prova".

Uma das principais conclusões demonstra, entre as sensações apresentadas pelos candidatos nos meses antecedentes a realização da prova, a dificuldade de concentração (assinalada por 52,5%), a inquietação (40,7%), as dores de cabeça (35,7%) e as musculares (25,6%) e as tonturas (14,3%). Propõe-se que sejam realizadas intervenções em orientação profissional para os vestibulandos com o objetivo de trabalhar estas questões de ansiedade.

Dentre os motivos levantados como geradores de ansiedade, o medo da reprovação, o excessivo número de matérias para estudar e o elevado número de candidatos por vaga são os mais indicados pelos vestibulandos.

Outro resultado importante diz respeito ao momento de provas, foi observado nos questionários, um estado ansioso superior ao estado ansioso na "Cena da Prova", isto é, meses antes da realização do Processo Seletivo, a maioria dos candidatos apresentava grande ansiedade e preocupação enquanto que minutos antes de entrar na sala de aula e resolver a prova, o estado manifesto pelos mesmos era, principalmente, de tranqüilidade e despreocupação. Isso sugere que os vestibulandos lancem mão do mecanismo de defesa da negação, precisando "negar" o seu estado de ansiedade e preocupação a fim de realizarem a prova menos ansiosos. O principal motivo a desencadear todos estes estados de ansiedade ou negação da ansiedade é o medo da reprovação e a decepção que podem causar a seus familiares, no caso de fracassarem.

A pesquisa mostra-se relevante por oferecer material sobre o que acontece no momento da prova, uma vez que o evento Vestibular e a ansiedade desencadeada deve ser sempre trabalhado durante o processo de orientação profissional.

Novas perspectivas de estudo estão sendo formuladas, entre elas, uma nova pesquisa envolvendo também a problemática da ansiedade e do vestibular, caracterizando-se entretanto, por investigar o trabalho de intervenção presencial e via-Internet em grupos de ansiedade e conseqüente avaliação de tais métodos. Nestes grupos estaremos utilizando diferentes técnicas expressivas, a fim de permitir a tomada de consciência da ansiedade e sua "elaboração" por parte dos jovens participantes.

Os resultados desta pesquisa poderão contribuir para o planejamento de intervenções de Orientação ao Vestibulando junto a escolas de ensino médio e cursinhos pré-vestibulares.

REFERÊNCIAS

Alves, R. (6.2.1995). O fim dos vestibulares. *Folha de São Paulo*, pp. 1-3.

Andrade, L. H. S. G. & Gorenstein, C. (1998). Aspectos gerais das escalas de avaliação de ansiedade [Edição Especial - Internet]. *Revista Psiquiatria Clínica, 25*(6). Recuperado em 25/09/2001, no World Wide Web: http://www.hcnet.usp.br/ipq/revista/r256/ansi256a.htm

Bianchetti, L. (1996). *Angústia no vestibular: Indicações para pais e professores*. Passo Fundo, RS: EDIUPF.

Comissão Permanente do Vestibular [COPERVE] (1996). *Relatório do Vestibular 1996.* Florianópolis, SC: UFSC.

Comissão Permanente do Vestibular [COPERVE] (2002). *Relatório Oficial Vestibular 2002*. Recuperado em 06/06/2002, no World Wide Web: http://www.coperve.ufsc.br/vestibular2002/relatorio/

Ferreira, A. B. H. (1993). *Dicionário Aurélio básico da língua portuguesa*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.

Freud, A (1996). *O Ego e os Mecanismos de Defesa* (10ª ed.). Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.

Freud, S. (1995). Inibições, Sintomas e Ansiedade. Em *Edição Standard Brasileira das Obras Completas de Sigmund Freud* (vol. 20). Rio de Janeiro: Imago.

Graeff, F. G. (1993). Ansiedade. Em F. G. Graeff & M. L. Brandão (Orgs.), *Neurologia das Doenças Mentais*. São Paulo: Lemos.

