



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE EXCELÊNCIA
CURSOS DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA E MEDICINA VETERINÁRIA
UNIDADE DE ENSINO DE VITÓRIA DA CONQUISTA**

AMANDA VITÓRIA DE OLIVEIRA MOREIRA

DANIELLE ALVES LIMA

FELIPE MOUTINHO ALVES DE LUCENA

**INVESTIGAÇÕES ACERCA DO DESAMPARO APRENDIDO NO CONTEXTO
UNIVERSITÁRIO: UMA PERSPECTIVA ANALÍTICO COMPORTAMENTAL**

VITÓRIA DA CONQUISTA - BA

2023

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE EXCELÊNCIA
CURSOS DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA E MEDICINA VETERINÁRIA
UNIDADE DE ENSINO DE VITÓRIA DA CONQUISTA**

AMANDA VITÓRIA DE OLIVEIRA MOREIRA

DANIELLE ALVES LIMA

FELIPE MOUTINHO ALVES DE LUCENA

**INVESTIGAÇÕES ACERCA DO DESAMPARO APRENDIDO NO CONTEXTO
UNIVERSITÁRIO: UMA PERSPECTIVA ANALÍTICO COMPORTAMENTAL**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado aos cursos de Psicologia e
Medicina Veterinária - Centro Universitário
de Excelência, Unidade Vitória da Conquista,
como requisito para obtenção do título de
graduação..

Orientador: Prof. Me.Gênesis Guimarães
Soares

VITÓRIA DA CONQUISTA

2023



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE EXCELÊNCIA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA E MEDICINA VETERINÁRIA
UNIDADE DE ENSINO DE VITÓRIA DA CONQUISTA**

FOLHA DE APROVAÇÃO

Amanda Vitória de Oliveira Moreira

Danielle Alves Lima

Felipe Moutinho Alves de Lucena

**INVESTIGAÇÕES ACERCA DO DESAMPARO APRENDIDO NO CONTEXTO
UNIVERSITÁRIO: UMA PERSPECTIVA ANALÍTICO COMPORTAMENTAL**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado aos cursos de Psicologia e
Medicina Veterinária - Centro Universitário
de Excelência, Unidade Vitória da Conquista,
como requisito para obtenção do título de
graduação..

Orientador: Prof. Me. Gênesis Guimarães
Soares

Aprovado em: __ de _____ de 2023.

Banca Examinadora

Prof. Me. Gênesis Guimarães Soares - Orientador

Prof. Ma. Luanna Lua Felício - Avaliadora Interna

Prof. Me. Kaique Borel de Jesus - Avaliador Externo

Prof. Ma. Ludmila Alves Dias - Avaliadora Externa

Dedicamos essa pesquisa ao Único
e Digno de toda a Glória, Jesus

AGRADECIMENTOS

No início da nossa trajetória nos deparamos com vários obstáculos. Disseram que nenhum projeto era aprovado de primeira pelo Comitê de Ética, o nosso foi aprovado na primeira tentativa. Disseram que não íamos conseguir fazer a submissão a tempo, nós conseguimos. disseram que não conseguiríamos o quantitativo de participantes da pesquisa, nós conseguimos. Esse mérito não é nosso. Servimos a um Deus que tem o prazer em suprir todas as nossas necessidades. Caro leitor, não preciso que você acredite no que estou dizendo, mas eu sei que em todo este projeto o Senhor esteve conosco e por isso quero agradecê-lo. Ele fez muito além do que merecemos.

Também não podíamos deixar de agradecer ao nosso orientador Gênesis Guimarães Soares. Obrigada por acreditar em nós. Obrigada por acolher as nossas ideias e nos acalmar nos momentos de surto. Obrigada também por todas as vezes que você colocou pressão na gente. Hoje entendemos que tudo que você fez foi para o nosso bem. O senhor enxergou em nós um potencial que nem sequer imaginávamos ter. Obrigada por fazer parte desse momento tão importante em nossas vidas.

Finalizamos agradecendo as nossas famílias e aos nossos amigos. Vocês foram fundamentais ao longo desse caminho. Obrigado por todo suporte e incentivo. Obrigado por terem acolhido as nossas emoções e segurado as nossas mãos. Pedimos perdão pelos momentos nos quais ficamos ausentes para focar no nosso projeto. Obrigada por terem sonhado junto com a gente.

MOREIRA, Amanda Vitoria, LIMA, Danielle, LUCENA, Felipe **Investigações acerca do desamparo aprendido no contexto acadêmico: uma perspectiva analítico comportamental.** 2023. 31 páginas. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia e Medicina Veterinária) – Centro Universitário de Excelência, Vitória da Conquista, 2023.

RESUMO

No contexto do espaço acadêmico é apresentado aos estudantes universitários exigências que não existiam antes do seu ingresso nas instituições. Tais exigências, bem como as mudanças bruscas colocam os estudantes em constante estado de alerta e pressão psicológica que pode desenvolver transtornos. Assim, a presente pesquisa tem como objetivo compreender como o ambiente acadêmico pode apresentar estímulos aversivos para os estudantes universitários a partir da perspectiva do desamparo aprendido; apresentar e discutir os aspectos que estimulam transtornos psicológicos dentro do ambiente acadêmico; compreender a experiência dos indivíduos em contexto de desamparo aprendido e investigar em quais períodos letivos ocorrem mais situações desfavoráveis que podem levar os alunos a experimentar o fenômeno do desamparo aprendido. Para realizar a presente pesquisa foi escolhida a abordagem quantitativa e se deu por meio de uma pesquisa de campo, onde foi utilizada a técnica de pesquisa Snowball Sampling, que tem como base a coleta de dados um questionário on-line e com análise diagnóstica que consiste em um tipo de análise das amostras que busca investigar relações de causa e efeito nos objetos analisados.

Palavras-chave: Análise do comportamento. Desamparo Aprendido. Estudantes. Universidade.

ABSTRACT / RESUMEN

In the context of the academic space, university students are presented with requirements that did not exist before their entry into the institutions. Such demands, as well as sudden changes, place students in a constant state of alert and psychological pressure that can develop disorders. Thus, the present research aims to understand how the academic environment can present aversive stimuli to university students from the perspective of learned helplessness; present and discuss the aspects that encourage psychological disorders within the academic environment; understand the experience of individuals in a context of learned helplessness and investigate in which school periods the most unfavorable situations occur that can lead students to experience the phenomenon of learned helplessness. To carry out this research, a quantitative approach was chosen and it was carried out through field research, where the Snowball Sampling research technique was used, which is based on data collection through an online questionnaire and with diagnostic analysis that consists of in a type of sample analysis that seeks to investigate cause and effect relationships in the objects analyzed.

Keywords: Behavior analysis. Learned Helplessness. Students. University.

Sumário

INTRODUÇÃO	6
COMPREENDENDO A ANÁLISE DO COMPORTAMENTO E OS ESTUDOS SOBRE O DESAMPARO APRENDIDO	8
METODOLOGIA	10
RESULTADOS E DISCUSSÃO	12
CONSIDERAÇÕES FINAIS	24
REFERÊNCIAS	25

INTRODUÇÃO

O presente artigo tem como objetivo não apenas caracterizar o desamparo aprendido, mas também estabelecer sua relação com estímulos aversivos incontroláveis. Além disso, o estudo visa explorar sua conexão com as dificuldades acadêmicas. Nesse sentido, é necessário pensar nos efeitos que a pressão causada pelo ambiente acadêmico pode influenciar na vida dos estudantes e como isso interfere na saúde mental desses indivíduos. Em resumo, a pesquisa em questão propõe compreender as experiências aversivas em ambientes acadêmicos à luz do conceito de desamparo aprendido sob a ótica da Análise do Comportamento.

O estudo do desamparo aprendido bem como seus efeitos nos organismos é de bastante relevância, visto que os estudos acerca dessa temática são bastante escassos. E isso ocorre devido à dificuldade com relação aos trâmites éticos e implicações sociais para a realização dos estudos. Assim sendo, a finalidade dessa pesquisa é evidenciar as contribuições da Análise do Comportamento no que concerne ao desamparo aprendido no contexto universitário.

Martin Seligman conceituou o desamparo aprendido como a dificuldade de aprendizagem operante apresentada por indivíduos expostos a eventos aversivos incontroláveis. Aprendizagem operante¹ nada mais é que um modelo de aprendizagem baseado num sistema de recompensas e punições para o estabelecimento de um comportamento. Com isso, fica evidente que pessoas que tiveram experiências com muitos eventos aversivos, situações onde o sujeito foi exposto a um estímulo ruim, por repetidas vezes, podem desenvolver comportamentos de fuga e esquiva², comportamentos em que o indivíduo busca fugir ou escapar de um evento que ele julga desagradável.

A partir da perspectiva Analítico-Comportamental, entende-se que o indivíduo com o diagnóstico de depressão está em um contexto de Desamparo Aprendido. Os transtornos depressivos não têm uma causa específica, mas acredita-se que um conjunto de eventos aversivos levou o indivíduo a desenvolver essa doença. O sujeito que vive nesse contexto não emite mais resposta perante a determinados eventos aversivos³ (Hunziker, 2005).

¹ Esse termo será discutido de maneira mais profunda na sessão teórica.

² A definição de ambos será apresentada mais à frente.

³ Tal conceito será discutido na próxima sessão.

Para entender o contexto de Desamparo de um ser humano é necessário analisar as contingências e os elementos em torno de sua vida, para assim identificar os possíveis causadores dessa depressão. Essas pessoas passaram por eventos em suas vidas onde se sentiram sem saída e por mais que lutassem não encontravam solução. O que agora aciona o gatilho da depressão não é que estão em uma situação que não possam sair, mas o fato de terem passado por um evento extremamente difícil antes leva- a crer que a situação atual não tem saída.

