

A FALTA QUE A CASA FAZ: DISTANCIAMENTO DO LAR E SEUS EFEITOS NA APRENDIZAGEM E NA SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS DESLOCADOS

Inácio Augusto Rocha Silva¹;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/4355576999397926>

Murylo Gabriel Ferreira Barreto²;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/2618836531186701>

Adegilson Carvalho de Sousa³;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/3211355260513834>

Francelino Eleuterio da Silva Junior⁴;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/4419602555285783>

Cecília Cacau de Sousa Ribeiro⁵;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/5297600223904414>

Joelly Rodrigues de Oliveira⁶;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/8717659127539697>

Mateus Egilson da Silva Alves⁷.

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/3727072272574689>

RESUMO: Introdução: O ingresso na universidade marca uma mudança significativa rumo à vida adulta, sendo que a mudança para outras cidades pode acarretar diferentes desafios emocionais, psicológicos e sociais que nem sempre recebem a devida atenção. Objetivo: investigar os efeitos do distanciamento do lar sobre a saúde mental e o desempenho acadêmico de estudantes universitários deslocados. Metodologia: Trata-se de uma revisão bibliográfica de natureza teórica e exploratória, sendo realizada a partir de obras clássicas

associadas à Psicologia Educacional, Psicologia da Aprendizagem e Psicologia do Desenvolvimento. Resultados e Discussões: Os vínculos afetivos desenvolvidos desde a infância são fundamentais para formação da segurança emocional, sendo que a separação de figuras de apegos pode ocasionar sentimentos de ansiedade, insegurança e solidão. Teóricos como Carl Rogers, Wallon e Skinner trazem em suas teorias aspectos associados ao afeto, bem-estar e aprendizagem, o que reforça a ideia de que o distanciamento de casa implica níveis elevados de estresse, ansiedade e podem trazer impactos negativos para o desempenho acadêmico. Considerações finais: Diante o exposto, nota-se a necessidade de intervenções, principalmente no contexto universitário, que possam promover ambientes mais humanizados, empáticos e integradores para esses estudantes.

PALAVRAS-CHAVE: Distanciamento familiar. Estudantes universitários. Saúde mental.

THE ABSENCE OF HOME: THE EFFECTS OF BEING AWAY ON THE LEARNING AND MENTAL HEALTH OF DISPLACED UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT: Introduction: Entering university marks a significant shift toward adulthood, and relocating to other cities can bring about various emotional, psychological, and social challenges that are not always given due attention. Objective: To investigate the effects of being away from home on the mental health and academic performance of displaced university students. Methodology: This is a theoretical and exploratory literature review, based on classical works related to Educational Psychology, Learning Psychology, and Developmental Psychology. Results and Discussion: Emotional bonds formed during childhood are essential for developing emotional security. Separation from attachment figures can lead to feelings of anxiety, insecurity, and loneliness. Theories by Carl Rogers, Wallon, and Skinner address aspects related to affection, well-being, and learning, reinforcing the idea that being away from home can lead to high levels of stress and anxiety, potentially negatively impacting academic performance. Final Considerations: In light of the above, there is a clear need for interventions—particularly within the university context—that can foster more humanized, empathetic, and inclusive environments for these student

KEYWORDS: Family distancing. University students. Mental health.

INTRODUÇÃO

O ingresso na universidade marca uma transição significativa rumo à vida adulta, caracterizada por descobertas, conquistas e a construção da autonomia. No entanto, para muitos jovens, especialmente aqueles que precisam se afastar de suas cidades natais e de seus lares, essa jornada é permeada por desafios emocionais, sociais e psicológicos que nem sempre recebem a devida atenção. O distanciamento do ambiente familiar vai além

da mudança física, envolvendo uma ruptura simbólica com vínculos afetivos construídos ao longo da vida.

