

PROCRASTINAÇÃO E A SATISFAÇÃO DO ALUNO

CALEBE MATTOS GARCIA DA ROSA¹; JOÃO CARLOS CENTURION RODRIGUES CABRAL²; LUCAS NEIVA SILVA³

¹*Universidade Federal do Rio Grande – calebemg@hotmail.com*

²*Universidade Federal do Rio Grande – centurioncabral@furg.br*

³*Universidade Federal do Rio Grande – lucasneivasilva@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

A procrastinação pode ser definida como uma tendência a postergar, de forma voluntária, o curso de uma ação necessária pretendida, mesmo que esse adiamento provoque consequências nocivas, como uma piora do atraso no futuro (STEEL, 2007). É considerada um padrão comportamental que afeta, de forma crônica, cerca de 15% a 20% da população geral (HARRIOTT; & FERRARI, 1996), sendo que 95% dos procrastinadores consideram esse comportamento como problemático e desejam reduzi-lo (STEEL, 2007). A procrastinação é considerada um comportamento amplamente difundido entre os estudantes (PYCHYL et al., 2000).

A literatura aponta como um perfil dos indivíduos com maior tendência a procrastinar os solteiros, desempregados e estudantes com a faixa etária entre 14 a 29 anos (BEUTEL et al., 2016). Grande parte dos estudantes consideram o comportamento como problemático e gerador de prejuízos (SAMPAIO & BARIANI, 2011). A aversão à tarefa é uma característica considerada como um forte preditor da procrastinação (AFZAL & JAMI, 2018). Assim, é possível compreender o ato de procrastinar como um comportamento de esquiva frente a um determinado estímulo aversivo (tarefas acadêmicas aversivas). Essas atividades desagradáveis costumam alterar negativamente o humor do aluno (CIARROCCHI et al., 2001).

Logo, em um contexto em que o aluno se encontra com uma baixa satisfação com o ambiente universitário, as tarefas referentes a esse ambiente tornam-se aversivas ao estudante, o comportamento de postergar tarefas desagradáveis diminui os efeitos dos sentimentos negativos resultantes da exposição do indivíduo a essas atividades (BALKIS & DURU, 2016). Çapan (2010) relata que a procrastinação pode ser compreendida como um sinal de perda de motivação acadêmica, essa baixa motivação influencia no rendimento e permanência do estudante no curso. Assim, é importante compreender os mecanismos que geram o comportamento procrastinatório, para auxiliar o estudante no processo de adaptação a universidade. Nesse sentido esse estudo busca verificar a associação entre o comportamento procrastinatório e a satisfação acadêmica.

2. METODOLOGIA

Nesse estudo foi utilizado um delineamento transversal quantitativo, aplicando os seguintes instrumentos de forma online: Questionário sociode-

mográfico, Brief Inventory of Academic Procrastination que avalia a procrastinação acadêmica e o Academic Life Satisfaction Scale para avaliar a satisfação com a vida acadêmica nos estudantes de ensino superior. A amostra foi composta por 1137 universitários brasileiros, sendo 70% (n = 795) de pessoas do sexo feminino, brancas (n = 823; 72,4%) e com média de idade de 26,3 anos (DP = 8,4). A maior parte da amostra é composta de estudantes de graduação (81%; n = 920). Foram realizadas análises de regressões lineares simples para testagem dos efeitos.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foi possível verificar que a satisfação acadêmica prevê negativamente o comportamento procrastinatório. Os resultados demonstram que cerca de 15% ($r^2 = 0,15$; $\beta = -0,39$; f (df = 1;1135) = 208,494; $p < 0,001$) da procrastinação está associada a uma baixa satisfação acadêmica nos estudantes de graduação. A relação entre as variáveis se mostrou robusta e significativa.

Por se tratar de um mecanismo de reparo do humor a curto prazo, o comportamento de postergar tarefas desagradáveis diminui os efeitos dos sentimentos negativos que resultam da exposição do indivíduo a tarefas aversivas derivadas de um contexto de baixa satisfação acadêmica (BALKIS & DURU, 2016; SIROIS & PYCHYL, 2013). Como foi destacado, a aversividade à tarefa é um aspecto muito importante para a ocorrência da procrastinação (AFZAL & JAMI, 2018). Logo, a procrastinação pode ser compreendida como um comportamento de esquiva frente a um determinado estímulo aversivo (tarefas desagradáveis alteraram negativamente o humor) (CIARROCCHI et al., 2001).

Assim a relação entre satisfação acadêmica e procrastinação é determinada pelo reforço negativo. Desse modo, o comportamento procrastinatório opera uma mudança no ambiente, diminuindo o envolvimento do aluno com as atividades desprazerosas, e é reforçado por essa mudança, aumentando as chances da procrastinação voltar a ocorrer em contextos de insatisfação (ECKERT et al., 2016).

4. CONCLUSÕES

Em suma, é possível afirmar que a satisfação acadêmica prevê negativamente o comportamento procrastinatório, na medida que, quanto menos satisfeito o estudante se sente em relação ao curso, maior a tendência dele em procrastinar as atividades acadêmicas. Esses resultados são importantes pois poderão ser utilizados para que as universidades desenvolvam estratégias que aumentem o grau de satisfação do aluno com curso, deixando a experiência com esse ambiente menos aversiva, diminuindo assim o comportamento procrastinatório.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AFZAL, Safia; JAMI, Humaira. Prevalence of academic procrastination and reasons for academic procrastination in university students. **Journal of Behavioural Sciences**, v. 28, n. 1, 2018.

BALKIS, M., & DURU, E. Procrastination, self-regulation failure, academic life satisfaction, and affective well-being: underregulation or misregulation form. **European Journal of Psychology of Education**, 31(3), 439-459, 2016.

BEUTEL, Manfred E. et al. Procrastination, distress and life satisfaction across the age range—a German representative community study. **PLoS one**, v. 11, n. 2, p. e0148054, 2016.

ÇAPAN, Bahtiyar Eraslan. Relationship among perfectionism, academic procrastination and life satisfaction of university students. **Procedia-Social and Behavioral Sciences**, v. 5, p. 1665-1671, 2010.

CIARROCHI, Joseph; CHAN, Amy YC; BAJGAR, Jane. Measuring emotional intelligence in adolescents. **Personality and individual differences**, v. 31, n. 7, p. 1105-1119, 2001.

ECKERT, Marcus et al. Overcome procrastination: Enhancing emotion regulation skills reduce procrastination. **Learning and Individual Differences**, v. 52, p. 10-18, 2016.

HARRIOTT, J., & FERRARI, J. R. Prevalence of procrastination among samples of adults. **Psychological reports**, 78(2), 611-616, 1996.

PYCHYL, T. A., LEE, J. M., THIBODEAU, R., & BLUNT, A. Five days of emotion: experience sampling study of undergraduate student procrastination. **Journal of social Behavior and personality**, 15(5), 239. 2000.

SAMPAIO, Rita Karina Nobre; BARIANI, Isabel Cristina Dib. Procrastinação acadêmica: um estudo exploratório. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, v. 2, n. 2, p. 242-262, 2011.

SIROIS, F., & PYCHYL, T. Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. **Social and personality psychology compass**, 7(2), 115-127. 2013.

STEEL, P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. **Psychological bulletin**, 133(1), 65,2007.