Burrhus Frederic Skinner defendia que o nosso comportamento é moldado pelo ambiente. Ele descreveu três etapas que interferiam no nosso comportamento, sendo elas a filogenética, ontogenética e a cultura. A filogenética faz referência a toda parte física e evolutiva do indivíduo, a ontogenética se trata da história e experiência e a cultura é sobre o meio social ao qual aquela pessoa vive. É preciso avaliar todas essas três questões para que se possa identificar o que levou essa pessoa a esse estado de tristeza profunda (Henklain, Carmo 2013).

Martin Seligman afirma que a ideia do desamparo como um modelo animal de depressão foi motivada por algumas similaridades entre o comportamento de pessoas deprimidas e o comportamento dos animais que passavam pelos choques incontroláveis. Essas similaridades foram provadas a partir da sintomatologia, etiologia, prevenção e cura da depressão. Isso fica evidente quando assemelhamos a passividade do animal com a passividade do indivíduo em desamparo. É de conhecimento geral que eventos traumáticos incontrolados pelo sujeito podem causar transtornos de depressão, e isso acontece também nas pesquisas com animais, haja vista que os animais estudados apresentam as mesmas características (Hunziker, 2005).

O estudo teve como objetivo geral compreender como o ambiente acadêmico pode apresentar estímulos aversivos para os estudantes universitários a partir da perspectiva do desamparo aprendido. Além disso, exploramos como o ambiente acadêmico poderia evocar estímulos aversivos que possam desencadear o desamparo aprendido; investigamos em quais períodos letivos ocorrem mais situações desfavoráveis que poderiam levar os alunos a experimentar o fenômeno do desamparo aprendido; analisamos o contexto dos indivíduos em situação de desamparo aprendido; e procuramos compreender como testes de modelos animais contribuíram para os estudos de desamparo.

COMPREENDENDO A ANÁLISE DO COMPORTAMENTO E OS ESTUDOS SOBRE O DESAMPARO APRENDIDO

B. F. Skinner foi o precursor do Behaviorismo Radical que é a filosofia que serve como base da Análise do Comportamento. Ele propôs que o comportamento do organismo seja moldado pelo ambiente que ele vive. No comportamento operante nós temos a tríplice contingência, SD: R - SC, estímulo discriminativo, resposta e estímulo consequente. No livro “Sobre o Behaviorismo” Skinner diz que o comportamento é fortalecido por suas consequências, e por tal razão as próprias consequências são chamadas de “reforços”. Em contrapartida, o comportamento também pode ser enfraquecido pelas suas consequências que serão chamadas de punições. Vamos chamar de reforço aquilo que aumenta a probabilidade de tal comportamento se repetir. O reforço é dividido em positivo e negativo. O reforço positivo é quando tem o acréscimo de um estímulo agradável e o reforço negativo é quando tem a retirada de um estímulo aversivo.

É caracterizado como estímulo ou evento aversivo quando o indivíduo está exposto a uma situação desagradável, podendo causar sofrimento, privação e angústia. O indivíduo busca sempre pela sua sobrevivência e quando se depara com um estímulo aversivo ele tenta se livrar de alguma maneira. Esse processo faz parte do reforço negativo que também é conhecido como fuga e esquiva. Na fuga o indivíduo busca fugir de um evento aversivo que está acontecendo no tempo presente, já na esquiva a pessoa tende a evitar circunstâncias potencialmente aversivas. Com isso essas duas ferramentas são utilizadas por nós como uma forma de nos mantermos longe de situação que nos colocará em posições complicadas.

Skinner também apresenta o conceito de punições, processo que diminui a probabilidade de um comportamento se repetir no futuro. Assim como no reforço, a punição é dividida em positiva e negativa: a punição positiva ocorre quando há um acréscimo de um estímulo aversivo; e punição negativa acontece quando se retira um estímulo reforçador/agradável.

Martin Seligman foi quem propôs a teoria do Desamparo Aprendido, ele realizou um experimento com 3 cachorros em 3 ambientes diferentes. No primeiro, a caixa era dividida em uma parte onde o animal recebia choques elétricos, mas caso ele tocasse o focinho em um

botão os choques paravam. Na segunda condição, o cachorro conseguiu parar os choques. E na terceira, nada acontecia ao cachorro. Alguns cães não fizeram nenhuma tentativa para fugir dos choques. No terceiro momento do experimento, cachorros foram colocados em uma caixa onde metade dela emitia choques, e a outra metade não. Seligman viu que os cães que sofreram com os choques antes não procuravam mais fugir. Após fazer esse experimento ele notou que o indivíduo pode parar de emitir respostas diante de novos estímulos, pois este indivíduo aprende que aspectos do ambiente não estão sob seu controle (Hunziker, 2005).

Além de experimentos com animais, também foram realizados testes com seres humanos. O primeiro desses estudos foi de Hiroto. Diferentemente dos animais, os estímulos utilizados com os humanos foram instruções verbais. Ele utilizou 96 estudantes universitários divididos em três grupos, chamados por ele de Grupo Controlado, Grupo Incontrolado e Grupo Não Tratado. Durante o experimento, foram apresentados aos Grupos Controlável e Incontrolável 30 sons agudos não sinalizados com duração de 5s, espaçados com intervalo de 20s. Os sujeitos do Grupo Controlável poderiam desligar os sons emitindo a resposta de fuga de apertar um botão, enquanto o Grupo Incontrolável recebia em todas as tentativas a potência máxima de som. E os dois grupos recebiam a instrução de que de tempos em tempos um som iria aparecer e que haveria algo que eles poderiam fazer para parar o som. Já o grupo não tratado não recebia nenhum tipo de som (Samelo, 2008).

Segundo o Manual Diagnóstico de Doenças Mentais (DSM-V-TR), o Transtorno Depressivo Maior é caracterizado por um grau de tristeza muito grave ou persistente, podendo acabar interferindo no dia a dia da pessoa, diminuindo o seu interesse ou prazer em atividades diárias. Consoante a Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde, 11ª revisão (CID 11), a síndrome depressiva é uma condição na qual o paciente experimenta "um rebaixamento do humor, redução da energia e diminuição da atividade". Em resumo, a depressão é um transtorno emocional causado pelo desequilíbrio de alguns neurotransmissores responsáveis por provocar sensação de prazer e alegria, deixando o indivíduo sem vontade de realizar atividades prazerosas ou comuns do dia-a-dia (Diniz *et al*, 2020).

No contexto acadêmico, os estudantes universitários são confrontados com exigências que não existiam antes de ingressarem nas instituições. Essas demandas, juntamente com mudanças repentinas, colocam os estudantes em um constante estado de alerta e pressão psicológica, o que pode levar ao desenvolvimento de transtornos. Especialmente devido à

pressão para cumprir prazos, às cobranças constantes, às mudanças nas relações e à convivência social, bem como à competitividade, o ambiente se torna repleto de incertezas e, em alguns casos, as expectativas prévias ao início do curso podem se chocar com a realidade durante o curso.

Ante ao exposto, nos últimos anos o crescimento do número de jovens com o diagnóstico de depressão tem aumentado significativamente, principalmente entre aqueles que estão inseridos em instituições de ensino superior. O Ministério da Saúde, indica que a prevalência de depressão ao longo da vida no Brasil está em torno de 15,5%. E um agravante para esse transtorno é a pressão causada pelo contexto acadêmico.

METODOLOGIA

A pesquisa teve início realizando um mapeamento bibliográfico acerca das produções já realizadas sobre o tema proposto e dado essa dificuldade de encontrar material sobre o desamparo aprendido. Esse estudo visa investigar sobre o assunto a fim de contribuir com esses estudos. Para realizar a presente pesquisa foi escolhido o método quantitativo, que segundo Minayo (2014), é um método caracterizado pela coleta e análise de dados numéricos que são analisados através de mecanismos estatísticos; a autora também destaca que essa abordagem é útil para investigar frequência, distribuição e intensidade de uma determinada amostra.

A metodologia utilizada para o tratamento dos dados foi a análise estatística descritiva, uma técnica de resumo de dados que permite descrever as características de um conjunto de dados, tais como média, desvio padrão, frequência, entre outros. Este é um método fundamental em estudos quantitativos, sendo utilizado para resumir e apresentar os dados de forma clara e objetiva.

Segundo Nascimento (2017), a análise estatística descritiva é uma metodologia utilizada para organizar e descrever os dados coletados em uma pesquisa. Esse mecanismo permite a obtenção de informações importantes sobre as variáveis estudadas. Para utilizar essa metodologia é necessário seguir alguns passos, primeiramente deve-se coletar os dados e então organizá-los em ordem, examinar a média e, posteriormente, é de suma importância apresentar os resultados em um formato que possa ser facilmente entendido pelos leitores, como tabelas ou gráficos e por último interpretar os resultados.

Em resumo, a análise estatística descritiva é uma técnica fundamental em estudos quantitativos. Ela permite descrever as características da amostra estudada e apresentar os dados de forma clara e objetiva, facilitando a interpretação dos resultados. Dessa forma, essa ferramenta é utilizada para resumir e apresentar os dados de forma clara e objetiva, sendo uma ferramenta essencial para a interpretação dos resultados da pesquisa.

Foi empregado o programa SPSS para efetuar a interpretação dos dados, sendo este um ‘software’ científico utilizado para análise de dados em diversas áreas. Ele permite a realização de diversas análises estatísticas, como testes de hipóteses, regressão, análise fatorial, entre outras. Além disso, o SPSS oferece uma ‘interface’ gráfica simples, tornando a análise de dados mais fácil e acessível. Ele é amplamente utilizado por pesquisadores e profissionais que precisam analisar grandes conjuntos de dados de forma eficiente e precisa.

Outra ferramenta que escolhemos para a análise de dados é a escala de verificação de Likert, pois é o modelo mais discutido e utilizado entre pesquisadores para avaliar atitudes no âmbito das ciências comportamentais. Desenvolvida por Rensis Likert em 1932, essa escala é composta por um conjunto de afirmações relacionadas à definição de um construto, nas quais os participantes devem expressar o grau de concordância. Além disso, também foi utilizado o programa *Microsoft Excel*, uma ferramenta bastante utilizada para construir, editar e examinar dados numéricos.