A casa, enquanto espaço afetivo e simbólico, representa segurança, pertencimento e estabilidade emocional. A ausência desse suporte pode desencadear sentimentos de solidão, desconexão e angústia, comprometendo tanto o bem-estar emocional quanto o desempenho acadêmico dos estudantes. Além disso, o ambiente universitário, por mais promissor que seja, é frequentemente marcado por exigências elevadas, competitividade e pressões que se tornam ainda mais intensas para aqueles que vivenciam o distanciamento do lar. Diante disso, torna-se necessário refletir sobre como esse afastamento impacta o processo de aprendizagem e a saúde mental dos estudantes, articulando tais reflexões com teorias clássicas e contemporâneas da Psicologia.

OBJETIVO

Este artigo tem como objetivo investigar os efeitos do distanciamento do lar sobre a saúde mental e o desempenho acadêmico de estudantes universitários deslocados. Para isso, busca-se: Compreender os impactos emocionais e cognitivos vivenciados por estudantes afastados de seus lares; analisar, à luz de teorias psicológicas, como esses fatores influenciam o processo de aprendizagem; apontar estratégias institucionais que possam mitigar os efeitos negativos desse distanciamento.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica de natureza teórica e exploratória, que revisita na literatura áreas da Psicologia Educacional, Psicologia do Desenvolvimento e Psicologia da Aprendizagem. Foram utilizadas obras clássicas de teóricos como John Bowlby, Jean Piaget, Henri Wallon, Carl Rogers, B. F. Skinner, além de estudos empíricos contemporâneos sobre saúde mental de universitários, pertencimento e adaptação acadêmica. A análise foi conduzida de forma qualitativa, com foco na articulação entre a teoria e prática (Piaget, 1970; Rogers, 1983; Skinner, 1974; Wallon, 1941).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Segundo a Teoria do Apego de John Bowlby (1980), os vínculos afetivos estabelecidos na infância são fundamentais para a formação da segurança emocional. A separação das figuras de apego, como pais e amigos próximos, pode gerar sentimentos de ansiedade, insegurança e solidão. Em um período de intensas mudanças, descrito por Arnett (2000) como “adultescência”, a ausência do suporte familiar direto torna-se especialmente desafiadora.

A Teoria do Desenvolvimento Cognitivo de Jean Piaget destaca que o aprendizado

resulta da interação entre a maturação biológica e o ambiente. Quando o estudante muda de contexto e perde seu ambiente familiar, pode haver um desequilíbrio na assimilação e acomodação de novos conhecimentos, dificultando a aprendizagem. A sobrecarga emocional resultante do novo ambiente pode desencadear um bloqueio cognitivo, afetando a capacidade de atenção, raciocínio e retenção (Piaget, 1970; Skinner, 1974).

Henri Wallon acrescenta que a afetividade é condição fundamental para o desenvolvimento cognitivo. Emoções como ansiedade e solidão, comuns em estudantes deslocados, comprometem diretamente o envolvimento nas atividades acadêmicas. A ausência de vínculos sociais significativos reduz a motivação e contribui para sentimentos de inadequação (Wallon, 1941). Sob outra perspectiva, Skinner propõe que os reforçadores do ambiente — como apoio emocional e validação social — desempenham papel crucial na aprendizagem. A ausência desses reforçadores, como o encorajamento familiar, pode levar a procrastinação, isolamento e a redução do engajamento acadêmico (Skinner, 1974).

Em sua abordagem centrada na pessoa, Carl Rogers enfatiza a importância de um ambiente empático e acolhedor para o desenvolvimento emocional. No contexto universitário, a falta de espaços de escuta, pertencimento e apoio psicológico compromete não apenas o bem-estar dos estudantes deslocados, mas também sua capacidade de lidar com as exigências acadêmicas (Rogers, 1983).

