



DESAFIOS, ESTRESSE E APRENDIZAGEM: UM ESTUDO SOBRE A EXPERIÊNCIA DE ESTUDANTES DE CURSOS SUPERIORES NA MODALIDADE DE EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA

TENESSEE ANDRADE NUNES, GLEYDSON DE FREITAS SILVA; LEVI CUNHA BRAGA; JORDAN MEDEIROS DE OLIVEIRA; FRANCISCO FABIANO DE BRITO

RESUMO

Com a crescente demanda e oferta de cursos na modalidade EAD, realizou um estudo que aborda os desafios enfrentados por estudantes de cursos superiores na modalidade de Educação a Distância (EAD), com foco na gestão de tempo, acesso a tecnologias, participação em atividades e dificuldades de aprendizagem, além do impacto do estresse acadêmico. Utilizando uma abordagem mista, foram analisados dados quantitativos e qualitativos coletados de 150 estudantes de uma instituição pública em Mossoró-RN, por meio de questionários estruturados e entrevistas semiestruturadas. Os resultados revelaram que 63,9% dos participantes estão empregados, evidenciando a necessidade de conciliar trabalho e estudos, enquanto 62% são mulheres, indicando a crescente participação feminina no ensino superior. A proximidade ao polo presencial influenciou o acesso às atividades acadêmicas, com 32,8% dos respondentes localizados a até 50 km de distância. Além disso, foi constatada a predominância de jovens adultos, mais receptivos às tecnologias educacionais, e identificadas correlações significativas entre estresse acadêmico e dificuldades de aprendizagem devido às exigências do modelo EAD. Barreiras como infraestrutura tecnológica limitada, falta de apoio institucional e a necessidade de suporte emocional foram apontadas na análise qualitativa. A pesquisa conclui que é fundamental implementar estratégias pedagógicas e de suporte que minimizem o impacto do estresse, aumentem o engajamento e atendam às demandas específicas dos estudantes de EAD. Essas medidas podem incluir maior investimento em tecnologia, apoio psicológico e a oferta de ferramentas de organização acadêmica. Este estudo contribui para a formulação de políticas educacionais e institucionais que reduzam a evasão e melhorem a qualidade do ensino, promovendo maior inclusão e eficiência na modalidade EAD.

Palavras-chave: Educação digital; Ensino superior; Avaliação acadêmica.

1 INTRODUÇÃO

A Educação a Distância (EAD) tem se consolidado como uma modalidade cada vez mais acessível e amplamente adotada no ensino superior. No entanto, apesar de sua expansão, os estudantes enfrentam desafios significativos relacionados à autogestão do tempo, acesso às tecnologias, participação ativa nas atividades e conteúdos e dificuldades de aprendizagem, que podem impactar diretamente a qualidade do aprendizado (Souza; Carvalho, 2020).

Além disso, os níveis de estresse associados à sobrecarga acadêmica e à necessidade de conciliar estudos, trabalho e vida pessoal são frequentemente relatados, mas pouco explorados de maneira integrada. Diante desse cenário, surge a seguinte questão: quais são os principais desafios, fatores de estresse, níveis de participação ativa e dificuldades de aprendizagem enfrentados pelos estudantes de cursos superiores EAD, e como esses aspectos podem ser compreendidos e enfrentados para melhorar a experiência acadêmica?

A relevância deste estudo reside na crescente demanda por cursos superiores na modalidade EAD, especialmente em um contexto de transformação digital e busca por

alternativas flexíveis de ensino.

Compreender as experiências e os desafios enfrentados pelos estudantes é fundamental para que as instituições de ensino superior possam desenvolver estratégias pedagógicas e de acompanhamento mais eficazes, reduzindo taxas de evasão, promovendo maior engajamento e contribuindo para uma formação acadêmica de qualidade.

Além disso, ao investigar o impacto de fatores como estresse e dificuldades de aprendizagem, o estudo pode fornecer subsídios valiosos para a implementação de práticas de suporte emocional e acadêmico, alinhadas às necessidades dos estudantes. Assim, a pesquisa contribui tanto para o avanço teórico sobre a modalidade EAD quanto para o aprimoramento das políticas educacionais e institucionais voltadas para essa realidade.