O instrumento de coleta de dados utilizado na pesquisa foi um formulário digital construído a partir da plataforma *Google Forms* composto por 24 questões fechadas, divididas em três sessões para investigarmos a prevalência de estudantes com desamparo aprendido. O estudante só passava para a próxima sessão do questionário caso atingisse uma pontuação alta, ou seja, se caso ele demonstrasse elevado nível de dano psíquico. Caso contrário, o questionário era encerrado e enviado e ele não prosseguiria respondendo às perguntas. O instrumento foi aplicado a 200 estudantes universitários de diferentes universidades e cursos do município de Vitória da Conquista – BA, com faixa etária entre 18 e 30 anos de idade.

Além disso, também foi escolhida a técnica de pesquisa *Snowball Sampling*, que tem como base a coleta de dados um questionário *online* e com análise diagnóstica, que consiste em uma categoria de análise das amostras que busca investigar relações de causa e efeito nos objetos analisados. Essa técnica é descrita como um método de amostragem não probabilística que se baseia em referências dos próprios participantes para recrutar outros participantes. Essa técnica é útil em situações em que a população de interesse é difícil de alcançar.

A cidade escolhida para a pesquisa é a terceira maior cidade do estado, um município localizado no sudoeste do estado da Bahia com cerca de 300.000 habitantes que faz divisa com o estado de Minas Gerais, muito conhecido por ser uma cidade universitária, onde muitos habitantes de toda a Bahia e norte de Minas se deslocam dos seus municípios de origem para fazer faculdade.

Em seguida foi realizada a análise de dados escolhida: a análise estatística descritiva, que é uma metodologia utilizada para organizar e descrever os dados, utilizando medidas de média, mediana e moda. Com isso, buscamos examinar as informações colhidas através do questionário empregando o programa SPSS, colocando os dados em uma ordem para facilitar a compreensão dos resultados.

Depois da verificação das informações colhidas foram realizados a conclusão dos resultados, chegando aos números de estudantes que possivelmente podem estar em desamparo aprendido. Posteriormente foram elaboradas as discussões e a conclusão das informações finais da pesquisa de campo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nesta seção serão apresentados os dados obtidos por meio da coleta realizada pelo questionário. Após a finalização da obtenção de dados, as respostas foram agrupadas em uma tabela construída pelo programa Excel, em que todos os dados coletados foram agrupados de acordo com o questionamento. Após isso, foi realizado um agrupamento de cursos em ordem alfabética e depois foi montado um banco de dados no programa SPSS, com as respostas agrupadas de acordo com as perguntas para organização dos elementos da investigação.

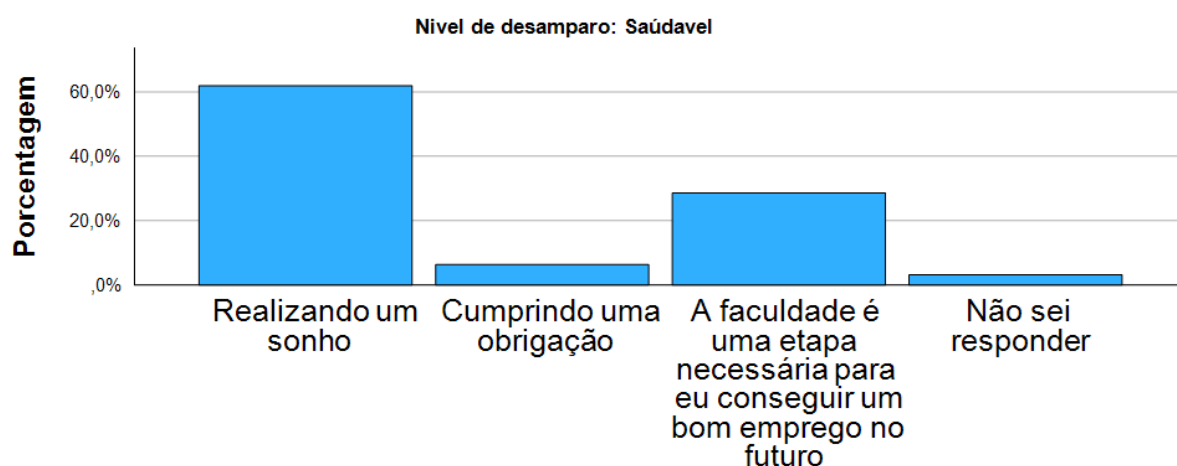
Foram agrupadas 9 perguntas que deixavam evidente se o indivíduo estava ou não em desamparo. Cada resposta era equivalente a uma pontuação sendo a pontuação mínima 0 a 9 e a máxima 53. Os indivíduos que apresentavam de 0 a 13 pontos correspondiam ao estágio dos Indivíduos Saudáveis, de 14 a 26 estágio com os indivíduos de Saúde Psíquica moderada, de 27 a 39 indivíduos em Estágio Inicial de Desamparo e de 40 a 53 indivíduos em Desamparo. Os gráficos a seguir são baseados nesse agrupamento.

O termo Saúde Psíquica se refere a um bem estar emocional que está relacionado a diversas variáveis como equilíbrio emocional, psicológico e social. Segundo Santos (2019) refletir sobre saúde psíquica envolve mais do que simplesmente a ausência de adoecimento

psíquico; refere-se a um estado de equilíbrio, onde as pessoas reconhecem seu potencial, conseguem enfrentar desafios do dia a dia, desempenhar com eficácia no trabalho e contribuir para suas comunidades. Algo que não está presente na realidade de muitos estudantes universitários, e isso fica evidente nos resultados que serão apresentados a seguir. Foi perguntado aos estudantes como eles se sentem em relação à faculdade.

Os Gráficos 1.1, 1.2, 1.3 e 1.4 mostram, de acordo os níveis de saúde psíquica e as expectativas dos estudantes quanto à faculdade que foi perguntado para eles na Questão 1.

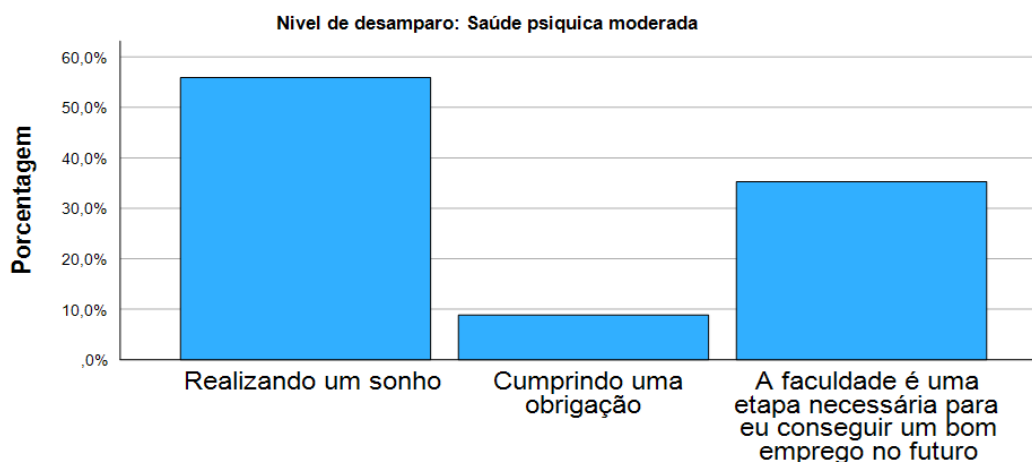
Gráfico 1.1: Como os estudantes se sentem quanto a faculdade.



Fonte: Autores, 2023.

No Gráfico 1.1 mostra as respostas das 62 pessoas que fazem parte do nível Saudável. Nesse nível os indivíduos se mostraram mais esperançosos quanto à faculdade. Aproximadamente 60% afirmaram que a faculdade é vista como a realização de um sonho. É possível enxergar que os estudantes saudáveis possuem reforçadores que aumentam a probabilidade de eles buscarem mais esperanças em relação ao futuro, relacionado a satisfação pessoal, realização de um sonho. Geralmente essas pessoas possuem rede de apoio que os ajudam com os custos da faculdade e também auxiliam em outros aspectos. Indivíduos saudáveis costumam priorizar sua saúde psíquica mantendo momentos de lazer e descanso.

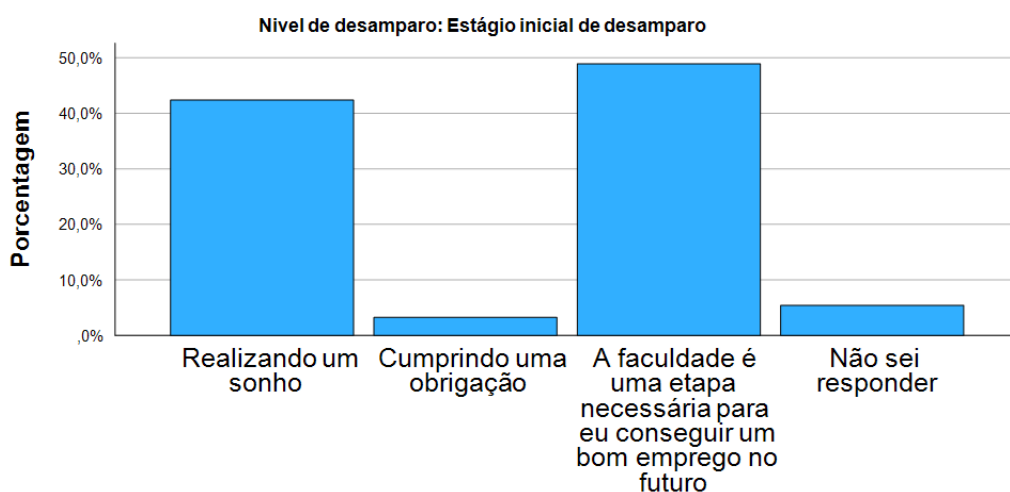
Gráfico 1.2: Como os estudantes se sentem quanto a faculdade.