Estudos diversos confirmam que o distanciamento do lar é um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos emocionais. De acordo com Rosenbaum (2020), solidão, estresse e ansiedade são comuns entre universitários que vivem longe da família. Lee e Robbins (1998) apontam que a dificuldade de estabelecer novas redes de apoio contribui para sentimentos de depressão e baixa autoestima (Kuh et al., 2006; Lee & Robbins, 1998). Além disso, segundo Conley et al. (2014), níveis elevados de ansiedade estão diretamente associados ao baixo desempenho acadêmico. Outro ponto a ser ressaltado é que a ausência de suporte social enfraquece a resiliência, agravando os impactos psicológicos enfrentados pelos indivíduos (Conley et al., 2014; Crockett et al., 2007).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As instituições de ensino superior, diante dessa realidade, precisam promover ambientes humanizados, empáticos e integradores. Práticas baseadas nas ideias de Rogers — como escuta ativa, apoio psicológico e acolhimento — são essenciais. Programas de mentorias e grupos de apoio seriam importantes reforçadores positivos, que dialogando com as ideias de Skinner, poderiam contribuir para o fortalecimento da autoestima e da motivação dos alunos (Skinner, 1974).

Nesse sentido, sob o ponto de vista educacional é fundamental investir no desenvolvimento de habilidades socioemocionais, conforme propõe Henri Wallon, promovendo atividades que envolvam empatia, autorregulação e autoconsciência. A Teoria

da Autodeterminação, de Ryan e Deci (2000), complementa esse panorama ao destacar a importância do senso de pertencimento, autonomia e competência para o engajamento acadêmico (Deci, 2000; Wallon, 1941).

Portanto, é preciso reconhecer que o sucesso universitário não depende apenas do intelecto, mas da construção de vínculos, do suporte emocional e da criação de espaços que acolham a diversidade das trajetórias estudantis. Transformar a universidade em um ambiente de pertencimento é um compromisso ético e formativo que prepara os jovens não apenas para o mercado de trabalho, mas para uma vida emocionalmente equilibrada, resiliente e significativa.

REFERÊNCIAS

ARNETT, J. J. **Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties.** *American Psychologist*, v. 55, n. 5, p. 469-480, 2000. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>. Acesso em: 20 jun. 2025.

BOWLBY, J. **Attachment and loss: Vol. 3. Loss, sadness, and depression.** New York: Basic Books, 1980. 49,

CONLEY, C. S.; DURLAK, J. A.; PARENT, J. **The impact of service learning on college students' academic, cognitive, and psychosocial development.** *Educational Psychologist*, v. n. 3, p. 158-176, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/00461520.2014.916571>. Acesso em: 20 jun. 2025.

CROCKETT, L. J.; ITURBIDE, M. I.; TORRES STONE, R. A. **Acculturative stress, social support, and coping: Relations to psychological adjustment among Mexican American college students.** *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, v. 13, n. 4, p. 347-355, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/1099-9809.13.4.347>. Acesso em: 20 jun. 2025.

KUH, G. D.; KINZIE, J.; BUCKLEY, J. A.; BRIDGES, B. K.; HAYEK, J. C. **What matters to student success: A review of the literature.** Washington, DC: National Postsecondary Education Cooperative, 2006. Disponível em: <https://nces.ed.gov/ipeds/data/ipedsdataviz/stories/2006/2006-report.pdf>. Acesso em: 20 jun. 2025.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. **The measurement of experienced burnout.** *Journal of Organizational Behavior*, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>. Acesso em: 20 jun. 2025.

PIAGET, J. **The science of education and the psychology of the child.** New York: Viking Press, 1970.

ROGERS, C. R. **Freedom to learn for the 80s.** Columbus: Charles Merrill, 1983.

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. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>. Acesso em: 20 jun. 2025.

SHAPIRO, S. L.; BROWN, K. W.; ASTIN, J. A. **Toward the integration of meditation into higher education: A review of research.** *Teachers College Record*, v. 113, n. 3, p. 493-528, 2011.

SKINNER, B. F. **About behaviorism.** New York: Knopf, 1974.

WALLON, H. **Psicologia e educação da infância.** Lisboa: Estampa, 1941.