

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PAMPA**

**JULIAN SILVA DO PINHO**

**A RELAÇÃO DOS DISCENTES DO CURSO DE LICENCIATURA EM MÚSICA DA  
UNIPAMPA A PARTIR DA PERSPECTIVA DA SOCIEDADE DO DESEMPENHO DO  
FILÓSOFO BYUNG CHUL-HAN**

**BAGÉ/RS  
2023**

**JULIAN SILVA DO PINHO**

**A RELAÇÃO DOS DISCENTES DO CURSO DE LICENCIATURA EM MÚSICA DA  
UNIPAMPA A PARTIR DA PERSPECTIVA DA SOCIEDADE DO DESEMPENHO DO  
FILÓSOFO BYUNG CHUL-HAN**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
ao Curso de Licenciatura em Música da  
Universidade Federal do Pampa, como requisito  
parcial para obtenção do Título de Licenciado  
em Música.

Orientador: André Müller Reck

**Bagé/RS  
2023**



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Universidade Federal do Pampa

**JULIAN SILVA DO PINHO**

**A RELAÇÃO DOS DISCENTES DO CURSO DE LICENCIATURA EM MÚSICA DA  
UNIPAMPA A PARTIR DA PERSPECTIVA DA SOCIEDADE DO DESEMPENHO DO  
FILÓSOFO BYUNG CHUL-HAN**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Música Licenciatura da Universidade Federal do Pampa, como requisito parcial para obtenção do Título de Licenciado em Música.

Trabalho de Conclusão de Curso defendido e aprovado em: 12 de dezembro de 2023.

Banca examinadora:

Prof. Dr. André Müller Reck

Orientador

(UNIPAMPA)

Prof. Dra. Lúcia Helena Pereira Teixeira

(UNIPAMPA)

Profa. Dra. Adriana Bozzetto

(UNIPAMPA)



---

Assinado eletronicamente por **ADRIANA BOZZETTO, PROFESSOR DO MAGISTERIO SUPERIOR**, em 22/12/2023, às 03:11, conforme horário oficial de Brasília, de acordo com as normativas legais aplicáveis.

---



Assinado eletronicamente por **ANDRE MULLER RECK, PROFESSOR DO MAGISTERIO SUPERIOR**, em 22/12/2023, às 07:37, conforme horário oficial de Brasília, de acordo com as normativas legais aplicáveis.

---



Assinado eletronicamente por **LUCIA HELENA PEREIRA TEIXEIRA, PROFESSOR DO MAGISTERIO SUPERIOR**, em 26/12/2023, às 12:58, conforme horário oficial de Brasília, de acordo com as normativas legais aplicáveis.

---



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site [https://sei.unipampa.edu.br/sei/controlador\\_externo.php?acao=documento\\_conferir&id\\_orgao\\_acesso\\_externo=0](https://sei.unipampa.edu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **1339284** e o código CRC **97414BB5**.

---

Referência: Processo nº 23100.024696/2023-31 SEI nº 1339284

Ficha catalográfica elaborada automaticamente com os dados fornecidos  
pelo(a) autor(a) através do Módulo de Biblioteca do  
Sistema GURI (Gestão Unificada de Recursos Institucionais) .

P654r Pinho, Julian Silva do

A relação dos discentes do curso de licenciatura  
em música da Unipampa a partir da perspectiva da  
sociedade do desempenho do filósofo Byung Chul-Han /  
Julian Silva do Pinho.

43 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) --  
Universidade Federal do Pampa, MÚSICA, 2024.  
"Orientação: André Muller Reck".

1. Educação musical. 2. Filosofia. I. Título.

*“O peso é a raiz da leveza, a serenidade é o senhor da inquietude.*

*Por isso, apesar de caminhar o dia inteiro, o Sábio não se afasta do seu refúgio.*

*Embora tenha visões de magnificência, ele permanece sereno e distante.*

*Sendo o soberano das dez mil carruagens, como pode ser leviano no mundo?*

*Sendo leviano, perdera sua raiz. Sendo inquieto, perderá sua soberania.”*

*Laozi*

## **AGRADECIMENTOS**

À minha irmã Louise e ao meu pai Jony;

À minha namorada Janaína;

Ao meu amigo Bruno;

Ao meu amigo, orientador e professor André.