Fonte: Autores, 2023.

O Gráfico 1.2 representa as respostas das 34 pessoas pertencentes ao nível de Saúde Psíquica Moderada. Os indivíduos ainda se apresentam bem esperançosos quanto à faculdade, mas também apresenta uma porcentagem alta de indivíduos que veem a universidade como um meio de conseguir um emprego melhor no futuro. É possível observar que na sociedade em que estamos inseridos, a faculdade é vista como algo que pode classificar os indivíduos baseando-se em sua formação. Um exemplo disso são os estudantes que escolhem cursos menos concorridos serem enxergados como pessoas que não terão um futuro promissor. E além disso, a universidade também permite uma certa esperança de se tornar alguém bem sucedido posteriormente. Seguindo na mesma linha do gráfico 1.1 entende-se que os jovens que estão nesse nível ainda enxergam a faculdade como sendo um sonho, pois os jovens com saúde psíquica moderada até o momento buscam por crescimento pessoal, e ainda se encontram motivados quanto ao futuro.

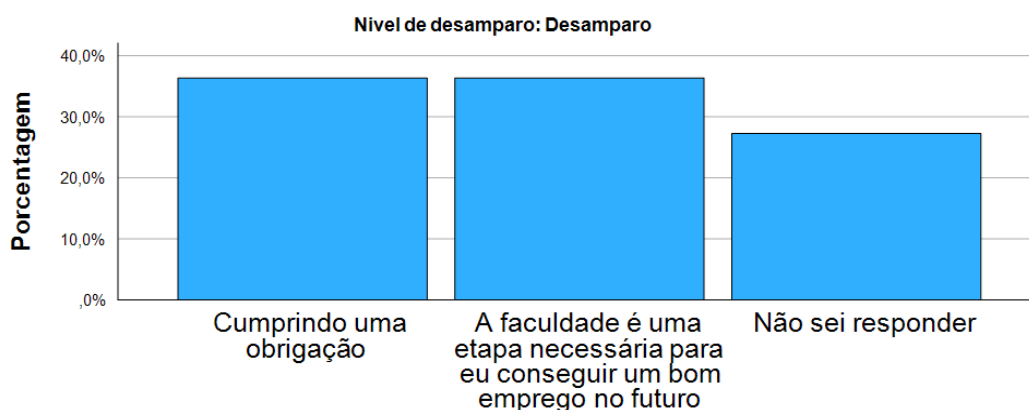
Gráfico 1.3: Como os estudantes se sentem quanto a faculdade.



Fonte: Autores, 2023.

O Gráfico 1.3 avalia os indivíduos que estão no estágio inicial de desamparo, aqui caem o número de indivíduos que veem a faculdade como a realização de um sonho e cresce o número de pessoas que considera a faculdade como uma etapa necessária para conseguir um bom emprego no futuro. O Brasil é um país de desigualdades sociais, onde a maior parte da população é menos favorecida e tem que lidar com a pobreza diariamente. Muitos jovens que vivem essa realidade encontram na educação uma alternativa para vencer esse contexto e poder dar uma qualidade de vida melhor para sua família. A falta de condições financeiras é um estímulo aversivo para esses indivíduos. Além de terem que lidar com as pressões acadêmicas, eles ainda têm que lidar com as dificuldades advindas da falta de recursos. Um fator que pode influenciar consideravelmente a vida desses estudantes, haja vista que por muitas vezes esses estudantes se vêm sendo obrigados a se desprender de alguns sonhos pois precisam se sustentar financeiramente.

Gráfico 1.4: Como os estudantes se sentem quanto a faculdade.



Fonte: Autores, 2023.

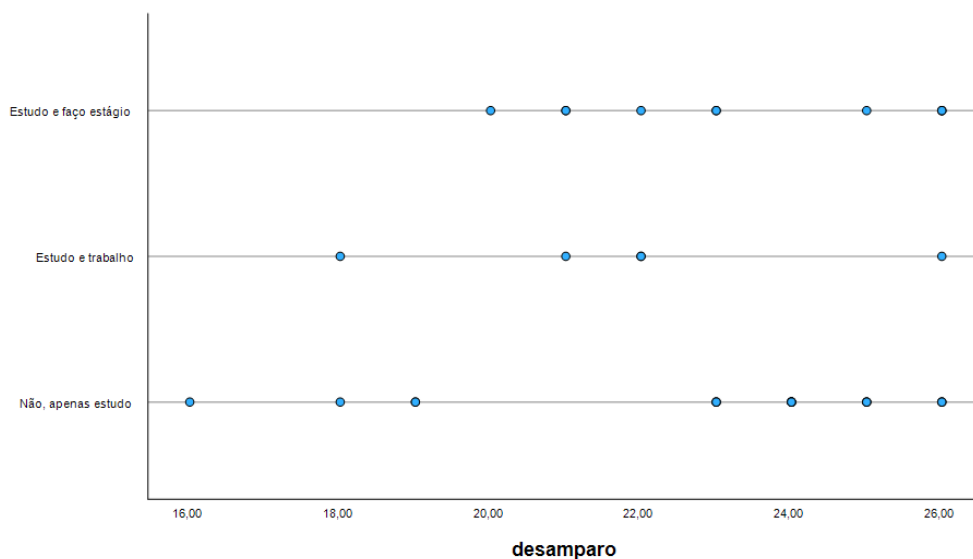
No Gráfico 1.4 os indivíduos aparentam estar bem desesperançosos. Cresce abruptamente o número de pessoas que consideram a faculdade como uma obrigação e logo em seguida aparece quase que em mesma proporção os indivíduos que consideram a faculdade como etapa necessária para conseguir um bom emprego no futuro. Nesse estágio ninguém considerou a faculdade como a realização de um sonho. Nesse gráfico observa-se que os indivíduos que estão em desamparo enxergam a faculdade apenas como uma etapa necessária para obter um futuro, ou como a conclusão de uma obrigação. Assim esses sujeitos não vêm mais motivos para continuar, e já não possuem mais uma motivação para prosseguir. Para eles a situação vivenciada é tão aversiva que não buscam mais expectativas positivas para o futuro acadêmico.

Após a análise dos Gráficos 1.1, 1.2, 1.3 e 1.4 fica evidente que quanto maior o nível de danos psíquicos mais desanimado o estudante vai se apresentar. Danos psíquicos são prejuízos que afetam a saúde psíquica de um indivíduo. Na Análise do Comportamento vamos chamar isso de estímulo aversivo. À medida que a pessoa passa por situações que apresentam um estímulo aversivo e ela não consegue se livrar dele, isso vai acarretando consequências punitivas que vão trazer sofrimento a esse indivíduo. Tal sofrimento será responsável por gerar danos à saúde psíquica dessa pessoa. Para Skinner (1989) os estímulos aversivos seriam entendidos tanto pelo contato com situações adversas quanto pela perda de estímulos reforçadores, estes dois eventos entendidos como aversivos.

A seguir será apresentado os gráficos de dispersão que tem a função de analisar duas variáveis quantitativas ao mesmo tempo. Foi feita a comparação se o estudante tem outra ocupação com a sua saúde psíquica. As esferas se referem a pessoa e as linhas correlacionam

o indivíduo a resposta dada no questionário. Os valores apresentados são os mesmos mostrados no início, que correspondem ao cálculo feito para identificar o nível de cada estudante. Foi perguntado aos estudantes se eles tinham outra ocupação além da faculdade (questão 2). As respostas foram comparadas com o nível de saúde psíquica desses indivíduos.

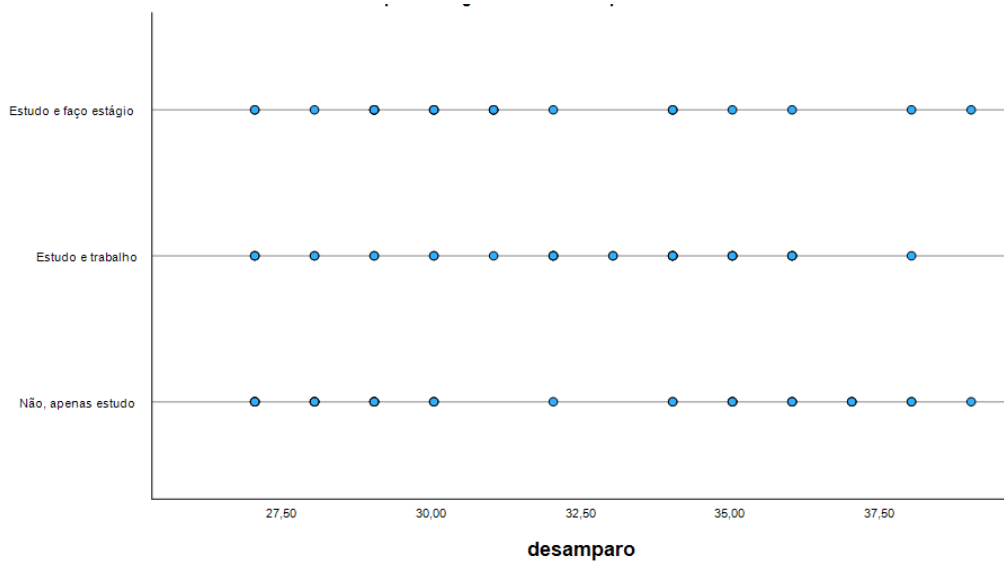
Gráfico 2.1: Dispersão - Comparação entre os níveis de Desamparo.



Fonte: Autores, 2023.