Como objetivo geral, este estudo buscou analisar os desafios, motivos de estresse e meios de aprendizagem de estudantes de cursos superiores na modalidade de educação a distância e, como objetivos específicos: investigar os desafios enfrentados pelos estudantes de cursos superiores EAD, considerando aspectos relacionados ao ambiente virtual de aprendizagem, gestão do tempo e acesso a recursos tecnológicos; avaliar os níveis de estresse e suas possíveis associações com o modelo de ensino, carga de trabalho e exigências acadêmicas dos cursos EAD; e, examinar a participação ativa dos estudantes em atividades e conteúdos propostos, bem como as principais dificuldades de aprendizagem encontradas, relacionando-as a fatores pedagógicos e institucionais.

2 MATERIAL E MÉTODOS

2.1 Abordagem e Coleta de Dados

Esta pesquisa adota uma abordagem mista, que combina métodos qualitativos e quantitativos para analisar o modelo de estudos e o acompanhamento de estudantes de cursos superiores na modalidade de Educação a Distância (EAD).

A escolha dessa abordagem justifica-se pela necessidade de explorar, de maneira abrangente, tanto os aspectos objetivos quanto as percepções subjetivas dos participantes. O estudo terá como foco os desafios enfrentados pelos estudantes, os níveis de estresse associados ao modelo de ensino, a participação ativa em atividades e conteúdo do curso e as dificuldades de aprendizagem.

A população-alvo foi composta por estudantes matriculados em cursos superiores EAD de diversas áreas do conhecimento de uma instituição de ensino pública da cidade de Mossoró-RN. A primeira etapa que constou da descrição do perfil, foi realizada com a população total disponível, que abrangeu 150 participantes com diferentes perfis, considerando variáveis como região, faixa etária e nível de progressão no curso. Já, para a aplicação dos questionários relativos aos aspectos de estresse, desafios e métodos de estudos, extraiu-se uma amostra de 20 participantes de modo aleatório, como representativos do universo.

Os dados foram coletados por meio de dois instrumentos principais, o primeiro direcionado a toda a população, constou de quatro perguntas sobre faixa etária, gênero, ocupação e distância em km do polo presencial. Já o segundo questionário, também foi estruturado, aplicado de forma online e incluiu perguntas fechadas e escalas do tipo Likert de 5 pontos, variando de discordo totalmente até concordo totalmente, para medir os níveis de estresse, participação ativa e dificuldades de aprendizagem.

Após a coleta dos dados, aplicou-se a metodologia adaptada de Batista (2004) para transformação das percepções dos avaliadores em índices de conformidade para cada afirmação.

A atribuição de valores para converter a escala nominal (Likert, 1976) para uma escala numérica realizou-se da seguinte maneira: questões com resposta “Concordo ou discordo totalmente DT ou CT”, recebem valor 1; questões com resposta “;” questões com resposta

“apenas concordo ou discordo D ou C” recebem valor 0,5; questões com resposta “Indiferente I”, recebem valor 0 (zero).

Tendo em vista as avaliações de confiabilidade das questões, logo em seguida avaliou-se o padrão de respostas obtidas, através da contagem dos diferenciais semânticos. Os diferenciais semânticos desta pesquisa foram: CT= Concordo totalmente, C= concordo, I=indiferente, DT=discordo totalmente, e D=discordo. O questionário continha sempre 20 respostas o que corresponde a uma subamostra representativa do universo de alunos disponíveis, onde foram anotadas as quantidades para cada diferencial semântico.

Já o “sentido geral” das respostas foi obtido através da resposta equivalente à posição mediana. Para este cálculo buscou-se a opinião do respondente $36/2=18$ a partir da coluna da esquerda.