## RESUMO

Esta pesquisa realizada a partir de um diálogo entre a educação musical e a filosofia, tem como objetivo entender a relação entre a vida acadêmica dos discentes do curso de Música da Unipampa com a filosofia de Byung Chul-Han, a partir de suas ideias de “Sociedade do desempenho”, “Epidemia de patologias neurais” e “Excesso de positividade”. Uma sociedade do desempenho, na ideia do filósofo, é uma sociedade na qual as pessoas seriam controladas a partir de motivações e metas, sendo sustentadas pelo excesso ou violência de positividade, onde as pessoas veem que nada é impossível. Segundo Chul-Han, essa sociedade nos traz uma epidemia de patologias neurais, em que as principais doenças não vêm mais através de vírus e bactérias, mas por condições internas dos indivíduos, fruto do excesso de trabalho. A produção de dados da pesquisa foi realizada a partir de um questionário online enviado aos discentes do curso. Ao total, dez discentes participaram. O intuito deste trabalho é contribuir com uma reflexão acerca de novas possibilidades para formação de professores de música.

**Palavras-chave:** Educação musical. Filosofia. Sociedade do desempenho.

## ABSTRACT

This research realized by a dialogue between music education and philosophy, has the objective to understand the relation between the academic life of the students from the course of graduation in music in Unipampa, with the philosophy of Byung Chul-Han, from his ideas of "Achievement society", "Excess of positivity" and "Epidemic of neural illnesses". An achievement society, in the view of the philosopher, is a society control by motivations and goals, sustained by a excess or violence of positivity, making the people think that nothing is impossible. According to Chul-Han, this society take us to a epidemic of pathologic illnesses, when the illnesses no more comes from virus or bacterias, but internal conditions of the individual, product from the excess of work. The production of data to this research was made by a online questionnaire, them was send to the students by e-mail. In total, ten students answered. The intention of this work is contribute with a reflection about the new possibilities for the training of music teachers.

**Keywords:** Music education. Philosophy. Achievement society.

## LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Currículo dos participantes	23
Gráfico 2: Ocupação dos discentes	24
Gráfico 3: Sobrecarga dos participantes com a vida acadêmica	24
Gráfico 4: Demanda acadêmica	25
Gráfico 5: Percepção sobre o aprendizado	25
Gráfico 6: Momentos livres, de lazer/descanso dos participantes	26
Gráfico 7: Saúde mental dos participantes	26

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b>	<b>11</b>
<b>2 CONCEITOS GERAIS E REVISÃO DE LITERATURA</b>	<b>13</b>
2.1 Filosofia	13
2.2 Byung Chul-Han – Vida e obra	15
2.3 Epidemia de patologias neurais	16
2.4 Sociedade do desempenho	16
2.5 Violência da positividade	17
2.6 Saúde mental no ensino superior	18
<b>3 METODOLOGIA</b>	<b>22</b>
<b>4 ANÁLISE DOS RESULTADOS</b>	<b>27</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>38</b>
<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>41</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Este trabalho apresenta uma pesquisa realizada na área da educação musical com um viés filosófico. O objetivo dessa investigação foi a de compreender a relação entre a vida acadêmica e a vida pessoal de discentes do curso de Licenciatura em Música da UNIPAMPA<sup>1</sup>, campus Bagé, com a perspectiva da sociedade do desempenho, do filósofo Byung Chul-Han, tomando como principais pontos a sociedade do desempenho, o excesso de positividade e a epidemia de patologias neurais. Para alcançar esse objetivo, foi feito um questionário em uma plataforma online, enviado por e-mail aos discentes, o qual foi respondido por dez pessoas.

A ideia de abordar este tema como foco do meu trabalho de conclusão de curso surgiu a partir do momento em que comecei a me familiarizar com a filosofia de Byung Chul-Han, apresentada a mim por um amigo. Com base em uma outra pesquisa que estava realizando, em relação aos discentes guitarristas do curso de Licenciatura em Música e seus estudos durante a pandemia, notei que algumas questões que Han trata no livro “Sociedade do cansaço” (2017) estavam presentes nos depoimentos dos alunos. Também tive memórias de situações que ocorreram durante a minha graduação neste mesmo curso.

Durante a minha graduação, senti na pele uma sobrecarga de tarefas relacionadas à vida acadêmica, o que me desencadeou alguns problemas de saúde. Vi colegas meus entrarem em estágios de colapsos mentais. A busca por produzir cada vez mais e mais, ignorando completamente outros fatores, era incentivada por alguns agentes, o que ocasionou situações realmente críticas. Notei que, em meio a toda essa produção, alguns discentes, principalmente quem estava presente ativamente em congressos, eventos ou simplesmente tentando sempre gabaritar os trabalhos dos componentes curriculares, não tinham aprendido noções básicas que realmente precisavam saber para serem professores de música, ou sequer sabiam o que estavam fazendo no momento ou o que estavam aprendendo, pois encontravam-se cansados e sobrecarregados demais para refletirem sobre qualquer assunto de uma maneira profunda.