No Gráfico 2.1 faz menção aos estudantes do nível de saúde psíquica moderada. Nesse gráfico há mais indivíduos que apenas estudam. Logo em seguida aparece, quase que em mesma proporção, aqueles que estudam e fazem estágio. Essas pessoas não têm que dividir sua atenção entre o curso e a ocupação distante de sua área, o que acaba deixando esses indivíduos menos expostos a diversos tipos de estímulos. Perante isso, conclui-se que os sujeitos que estão com a saúde psíquica moderada buscam manter o foco nos estudos e ainda se encontram motivados com o futuro.

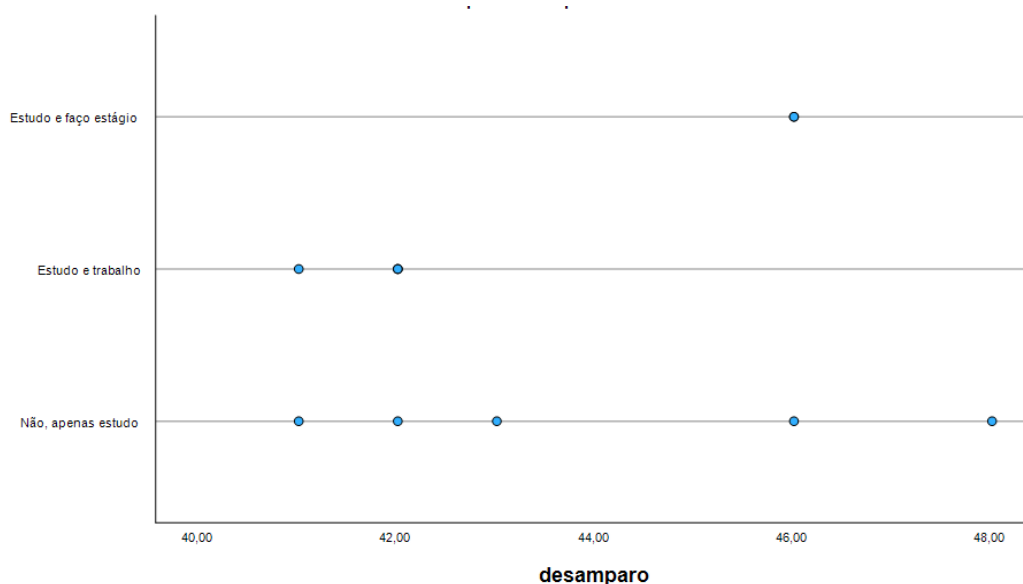
Gráfico 2.2: Dispersão -Comparação entre os níveis de Desamparo.



Fonte: Autores, 2023.

No Gráfico 2.2 manteve-se um padrão numérico para os três questionamentos o que nos leva a crer que maioria desses entrevistados buscam outras ocupações. O fato de um terço dessa amostra não ter outra ocupação pode estar ligado a diversas variáveis, como desemprego, desesperança, a exigência do mercado de trabalho ou a falta de oportunidades. Esse gráfico se refere aos indivíduos em estágio inicial de desamparo.

Gráfico 2.3: Dispersão - Comparação entre os níveis de Desamparo.



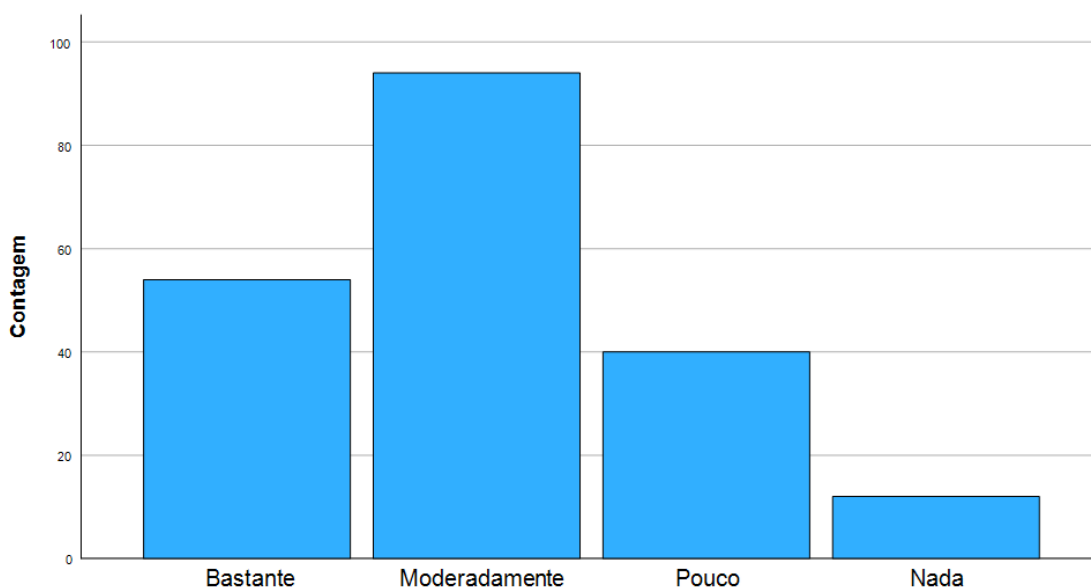
Fonte: Autores, 2023.

No Gráfico 2.3 a maior parte dos estudantes que apresentaram valores elevados de desamparo não possuem outra ocupação além da faculdade. Esses indivíduos já estão em desamparo o que nos leva a compreender que por estarem com a saúde psíquica tão prejudicada eles acabam se abstendo de outras atividades e focando apenas na faculdade.

Diante das considerações feitas através dos gráficos 2.1, 2.1 e 2.3, chega-se à conclusão que o excesso de estímulos aversivos pode levar o indivíduo a ficar estagnado. De acordo Seligman, o sujeito em desamparo para de emitir respostas após uma série de eventos aversivos. Com o passar do tempo esses indivíduos vão deixando de responder a estímulos ambientes. Aqui vemos que os indivíduos em desamparo mantinham seu foco apenas na faculdade e não possuíam outra ocupação. Em determinadas circunstâncias o trabalho ou estágio pode se apresentar como um estímulo aversivo o que leva muitos estudantes a desistirem de tais funções.

O gráfico a seguir apresenta como um esquema de barras que mostra como a pressão da faculdade afetou a saúde emocional dos estudantes. Foi perguntado aos estudantes o quanto eles sentiam que a faculdade tinha afetado a saúde psíquica deles e as opções de respostas tinham: Bastante, Muito, Pouco e Nada.

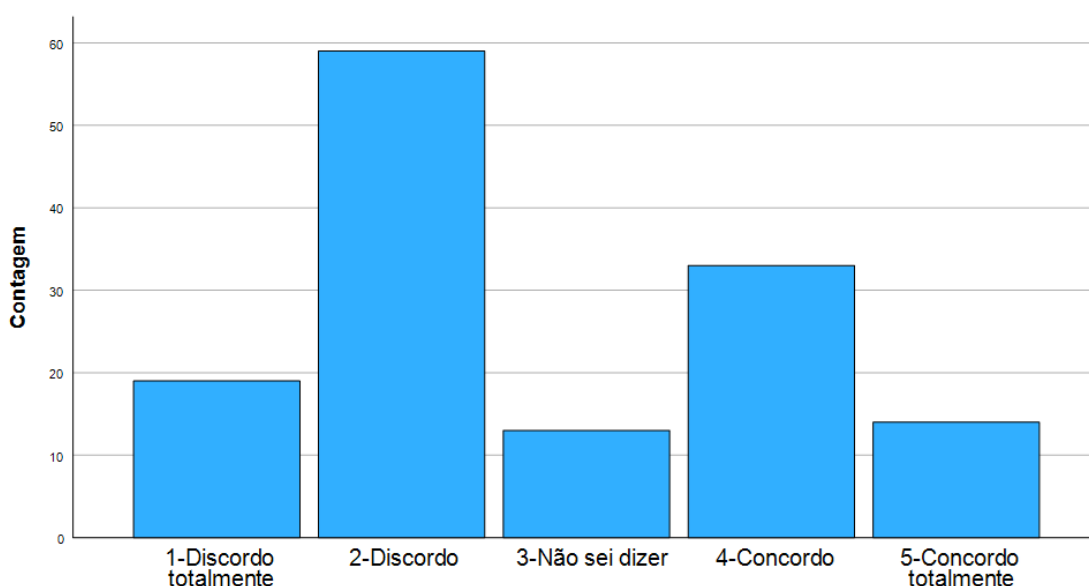
Gráfico 3: Quanto a faculdade afetou a saúde psíquica dos estudantes.



Fonte: Autores, 2023.

No Gráfico 3, é possível observar que a maioria dos entrevistados afirmaram terem sido afetados moderadamente pela pressão causada pela universidade. O que nos leva a entender que a pressão causada pelo ambiente acadêmico pode afetar a saúde emocional dos estudantes. A sobrecarga causada pela universidade pode afetar significativamente os estudantes, pois ela pode causar cansaço excessivo, medo, insônia, exaustão ou até mesmo falta de tempo de lazer. A privação de sono e de momentos de lazer correspondem à falta de reforçadores, uma vez que momentos como esses são importantes para a nossa saúde e são entendidos como estímulos reforçadores.

