



## Desafios da Conciliação: Trabalho, Estudo e Família: Uma análise sobre a gestão do tempo e seus impactos na vida dos estudantes universitários

### Autor(res)

Olyver Tavares De Lemos Santos  
Andressa Nogueira Ferreira  
Rafael De Araújo Alves  
Sthéfani Yasmin De Lima Santos  
Júnior Evangelista Da Silva  
Simone Carina Teixeira Da Paz  
Maria Lenice De Jesus Lisboa  
Maria Letícia Silva Teixeira  
Ivonete Santos Da Conceição



### Categoria do Trabalho

1

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

### Introdução

Este artigo aborda a complexidade enfrentada por indivíduos que tentam equilibrar trabalho, estudo e vida familiar, destacando as dificuldades e impactos desse equilíbrio delicado. A pesquisa utilizou dados de quatro instituições de ensino e estudantes de três cursos diferentes (psicologia, direito e enfermagem) para explorar as experiências de quem trabalha e estuda simultaneamente. Estatísticas, como o fato de que 52% dos estudantes universitários brasileiros trabalham, ressaltam a prevalência desse desafio. O artigo busca analisar a relação entre a satisfação acadêmica e a gestão do tempo entre estudo, trabalho, família e atividades sociais.

Destaca-se a importância de uma gestão eficaz do tempo para melhorar a qualidade de vida, reduzir o estresse e fortalecer os laços familiares. A eficiência no gerenciamento do tempo pode levar a um melhor desempenho tanto no trabalho quanto nos estudos, além de potencialmente promover oportunidades de crescimento e sucesso.

### Objetivo

O objetivo deste trabalho é analisar as dificuldades enfrentadas por estudantes que trabalham e estudam simultaneamente, destacando os impactos desse equilíbrio delicado entre trabalho, estudo e vida familiar. Utilizando dados coletados de quatro instituições de ensino em Brasília, o estudo se concentra em entender a gestão do tempo desses estudantes e sua relação com a satisfação acadêmica.

### Material e Métodos

O método utilizado neste artigo envolveu a coleta de dados por meio de autoavaliação de estudantes que trabalham e estudam, provenientes de quatro instituições de ensino em Brasília: Faculdade Anhanguera de Brasília, CEUB, Uni LS e Universidade de Brasília. Os estudantes pertenciam a três cursos diferentes: Psicologia,

# 3<sup>a</sup> MOSTRA CIENTÍFICA



Anhanguera



Direito e Enfermagem. Esses dados foram utilizados como base para o estudo. Além disso, foram referenciadas pesquisas anteriores para embasar as conclusões e análises apresentadas no artigo. A abordagem metodológica priorizou a compreensão das dificuldades enfrentadas pelos trabalhadores-estudantes e os impactos desse equilíbrio delicado entre trabalho, estudo e vida familiar, visando oferecer insights para superar esses desafios e alcançar o sucesso nas diversas esferas da vida dos estudantes que enfrentam essa realidade.

### Resultados e Discussão

Este artigo analisa as dificuldades enfrentadas pelos estudantes que trabalham em conciliar suas responsabilidades acadêmicas, profissionais e familiares, com base em uma pesquisa realizada em Brasília. Foi constatado que a falta de tempo é um dos principais obstáculos, afetando tanto o desempenho acadêmico quanto o bem-estar geral. A conciliação entre trabalho, estudo e família também apresenta desafios, podendo gerar conflitos e problemas de saúde mental. A falta de tempo para o convívio familiar é uma preocupação, e a sobrecarga de responsabilidades pode prejudicar o desempenho acadêmico e profissional dos estudantes que trabalham.

### Conclusão

Diante dos desafios dos estudantes que trabalham, soluções como políticas públicas de flexibilização da jornada, apoio à creche e bolsas são urgentes. Nas universidades, ações como horários flexíveis, espaços de estudo adequados e apoio aos estudantes trabalhadores são essenciais. A criação de grupos de estudo e redes de apoio também é recomendada. O equilíbrio entre trabalho, estudo e família demanda esforço e estratégias, mas com planejamento e apoio, é possível alcançar sucesso em todas as áreas da vida.

### Referências

Almeida, R. et al. (2021). Estratégias de enfrentamento da sobrecarga de trabalho e estudo em universitários-trabalhadores. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 22(1), 125-138.

Costa, A., & Pereira, M. (2017). Dificuldades enfrentadas por trabalhadores-estudantes: Um estudo de caso em uma instituição de ensino superior. *Revista Brasileira de Estudos de População*, 34(3), 567-584.

Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP). (2019). Perfil socioeconômico e trajetória escolar dos alunos de graduação no Brasil: 2018.

Oliveira, F. et al. (2020). Desafios do deslocamento para trabalhadores-estudantes: Um estudo de caso em uma cidade brasileira. *Revista Brasileira de Transportes*, 22(4), 112-128.

Santos, E., & Lima, M. (2018). Conflitos familiares vivenciados por trabalhadores-estudantes: Uma análise qualitativa. *Psicologia em Pesquisa*, 12(2), 321-336.