Ainda em relação à minha experiência como discente do curso, no primeiro momento na graduação fui movido por essa onda de produtividade, mas após

---

<sup>1</sup> Universidade Federal do Pampa

algumas situações, decepções, frustrações e adoecimento mental, decidi levar a graduação de uma forma mais gradual e adaptada à minha situação, priorizando o meu aprendizado, em vez do número de produções. Então, a partir da leitura do filósofo Byung Chul-Han e da minha vivência como discente no curso, decidi investigar e pesquisar o que estava acontecendo no curso: por que as pessoas adquirem problemas de saúde mental é algo comum no meio acadêmico, assim como não se deixarem ter momentos de lazer e descanso?

Como um grande entusiasta da filosofia, tratei com meu orientador a possibilidade de se realizar uma pesquisa com esse viés. Ele me deu o aval para essa possibilidade e começamos a trabalhar desde então. No primeiro capítulo, abordo a possibilidade do atravessamento entre a educação musical e a filosofia; em seguida, apresento detalhadamente a teoria de Byung Chu-Han; logo depois, trago alguns trabalhos que abordam a saúde mental na universidade, tema que será recorrente nessa pesquisa. Por fim, apresento a metodologia utilizada para realizar a pesquisa, e em seguida, a interpretação dos resultados obtidos durante a produção dos dados, encaminhando algumas considerações e possíveis contribuições desse trabalho para a discussão sobre os currículos de formação de professores de música.

## 2 CONCEITOS GERAIS E REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 Filosofia

Dentre os diversos campos com os quais a educação musical dialoga, está inclusa a filosofia. Segundo Arroyo (2002), o termo educação musical abrange todas as situações que envolvam ensino e/ou aprendizagem da música, seja no âmbito dos sistemas escolares e acadêmicos, seja fora deles. Ainda segundo a autora, a educação musical ocupa-se com outros contextos além da escola. Então, o termo abrange todas as situações que envolvam ensino e/ou aprendizagem de música, seja no âmbito dos sistemas escolares e acadêmicos, seja em outros espaços.

Um dos autores que contribui muito para a possibilidade desse diálogo entre filosofia e música é o educador musical Rudolf-Dieter Kraemer (2000). Segundo ele “a pedagogia da música ocupa-se com as relações entre pessoa(s) e música(s), ela divide seu objeto com as disciplinas chamadas ocasionalmente de ‘ciências humanas’” (KRAEMER, 2000, p.52).

Já para Bowman e Frega (2012), em toda a forma de ensino está presente a filosofia, sendo fundamental a sua presença. De acordo com os autores, o educador musical deve perceber-se, também, como filósofo, possibilitando a abordagem abrangente das questões e de seus fundamentos teóricos (BOWMAN, FREGA, 2012). Ainda segundo os autores,

A reflexão a partir da filosofia é um processo em cada profissional da área da educação é obrigado a participar, pois nem a prática musical, plano de estudo, convicção etc., estão isentos dessa reflexão, pois não se tratam de questões de respostas definitivas, entendidas como práticas, não como doutrinas (BOWMAN, FREGA, 2012, p.27 - 30).

O pensamento filosófico que estudamos hoje data desde o mundo ocidental antigo, primeiro quando ele era atrelado ao pensamento religioso, no qual se baseavam as leis e a vida cotidiana da sociedade, respondendo questões como “De onde viemos?”, “Para onde vamos?” ou “Qual é o nosso propósito?”. Esse pensamento filosófico-religioso orientava a sociedade nas questões sociais, na astronomia, na arquitetura e na agricultura, assim como o governo da época nas questões burocráticas internas e bélicas (TURNER, 2018).

A partir de um momento, por volta do século VII antes da era comum, o pensamento filosófico passou a ser usado para relativizar e questionar essas ditas verdades, tendo fortes escolas de pensamento na Grécia antiga, China antiga e Índia antiga. Na Grécia, Tales de Mileto, um importante sábio, matemático e arquiteto. Considerado o primeiro filósofo grego, rejeitou toda a tradição religiosa vigente na Grécia antiga e levantou a questão “De onde viemos?”, apontando que a resposta seria da água, mostrando rejeição às tradições religiosas da época e abrindo uma nova escola de pensamento que moldaria a sociedade ocidental (MACIEL JUNIOR, 2003).