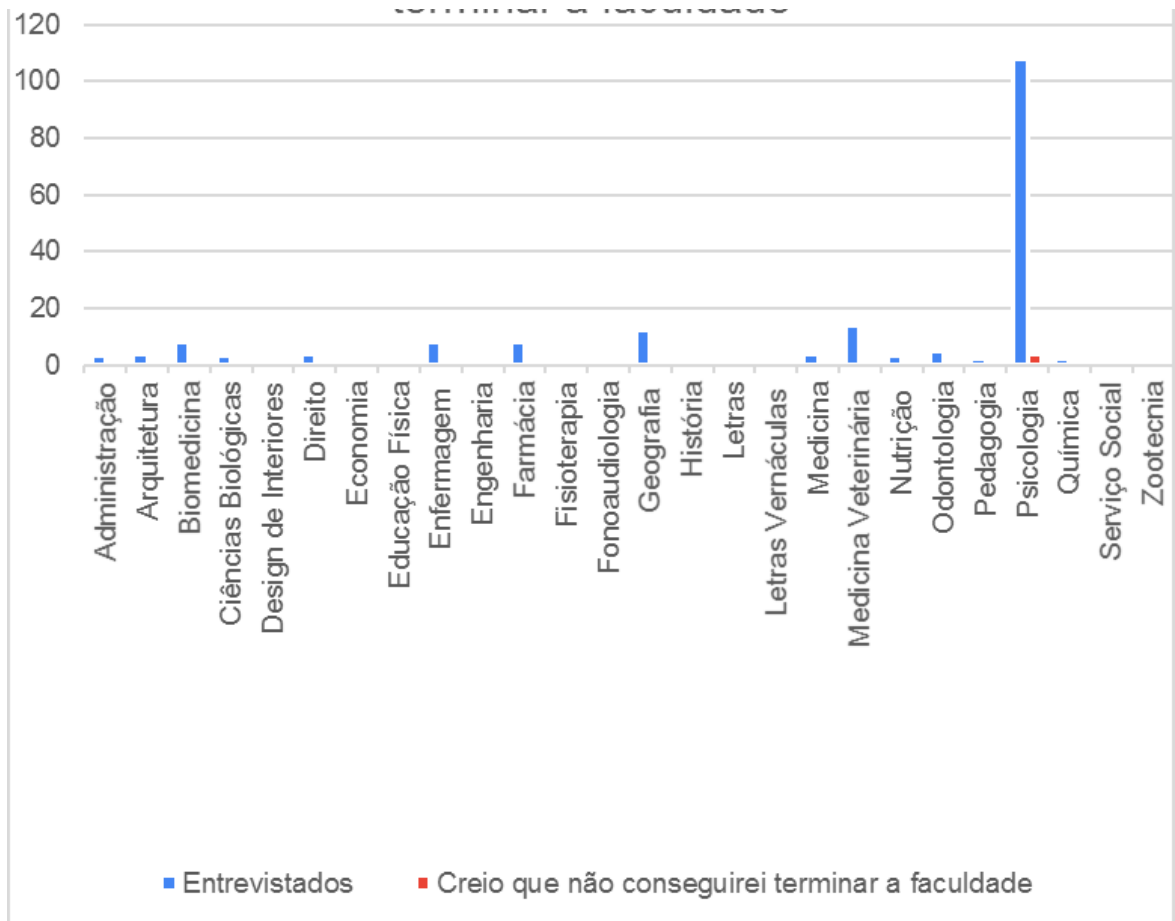
Gráfico 4 : Esperanças acerca do futuro.



Fonte: Autores, 2023.

No gráfico acima 138 pessoas responderam a questão 20. Foi utilizado a escala Likert, um formato de escala onde as opções são agrupadas de maneira que especifiquem seu nível de concordância com uma afirmação. Foram somadas as respostas de "Concordo" com "Concordo totalmente" e obtemos que 11% dos estudantes afirmaram não ter esperança no futuro e pensam que a situação acadêmica não pode melhorar. Sendo assim esse gráfico retoma o experimento de Seligman executado com cachorro que afirma que os animais que tomaram mais choques não procuravam mais fugir. Diante disso observa-se que os estudantes que responderam em confirmação ao questionamento estão na mesma situação e já não possuem mais esperanças.

Gráfico 5: Cursos que mais pensam que não vão conseguir concluir a faculdade.



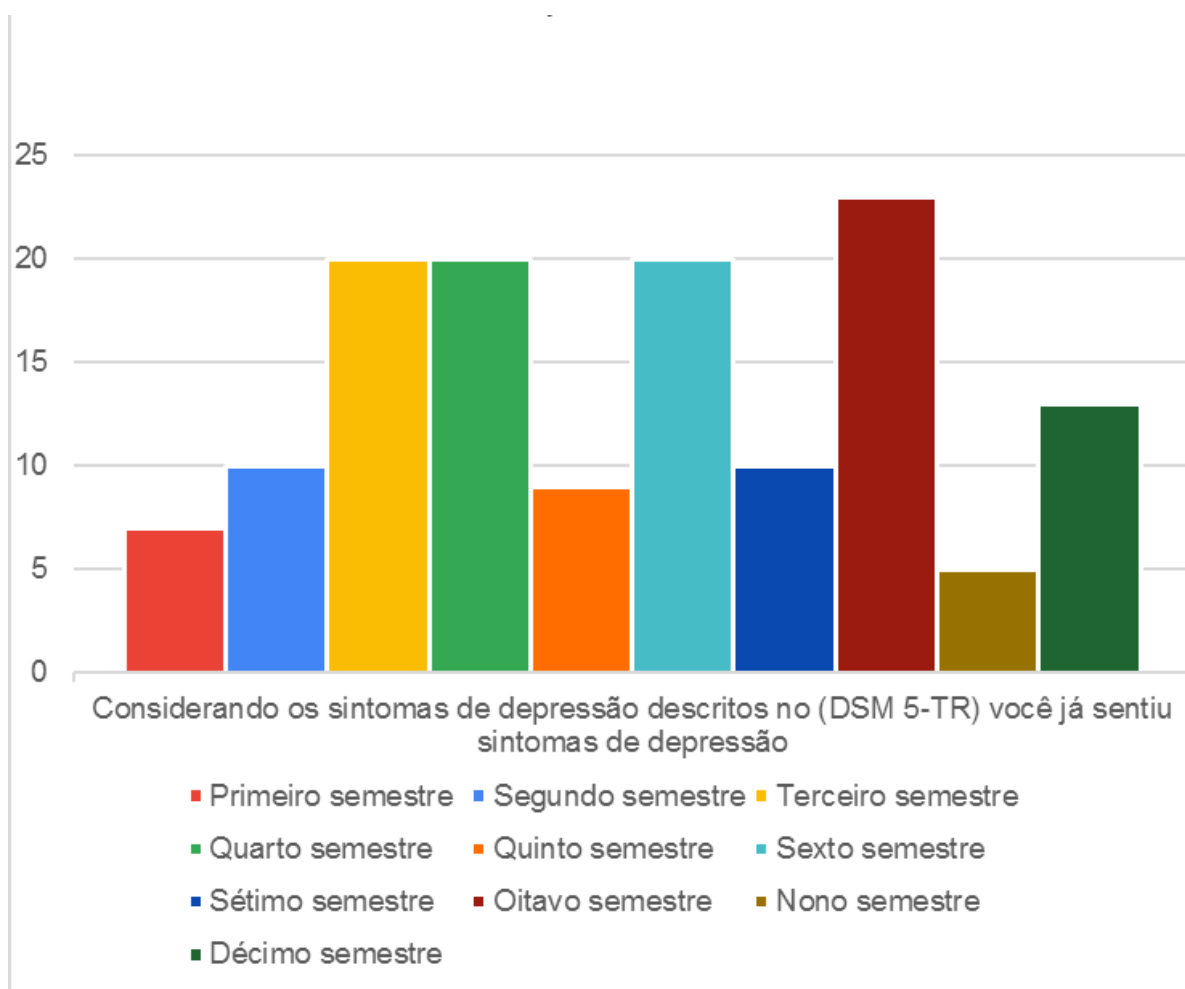
Fonte: Autores, 2023.

O gráfico acima mostra a quantidade de pessoas que acreditam não conseguir terminar a graduação relacionado ao curso. Em azul está o total de estudantes de cada curso que responderam a pergunta e em vermelho estão aqueles que afirmaram que não vão conseguir terminar o curso. Ao final, aproximadamente 7% dos estudantes afirmaram que não conseguiram concluir a graduação. A evasão dos cursos de ensino superior é um fenômeno que vem crescendo consideravelmente nas universidades do Brasil. Segundo dados do Ministério da Educação de 2016 afirma que a taxa de desistência atingiu 38,8% nas Instituições de Ensino Superior privadas, o que corresponde a uma perda de 2,19 milhões de

estudantes. Nas Instituições de Ensino Superior públicas, a perda foi de 165 mil alunos, com uma taxa de desistência de 9,4%. Pesquisas apontam que esses números cresceram após a pandemia causada pelo vírus da COVID-19, isso porque muitos estudantes precisaram parar a graduação por não possuir estruturas para estudar de maneira remota, ou perderam familiares que os ajudavam financeiramente para conseguir continuar os estudos.

O gráfico a seguir mostra através de barras os semestres com mais universitários que sentiram sintomas de depressão.

Gráfico 6: Comparação entre os alunos de cada semestre que afirmaram que tiveram sintomas de depressão nos últimos dois anos.