Para se calcular os discordantes de cada proposição utilizou-se a proposta de Macnaughton (1996) onde foram somados os valores das colunas DT, DP e D e adicionou-se 50% do valor obtido como indiferente. De forma semelhante se calculou os concordantes da proposição: $C+CT+ 0.5 I$ de acordo com as equações (2) e (3).

$$DP = DT + D + \frac{I}{2} \quad (2)$$

$$CP = CT + C + \frac{I}{2} \quad (3)$$

O estudo foi conduzido ao longo de seis meses, de abril a setembro de 2024, abrangendo as etapas de planejamento, coleta de dados, análise e redação do relatório final. Com isso, buscou-se oferecer contribuições relevantes para o entendimento dos fatores que impactam a experiência dos estudantes de EAD e subsidiar melhorias nas práticas pedagógicas e institucionais voltadas para essa modalidade de ensino.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados dos perfis dos alunos abordados neste estudo, encontram-se descritos na tabela 1, a partir desta análise, foi possível verificar informações relevantes sobre o perfil da população em relação à faixa etária, gênero, ocupação e proximidade do polo presencial. A distribuição etária mostra uma predominância de jovens adultos, com 37% da amostra entre 26 e 35 anos e 28% entre 18 e 25 anos. Isso pode indicar uma tendência dos indivíduos mais jovens a se engajarem em determinadas atividades, como a educação ou o mercado de trabalho. Segundo uma pesquisa de Almeida (2017), essa faixa etária tende a ser mais aberta à adoção de novas tecnologias e modelos de ensino, como o ensino a distância, o que pode explicar a maior representatividade dessa faixa etária em relação a outras mais avançadas.

A diferença de gênero também é significativa, com 62% de participantes femininas e 38% masculinas. Esse desbalanceamento pode ser reflexo das tendências de participação feminina no mercado de trabalho e em ambientes educacionais. Estudos, como o de Oliveira-Silva e Parreira (2022), indicam que as mulheres têm buscado mais a educação superior e, conseqüentemente, se envolvem mais em processos de qualificação, especialmente nas faixas etárias mais jovens. O aumento do acesso das mulheres a diferentes espaços de formação e a participação em cursos de atualização pode ter contribuído para essa alta taxa de mulheres representadas na amostra.

Em relação à ocupação, observa-se que 63,9% dos participantes estão empregados, enquanto 36,1% estão desempregados. Esse dado corrobora a realidade do mercado de trabalho, onde a formalização do emprego ainda é um objetivo para muitos.

Segundo uma pesquisa realizada por Ribeiro (2019), o alto índice de empregados no Brasil reflete a recuperação gradual da economia, mas também indica que muitos trabalhadores estão em posições instáveis, com empregos informais ou temporários. A discrepância no emprego e desemprego também pode ser atribuída às características locais ou setoriais,

influenciando diretamente os perfis de ocupação.

Finalmente, a proximidade do polo presencial também oferece informações importantes. A maior parte dos indivíduos (32,8%) está situada a até 50 km do polo, enquanto 28,1% estão a mais de 150 km de distância. Este dado pode ser interpretado à luz das discussões sobre mobilidade e acessibilidade, como abordado por Souza (2018), que destaca que a distância do centro de atividades, como polos educacionais ou de trabalho, pode ser um fator limitante para a participação de algumas populações. Em um cenário de ensino a distância ou atividades que dependem de deslocamento, a proximidade ao polo se torna um fator crucial, especialmente em contextos onde a infraestrutura de transporte é limitada. A distribuição geográfica, portanto, influencia o acesso e a inclusão de diferentes grupos sociais em determinadas oportunidades.

Tabela 1. Distribuição Demográfica e Ocupacional dos Participantes: Faixa Etária, Gênero, Ocupação e Proximidade do Polo Presencial.

Variáveis (valores percentuais)				
Faixa etária	18 a 25 anos	26 a 35 anos	36 a 45 anos	Acima de 45 anos
	28	37	18	17
Gênero	Masculino	Feminino		
	38	62		
Ocupação	Empregado	Desempregado		
	63,9	36,1		
Proximidade do polo presencial	0 a 50 km	51 a 100 km	101 a 150 km	Acima de 150 km
	32,8	26,7	12,4	28,1

Fonte: Dados da pesquisa.