Entendo que essa reflexão a partir da filosofia é a busca de tudo que é desconhecido e questionável na existência, como uma forma de vida voluntária no gelo e nas montanhas. Nietzsche (2018), em seu prólogo da “Genealogia da moral”, afirma que

Somos desconhecidos para nós, conhecedores, o que tem seus bons motivos... Estamos sempre a caminho, como seres alados e coletores de mel do espírito; Na verdade, no fundo do coração só nos preocupamos com uma única coisa – “trazer algo pra casa”. Em relação ao resto da vida, assim as chamadas “vivências” – quem de nós ainda é sério o bastante para isso? Ou ainda tem tempo o suficiente? Penso que nunca nos envolvemos de fato com essas coisas, nosso coração nunca esteve ali – nem mesmo nosso ouvido! Só o fizemos com aquela pessoa muito distraída e mergulhada em si mesma, em cujos ouvidos soaram com toda a violência as doze badaladas do sino, ao meio-dia, para despertá-la abruptamente, quando então ela se pergunta: “Que badaladas foram essas?”. Enquanto isso, nós também esfregamos os ouvidos, logo depois, e perguntamos surpresos e perplexos: “O que foi que vivenciamos?”, mais ainda: “Quem somos afinal?” E depois contamos, por assim dizer, todas as trêmulas doze badaladas do sino das nossas vivências, da nossa vida, do nosso ser – oh! E, então, nós nos atrapalhamos com os números... pois permanecemos necessariamente estranhos a nós mesmos, não nos compreendemos, sempre nos confundimos. Por toda a eternidade, a nossa frase é: “Cada um se sente mais distante de si mesmo – não nos conhecemos” (NIETZSCHE, 2018, p. 23-24).

A partir dessas considerações sobre a filosofia é que me aventuro nessa proposta a partir da obra do filósofo Byung Chul-Han. Porém, é importante ressaltar que este não é um trabalho filosófico, mas um diálogo entre educação musical e filosofia, baseado nos autores mencionados acima.

## 2.2 Byung Chul-Han – Vida e obra

Byung Chul-han nasceu em 1959, na Coreia do sul. Começou a estudar metalurgia em sua terra natal, porém após terminar os estudos nessa área, decidiu mudar de carreira para algo literário. Devido a uma impossibilidade disto ser feito na Coreia, mudou-se para a Alemanha. Chegou lá aos 22 anos, na década de 1980, sem falar nenhuma palavra em alemão, e iniciou sua carreira de filósofo, na Universidade de Freiburg. Em 1994, finalizou seu doutorado com uma tese sobre o filósofo Martin Heidegger, abordando a fenomenologia e o existencialismo, estudos da filosofia que buscam compreender a relação do ser humano com o mundo. Em 2000, passou a integrar o corpo docente da Universidade da Basileia, e atualmente, é professor de filosofia e estudos culturais na universidade de Berlim. Suas principais referências na área são a filosofia desenvolvida na Alemanha e na França no século XX, e abrange correntes como a fenomenologia, o existencialismo e o pós-modernismo, citando além de Heidegger, principal referência de sua tese, Jean Paul Sartre, Michel Foucault e Gilles Deleuze.

Byung Chul-Han escreveu obras como: “Sociedade do cansaço” (2017), na qual aborda a sociedade atual como um cenário patológico de distúrbios neurais causados por um excesso de positividade, que sustenta o que ele chama de sociedade do desempenho; “Agonia do Eros” (2017), em que o filósofo aborda as relações entre indivíduos na sociedade do desempenho; “Não coisas: Reviravoltas do mundo da vida” (2022), que aborda como perdemos nossa relação com o mundo por sermos desligados das coisas por nossa ostensiva relação com informações; e “Vita Contemplativa: Ou sobre a inatividade”, na qual aborda o pouco espaço e tolerância para a inatividade<sup>2</sup> nos dias de hoje. Em geral, aborda problemas e questões que nos permeiam o século XXI. Por um tempo, o filósofo se recusou a dar entrevistas e raramente divulga seus dados pessoais, não tem *smartphone*, ouve apenas música analógica e passa grande parte de seu tempo cultivando um jardim.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Esse termo, segundo o filósofo, é um fazer feito a partir de possibilidades já latentes nas coisas, contrária a uma intervenção mais voluntária e ativa.

<sup>3</sup> Todas as informações sobre a vida pessoal de Byung Chul-Han foram extraídas de uma de suas raras entrevistas, para o jornal “El País”, da Espanha, realizada por Francesc Arroyo em 2014. ARROYO, F. Aviso de derrumbre, **El País**, Espanha, mar. de 2014. Disponível em: <[https://elpais.com/cultura/2014/03/18/actualidad/1395166957\\_655811.html](https://elpais.com/cultura/2014/03/18/actualidad/1395166957_655811.html)>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.