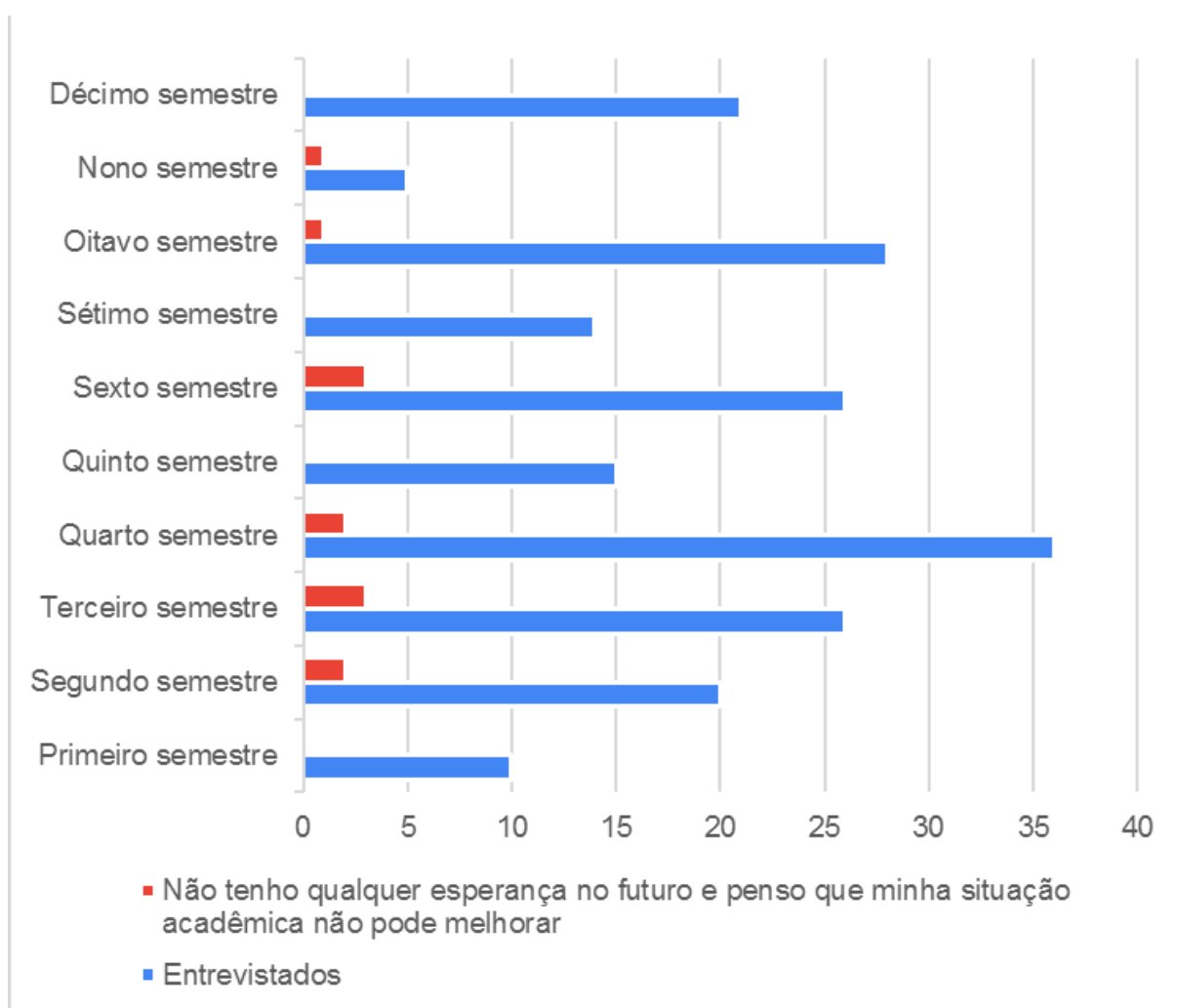


Fonte: Autores, 2023.

Nesse gráfico observamos que o oitavo semestre é o período em que mais pessoas já tiveram sintomas do transtorno de depressão, o que nos leva a pensar que isso pode acontecer

por diversas variáveis, como por exemplo no oitavo semestre os alunos estão próximo a colação de grau e isso pode acarretar em inseguranças em relação ao futuro. O oitavo semestre em muitas universidades é quando os estágios supervisionados são realizados e nesse intervalo os estudantes se sentem pressionados e ansiosos quanto a que profissionais irão se tornar. Já em outras faculdades o trabalho de conclusão de curso começa a ser produzido, uma fase extremamente estressante, onde os indivíduos se sentem exaustos e desesperançosos. Além disso, certos cursos possuem quatro anos de duração, ou seja, oito semestres, o que quer dizer que alguns estudantes estão concluindo o curso e por isso se sentem preocupados quanto ao que o futuro os reserva.

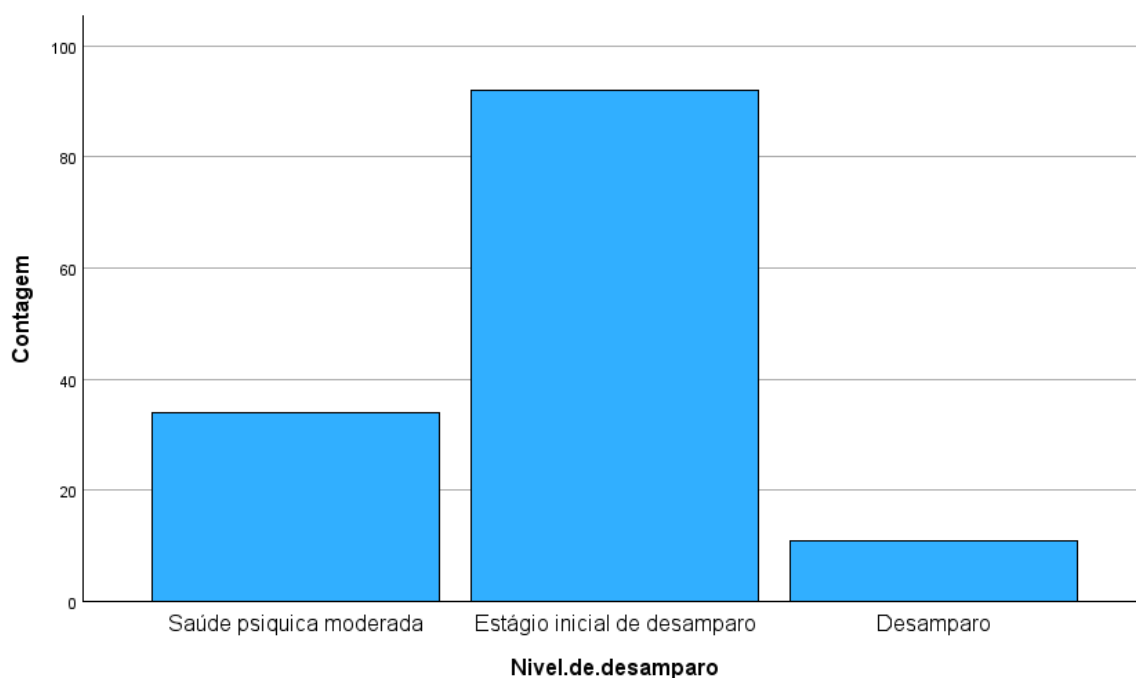
Gráfico 7 : Comparação entre os alunos de cada semestre que disseram não ter esperanças quanto ao futuro.



Fonte: Autores, 2023.

No gráfico anterior mostra os estudantes que não tem esperança acerca do futuro. Em azul está o total de alunos que responderam a questão 20 e em vermelho estão aqueles que afirmaram não ter esperanças. O terceiro e o sexto semestre são os que mais apresentam indivíduos desesperançosos. Os estudantes no início de graduação passam por uma série de mudanças como nova rotina, novo ciclo de amizades, novo ambiente e a pressão dos trabalhos e provas de nível acadêmico. Alguns indivíduos lidam muito bem com isso, enquanto outros sofrem com todos esses novos estímulos. As pessoas que já passaram da metade do curso, geralmente, têm que lidar com a ansiedade e as incertezas acerca do futuro. Em ambos os casos os indivíduos estão lidando com estímulos aversivos e por isso acabam por diminuir suas expectativas em relação aos próximos acontecimentos da vida acadêmica e profissional.

Gráfico 8 - Níveis de saúde psíquica



Fonte: Autores, 2023.

Das 138 pessoas que passaram pelas três seções do questionário, 34 estão com a Saúde Psíquica Moderada, 94 estão no Estágio inicial de desamparo e 10 estão em Desamparo. Esses números evidenciam que uma parte considerável dos universitários entrevistados estão na primeira fase do desamparo aprendido e outra pequena parcela dos estudantes já estão em total desamparo. Consoante a Skinner (1982) o controle aversivo está relacionado aos

estímulos aversivos ou a perda de reforçadores positivos, assim como a prevenção da possível perda de reforçadores positivos ou do contato com estímulos aversivos. Diante disso é possível observar que esses indivíduos estão sendo expostos a uma estimulação aversiva desde o início da graduação em um determinado momento começam a não ter mais esperanças quanto a cenários futuros ou optam por desistir do curso, assim acabam se livrando desses estímulos aversivos.

A seguir temos a tabela de correlação, para a probabilidade estatística esses esquemas são qualquer relação dentro de uma ampla classe de relações estatísticas que envolva dependência entre duas variáveis distintas.

Tabela 1: Correlação entre ocupação e o uso de estimulantes cerebrais.

		Pergunta 2	Pergunta 12
Pergunta 2 - Você possui outra ocupação além da faculdade?	Correlação de Pearson	1	
	Sig. (2 extremidades)		0,746
	N	200	138
Pergunta 12 - Você faz uso de estimulantes cerebrais para a concentração nos estudos? (exemplo: energético, ritalina, modafinil...)	Correlação de Pearson		1
	Sig. (2 extremidades)	0,746	
	N	138	138

Fonte: Autores, 2023.

Na Tabela 1 foi utilizado o cálculo de Pearson para verificar se o fato de os indivíduos possuírem outra ocupação além da faculdade estava relacionado ao uso de estimulantes cerebrais. A Pergunta 2 faz parte da primeira etapa do questionário onde 200 pessoas responderam e a pergunta 12 faz parte da segunda etapa do questionário onde foram obtidas 138 respostas. Na Tabela os números 138 e 200 correspondem ao total de pessoas. O número 1 significa 100% de relação entre as variáveis. No cálculo de correlação quanto mais próximo o valor está de 1 dizemos que ali existe uma correlação forte e quanto o valor está mais próximo de 0 zero que esta correlação é fraca. Quando o cálculo apresenta um resultado

negativo temos que as variáveis andam juntas só que em direções opostas, isto é, enquanto o valor de uma variável aumenta o da outra diminui. Quando o valor é positivo então dizemos que o valor de ambas variáveis vão aumentar ou diminuir de forma simultânea. Ao observarmos a tabela é possível vermos que existe uma forte correlação pois o resultado dado foi de 0,746 que é um valor próximo a 1. Também observamos que a correlação é positiva entre as variáveis, ou seja, o estudante que tem outra ocupação tende a fazer o uso de estimulantes cerebrais para conseguir manter a concentração. Cerca de 4% dos estudantes afirmaram que fazem uso de tais substâncias. Haja vista que conciliar os estudos com afazeres secundários pode acarretar em exaustão e cansaço excessivo fazendo com que o universitário tenha dificuldade de absorver o conteúdo e por isso muitas vezes acabam por utilizar esse tipo de estimulador.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante de todos os dados expostos acima fica evidente que o espaço acadêmico apresenta estímulos aversivos que podem levar a pessoa ao Desamparo Aprendido. Ao analisar os resultados da pesquisa foi possível observar que 138 participantes apresentavam algum dano psíquico em decorrência do contexto acadêmico, sendo 34 deles categorizados com saúde psíquica moderada, 94 em estágio inicial de desamparo e 10 em desamparo.