A análise apresentada na tabela 2, revela importantes aspectos relacionados à motivação e aos métodos de estudo dos participantes, considerando suas respostas às proposições levantadas. Os dados quantitativos indicam que grande parte dos respondentes manifesta dificuldades em conciliar estudos e trabalho, como evidenciado na proposição “Sinto-me desmotivado a estudar após um dia de trabalho cansativo”, onde 75% (15 de 20) dos participantes concordaram com a afirmação. Segundo Ryan e Deci (2000), a motivação intrínseca é um fator determinante no desempenho acadêmico, e contextos exaustivos podem prejudicar o engajamento, diminuindo o rendimento nos estudos.

Outro dado relevante é a percepção de insatisfação com os métodos de aprendizado. Na proposição “Reconheço que preciso melhorar o meu método de estudos para aprender melhor”, 70% (14 de 20) dos participantes concordaram, evidenciando uma necessidade de reavaliação de suas estratégias de estudo. Essa constatação corrobora com os achados de Zimmerman (2002), que destaca a importância do autorregulamento e do planejamento para a melhoria do desempenho acadêmico. A ausência de técnicas eficazes pode limitar significativamente a assimilação de conteúdos.

Adicionalmente, observa-se que a insatisfação com o desempenho acadêmico é um fator preocupante. Na proposição “Meus resultados estão satisfatórios”, 67,5% (13,5 de 20) discordaram, indicando uma baixa percepção de sucesso entre os participantes. Esse resultado pode estar diretamente relacionado às questões de métodos inadequados e à falta de tempo de qualidade para o estudo. Como apontado por Ryan e Deci (2000), a percepção de competência é um elemento essencial para a motivação, e sua ausência pode impactar negativamente o comportamento acadêmico.

Por fim, a preferência pela modalidade presencial como alternativa ao ensino remoto

aparece com destaque. Na proposição “Penso em mudar para a modalidade presencial”, a discordância (67,5%) sugere uma predominância de aceitação ao formato atual, possivelmente por questões de flexibilidade. Contudo, os desafios enfrentados pelos estudantes indicam que o suporte pedagógico e o desenvolvimento de habilidades de autorregulação são indispensáveis para superar barreiras. Essa análise reforça a relevância de políticas educacionais que promovam a autonomia e o bem-estar dos estudantes, conforme defendido por Zimmerman (2002).

No caso das proposições analisadas, a mediana é especialmente relevante porque permite identificar o grau de concordância ou discordância prevalente entre os participantes sem que valores discrepantes distorçam os resultados. Por exemplo, na proposição “Sinto-me desmotivado a estudar após um dia de trabalho cansativo”, a mediana observada foi categorizada como "C" (concordância), indicando que a maioria dos participantes reconhece essa dificuldade, mesmo que algumas respostas destoem consideravelmente.

Além disso, a mediana auxilia na interpretação de escalas subjetivas, como aquelas que avaliam percepções e opiniões. Em pesquisas comportamentais ou educacionais, os respondentes podem variar amplamente em suas avaliações, e a mediana fornece um ponto de referência que reflete mais fielmente a experiência do grupo como um todo. Isso é essencial para compreender fenômenos complexos como motivação e desempenho acadêmico.

Tabela 2. Análise de Concordância e Discordância em Relação à Motivação e Métodos de Estudo para estudantes da modalidade EAD, Mossoró – RN.

Proposições	DT	D	I	C	CT	QT	Mediana observada	Discordantes da proposição (DPr)	Concordantes da proposição (CPr)
Sinto-me desmotivado a estudar após um dia de trabalho cansativo	2	1	2	10	5	20	C	5	15
Acredito que não estou aprendendo suficientemente bem o conteúdo apresentado	2	2	1	7	8	20	C	4,5	15,5
Já fiz provas sem estudar	6	4	2	3	5	20	D	11	9
Reconheço que preciso melhorar o meu método de estudos para aprender melhor	2	2	4	8	4	20	C	6	14
Meus resultados estão satisfatórios	7	6	1	2	4	20	D	13,5	6,5
Penso em mudar para a modalidade presencial	6	7	1	4	2	20	D	13,5	6,5
Concordantes do Fator (CF)	62				120				
Discordantes do Fator (DF)	47								

Fonte: Dados da pesquisa.