Ioschpe, G. B. (1996). *Vestibular não é o bicho*. Porto Alegre, RS: Artes e Ofícios.

Kusnetzoff, J. C. (1982). *Introdução à Psicopatologia Psicanalítica*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.

Levenfus, R. S. (1993). *Vestibular: Derrubando o mito.* Porto Alegre, RS: Gente.

Levenfus, R. S. (1997). *Faça o Vestibular com seu filho, faça vestibular com seus pais*. Porto Alegre, RS: Artes Médicas.

Lipp, M. N. & Malagris, L. N. (1995). Manejo do estresse. Em B. Rangé (Org.). *Psicoterapia Comportamental Cognitiva: Prática, aplicação e problemas* (vol. 2). Campinas, SP: Editorial Psy.

Machado, A. (1999). *Vestibular sem Estresse.* São Paulo: Gente.

Nardi, A. E. (1998). Comentários do debatedor: escalas de avaliação de ansiedade [Edição Especial - Internet]. *Revista Psiquiatria Clínica, 25*(6). Recuperado em 25/09/2001, no World Wide Web: http://www.hcnet.usp.br/ipq/revista/r256/ansi256i.htm

Rocha, A. C. & Fujita, I. Q. G. A. (1999). Orientação Profissional contribuindo para um bom desempenho durante o Vestibular. Em Associação Brasileira de Orientadores Profissionais, *Anais, IV Simpósio Brasileiro do Orientação Vocacional & Ocupacional; I Encontro de Orientação Profissionais do Mercosul* (pp. 83-92). Florianópolis: ABOP. São Paulo: Vetor.

Shinohara, M. (2001). O modelo cognitivo da ansiedade e seus transtornos. Em H. J. Guilhard (Org.), *Sobre comportamento e Cognição: Expondo a variabilidade* (vol. 7). Santo André, SP: ESETec.

Soares-Lucchiari, D. H. P. (1993). *Pensando e Vivendo a Orientação Profissional*. São Paulo: Summus.

Soares, D. H. P. (2002). Como trabalhar a ansiedade e o estresse frente ao vestibular. Em R. S. Levenfus & D. H. P. Soares (Orgs.), *Orientação Vocacional Ocupacional: Novos achados teóricos, técnicos e instrumentos para a clínica, a escola e a empresa*. Porto Alegre, RS: ArtMed.

Teles, M. L. (1993). *O que é stress.* São Paulo: Brasiliense.

Trintinaglia, S. (1996). *Vestibular sem segredos: Para pais e filhos.* Caxias do Sul, RS: Maneco.

Recebido: 05/06/2003
1ª Revisão: 24/06/2003
2ª Revisão: 27/06/2003
Aceite final: 07/07/2003

Sobre as autoras

Geruza Tavares D´Avila, aluna de graduação em Psicologia, Bolsista de Iniciação Científica (PIBIC/CNPq 2001/2002 e 2002/2003) do LIOP - Laboratório de Informação e Orientação Profissional, Universidade Federal de Santa Catarina. E-mail: geruzad@yahoo.com.br

Dulce Helena Penna Soares, psicóloga, Orientadora Profissional e Professora Adjunta do Departamento de Psicologia e do Programa de Pós-graduação em Psicologia da UFSC. Doutora em Psicologia pela Universidade de Strasbourg, França. Presidente da ABOP – Associação Brasileira de Orientadores Profissionais na gestão 97/99 e tesoureira na gestão 01/03. Coordenadora do LIOP – Laboratório de Informação e Orientação Profissional da UFSC – www.liop.ufsc.br. Professora convidada do Curso de Formação em Orientação Profissional do INSTITUTO DO SER – Orientação Profissional - SP. Autora, co-autora e organizadora de vários livros em Orientação Profissional. Membro da AIOSP – Associação Internacional de Orientadores Profissionais, desde 1987. E-mail: dulce@cfh.ufsc.br