Considerando a investigação realizada após análise dos gráficos ficou explícito que o ambiente acadêmico pode estar interferindo de maneira significativa na saúde psíquica dos graduandos. Observa-se que a universidade por muitas vezes ocasiona sobrecarga de atividades avaliativas como trabalhos, seminários e provas e isso impede que os universitários encontrem períodos de lazer e descanso. E com isso esses indivíduos acabam entrando num ciclo de ansiedade e desesperança quanto ao futuro.

A graduação vem carregada de mudanças e nem sempre o indivíduo está preparado para lidar com tais modificações. Rotina cansativa, inúmeros trabalhos e seminários, falta de rede de apoio ou a distância da família vão submetendo aquele indivíduo a vários estímulos aversivos aos quais nem sempre ele consegue escapar, isso gera desânimo e angústia no estudante. Dos 200 participantes da pesquisa, 27% afirmaram que a pressão acadêmica afetou sua saúde psíquica.

Além de tudo isso é nesse período que se inicia as inseguranças quanto ao futuro profissional, durante essa fase os jovens começam a se questionar acerca do desemprego, uma

realidade muito presente no Brasil, pois segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2023), o número de brasileiros desocupados chega a 8,6 milhões. Com isso, esses jovens acabam não desenvolvendo esperanças em relação ao futuro.

Por vezes o indivíduo fica muito focado em estudar, trabalhar e dar conta de toda atividade proposta e se abstém de momentos prazerosos de lazer e distração. Essa priorização excessiva de eventos aversivos e a falta de experiências reforçadoras pode levar essa pessoa a entrar no contexto de Desamparo Aprendido. Pois a exposição a tantos eventos aversivos sem reforçamento acaba levando a falta de respostas mediante a esses estímulos. Por muito tempo, a depressão foi vista como "frescura" ou "maneira de chamar atenção". Diante disso, diversas pessoas demoraram a ter um diagnóstico e acesso a um tratamento eficaz. Percebe-se a extrema necessidade de mais estudos voltados para o caso de jovens acadêmicos, dado o elevado número de pessoas diagnosticadas com depressão neste grupo.

Frente a todos esses fatos, concluímos essa pesquisa afirmando que a pressão acadêmica pode interferir negativamente na saúde psíquica e física dos acadêmicos, podendo levar a falta de equilíbrio psicológico e até mesmo a um adoecimento emocional.

REFERÊNCIAS

ABREU, Paulo Roberto. Novas relações entre as interpretações funcionais do desamparo aprendido e do modelo comportamental de depressão. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 24, p. 788-797, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/L88jVrGwmnLfRQc6VXvhYpw/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 09 jun. 2023.

CAPELARI, Angélica; HUNZIKER, Maria Helena Leite. Aprendizagem discriminativa após choques incontroláveis. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 21, n. 1, 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722005000100014>. Acesso em: 16 jun. 2023.

DINIZ, Julia Pickina et al. Ação dos Neurotransmissores Envolvidos na Depressão. *Ensaio e Ciência C Biológicas Agrárias e da Saúde*, v. 24, n. 4, p. 437-443, 2020. Disponível em <https://ensaioseciencia.pgskroton.com.br/article/view/7590> Acesso em 13 de jul. 2023.

FERREIRA, Darlene Cardoso; TOURINHO, Emmanuel Zagury. Desamparo aprendido e incontrolabilidade: relevância para uma abordagem analítico-comportamental da depressão. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 29, p. 211-219, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722013000200010>. Acesso em: 13 jun. 2023.

FIGUEIREDO, A. M., RIBEIRO, G. M., REGGIANI, A. L. M., PINHEIRO, B. A., LEOPOLDO, G. O., DUARTE, J. A. H., OLIVEIRA, L. B., & AVELAR, L. M. (2014).

Percepções dos estudantes de medicina da UFOP sobre sua qualidade de vida. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Ouro Preto v. p. 201438(4), 435-443. 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0100-55022014000400004>. Acesso em: 05 jun. 2023.

HENKLAIN, Marcelo Henrique Oliveira; CARMO, João dos Santos. Contribuições da análise do comportamento à educação: um convite ao diálogo. *Cadernos de pesquisa*, v. 43, p. 704-723, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cp/a/bT6y5JYHDTjP79pmKhgbsSq/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 05 de jun. 2023.

HUNZIKER, M.H.L. Um olhar crítico sobre o estudo do desamparo aprendido. **Estudos de Psicologia**, v. 14, n. 3, 1997. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/9mTT8yBFJ9nsGx7hgMJx58b/?format=pdf&lang=p> Acesso em: 05 fev. 2023.

HUNZIKER, M.H.L. O desamparo aprendido revisitado: estudos com animais. v.21, p. 131-139, 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/yBvSZVG6nH7p5NKfm6XsrOp/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 18 de jun. 2023

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Características étnico-raciais da população: classificações e identidades. Rio de Janeiro: IBGE, 2023. Disponível em <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/36780-com-taxa-de-8-8-desemprego-cresce-no-primeiro-trimestre-de-2023> Acesso em 20 out. 2023

JÚNIOR, A. R. F.; PICKART, T. I. M.; CASTELLI, M. C. Z. Implicações metodológicas para o estudo do desamparo aprendido em humanos. *Perspectivas em análise do comportamento*, v. 2, n. 1, p. 46–52, 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pac/v2n1/v2n1a05.pdf> Acesso em: 20 de jun. 2023.

JÚNIOR, Severino Domingos da Silva; COSTA, Francisco José. Mensuração e escalas de verificação: uma análise comparativa das escalas de Likert e Phrase Completion. **PMKT–Revista Brasileira de Pesquisas de Marketing, Opinião e Mídia**, v. 15, n. 1-16, p. 61, 2014. Disponível em: https://revistapmkt.com.br/wp-content/uploads/2022/01/1_Mensuracao-e-Escalas-de-Verificacao-uma-Analise-Comparativa-das-Escalas-de-Likert-e-Phrase-Completion-1.pdf. Acesso em: 20 mar. 2023.

MELO, Luiz Felipe Silva; TEIXEIRA, Gustavo. Depressão: uma perspectiva analítico comportamental. **Revista de Psicologia**, v. 3, 2012. Disponível em: <https://psicologianpa.wordpress.com/2012/05/24/e3-37-depressao-uma-perspectiva-analitico-comportamental/>. Acesso em: 10 mar. 2023.

MESTRE, Marilza Bertassoni Alves. **Desamparo aprendido, em ratos adultos, como função de experiências aversivas incontroláveis na infância**. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Psicologia Experimental) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 1996. Acesso em: 30 abr. 2023.

DE SOUZA MINAYO, Maria Cecilia. Ética das pesquisas qualitativas segundo suas características. *Revista Pesquisa Qualitativa*, v. 9, n. 22, p. 521-539, 2021. Disponível em https://www.researchgate.net/profile/Maria-Minayo/publication/358070571_Etica_das_pesquisas_qualitativas_segundo_suas_caracteristicas/links/620e840ff02286737ca60a18/Etica-das-pesquisas-qualitativas-segundo-suas-caracteristicas.pdf Acesso em 30 abr. 2023

NASCIMENTO, Francisco das Chagas Araújo do; BRAGA, Célia Campos; ARAÚJO, Fabiane Regina da Cunha Dantas. Análise estatística dos eventos secos e chuvosos de precipitação do Estado do Maranhão. *Revista Brasileira de Meteorologia*, v. 32, p. 375-386, 2017. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rbmet/a/Jt4QgwVYxYzphGKVGypvWwk/?format=pdf&lang=pt> Acesso em 10 abr 2023.

RANGÉ, B.; MUSSOI, H.S. Transtorno de pânico com agorafobia. In: ANGELOTTI, G. **Teoria cognitivo comportamental dos transtornos de ansiedade**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007.

SAMELO, M. J. **Investigação sobre o desamparo aprendido em humanos**. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Psicologia Experimental) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2008. Acesso em: 02 abr. 2023.

FERREIRA, D. C.; TOURINHO, E. Z. Desamparo aprendido e incontrolabilidade: relevância para uma abordagem analítico-comportamental da depressão. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 29, n. 2, p. 211-219, jun. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/F7G4trFVZZBmjt7Mr4VfKPJ/?format=pdf&lang=pt> Acesso em 18 de abr. 2023

TOLEDO, Thaís Ferro Nogara de; SÉRIO, Teresa Maria de Azevedo Pires. DESAMPARO APRENDIDO E COMPORTAMENTO SUPERSTICIOSO: UMA INVESTIGAÇÃO DOS EFEITOS DE CONTIGUIDADE E DE CONTINGÊNCIA. **Revista Brasileira de Análise do Comportamento**, v. 6, n. 2, p. 167-185, 2010. Disponível em : <https://periodicos.ufpa.br/index.php/rebac/article/view/1117>. Acesso em: 28 mai. 2023.

SKINNER, Burrhus Frederic. **Sobre o Behaviorismo**. Editora Cultrix: São Paulo, abril 1982.