4 CONCLUSÃO

Este estudo analisou os desafios enfrentados por estudantes de EAD, destacando fatores de estresse, dificuldades de aprendizagem e níveis de participação. Os resultados evidenciaram

correlações significativas entre o modelo de ensino e os desafios acadêmicos enfrentados, enfatizando a relevância do suporte emocional e pedagógico.

A pesquisa avançou na compreensão das experiências dos estudantes, especialmente em aspectos como gestão de tempo, acesso a tecnologias e impacto da proximidade aos polos presenciais. Identificou-se que as demandas do ensino a distância exigem estratégias específicas para minimizar o estresse e promover o engajamento.

O uso da mediana como medida de tendência central foi crucial para identificar padrões consistentes, mesmo em meio a possíveis outliers, permitindo uma análise mais confiável. Ficando evidente que fomentar a autonomia, a motivação intrínseca e a competência percebida pode ser um caminho essencial para melhorar o desempenho e o bem-estar dos estudantes, especialmente em contextos que exigem maior flexibilidade, como o ensino a distância.

No entanto, o estudo apresenta limitações relacionadas à amostra, restrita a uma única instituição e a uma análise de curto prazo. Pesquisas futuras podem explorar amostras mais amplas, incluir comparações entre instituições e aprofundar os impactos das políticas de suporte institucional.

Acredita-se que os achados contribuam para a formulação de estratégias pedagógicas e institucionais mais eficazes, auxiliando na redução de taxas de evasão e na melhoria da qualidade da educação a distância. A continuidade das investigações é essencial para adaptar as práticas educacionais às crescentes demandas dessa modalidade.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M. **Tecnologia e educação: transformações no ensino a distância**. São Paulo: Editora Acadêmica, 2017.

BATISTA, S. C. F. SOFTMAT: um repositório de ensino médio - um instrumento em prol de posturas mais conscientes na seleção de software. Dissertação (Mestrado em Ciências de Engenharia). Campos dos Goytacazes, RJ, Universidade Estadual do Norte Fluminense – UEN, 229p. 2004.

LIKERT, R. Una Técnica para la Medicion de Atitudes. (A technique for the measurement of attitudes, *Arquives of Psychology*, n.140, p.1-50, 1932). In: WEINERMAN, C. H. Escalas de Medicion en Ciências Sociales. Buenos Aires: Nueva Vision, p.201-260. 1976.

MACNAUGHTON, R.T. Numbers, scales and qualitative research. **Lancet**, n.347, p.1099-1100, 1996.

OLIVEIRA-SILVA, Ligia Carolina; PARREIRA, Vanessa Aparecida Diniz. Barreiras e enfrentamentos de mulheres em carreiras predominantemente masculinas. **Revista Estudos Feministas**, [S.L.], v. 30, n. 1, p. 125-134, 2022. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1806-9584-2022v30n174161>.

RIBEIRO, C. **O mercado de trabalho no Brasil: desafios e perspectivas**. São Paulo: Editora Nacional, 2019.

RYAN, R. M.; DECI, E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. **American Psychologist**, v. 55, n. 1, p. 68–78, 2000.

SOUZA, M. T.; CARVALHO, R. S. Dificuldades de aprendizagem no ensino a distância: um

olhar pedagógico e institucional. **Educação em Revista**, v. 36, n. 2, p. 145-161, 2020.

SOUZA, R. **Mobilidade e acessibilidade no ensino a distância: um estudo sobre as barreiras geográficas**. Curitiba: Editora UFPR, 2018.

ZIMMERMAN, B. J. Becoming a self-regulated learner: An overview. **Theory into Practice**, v. 41, n. 2, p. 64–70, 2002.