### 2.3 Epidemia de patologias neurais

Han aponta no seu livro “A sociedade do cansaço” (2017) que houve uma mudança de paradigma na sociedade ocidental após a dissolução da URSS (União das Republicas Socialistas Soviéticas), momento histórico em que ocorreu o fim da polarização da guerra fria, que deu início à hegemonia do liberalismo econômico. Han, utilizando metáforas com termos da medicina, se refere a esse período como “período imunológico” (HAN, 2017), no qual, utilizando de leis e rigidez, se procura repelir o “inimigo”, como, por exemplo, fizeram as diversas ditaduras que as potencias da guerra fria apoiaram, com o intuito de diminuir e aniquilar a influência do outro, como uma vacina ou um remédio fariam a um vírus ou a uma bactéria.

Após a contextualização histórica, ele aborda as enfermidades propriamente ditas, que marcaram cada período histórico. O período das enfermidades que marcou o séc. XX (período que se refere ao imunológico) é o bacteriológico e viral (HAN, 2017), no qual a doença vem de fora do indivíduo. Conforme o autor, existe um “intruso” no corpo do sujeito que precisa ser combatido com vacinas e antibióticos (assim como a própria sociedade imunológica, para a qual Han utiliza essa metáfora: o “intruso” como a ideia ou o próprio sujeito “diferente” ou “estrangeiro”, e a vacina e antibiótico como a lei e a rigidez).

Porém, com a queda da cortina de ferro e o fim da polarização ideológica, passou a não existir mais o “inimigo”, visto que não se tem mais motivo para esconder do outro os principais problemas do modelo econômico vigente. Com o avanço desenfreado do liberalismo pelo mundo, sistema em que não é mais necessário se preocupar com o “inimigo” e com o avanço da medicina viral, surge o período de enfermidades neuronais, no qual a doença não surge de fora, mas de dentro do próprio indivíduo.

---

## 2.4 Sociedade do desempenho

Influenciado por Foucault, Han (2017) afirma que o paradigma da sociedade disciplinar observada pelo filósofo francês já não é mais o que se vê na sociedade ocidental, e sim o que ele chama de sociedade do desempenho, que surgiu e se consolidou com o avanço desenfreado do liberalismo pelo mundo. Segundo o autor:

A sociedade do século XXI não é mais a sociedade disciplinar, mas uma sociedade de desempenho. Também, seus habitantes não se chamam mais sujeitos de obediência, mas sujeitos de desempenho e produção. São empresários de si mesmos (HAN, 2017, p. 23).

Em linhas gerais, é uma sociedade em que os indivíduos são controlados por projetos, iniciativas e metas, no lugar de leis, mandamentos ou disciplina. Dentro de uma lógica liberal e capitalista, o objetivo é sempre maximizar a produção. A partir de um determinado ponto, a técnica disciplinar se choca rapidamente com seus limites, necessitando a troca de um paradigma, que ao invés de produzir indivíduos obedientes, produz indivíduos mais flexíveis, fazendo que o controle dele não venha de um agente externo, e sim de si mesmo (HAN, 2017).

## 2.5 Violência da positividade

A principal ferramenta de controle da sociedade do desempenho é o excesso de positividade, que Han (2017) chama de esquema positivo do poder. Um exemplo recente é o slogan da campanha presidencial do candidato Barack Obama, *Yes, we can*. Esse esquema positivo de poder cria uma ilusão de liberdade, de que os indivíduos são senhores ou empresários de si mesmo, aplicando a tudo a lógica de uma empresa, o que faz com que a cobrança por mais produção e por disciplina venha de dentro, com os indivíduos renunciando à própria saúde em prol dessa produção, o que acaba desencadeando uma epidemia neuronal.

O sujeito de desempenho está livre da instância externa de domínio que o obriga a trabalhar ou que poderia explorá-lo. É senhor e soberano de si mesmo. Assim, não está submetido a ninguém ou está submetido apenas a si mesmo. É nisso que ele se distingue do sujeito de obediência. A queda da instância dominadora não leva a liberdade. Ao contrário, faz com que

liberdade e coação coincidam. Assim, o sujeito de desempenho se entrega à liberdade coercitiva ou à livre coerção de maximizar o desempenho. O excesso de trabalho e desempenho agudiza-se numa auto exploração. Essa é mais eficiente que uma exploração do outro, pois caminha de mãos dadas com o sentimento de liberdade. O explorador é ao mesmo tempo o explorado. Agressor e vítima não podem mais ser distinguidos. Essa auto referencialidade gera uma liberdade paradoxal que, em virtude das estruturas coercitivas que lhes são inerente, se transforma em violência. Os adoecimentos psíquicos da sociedade de desempenho são precisamente as manifestações patológicas dessa liberdade paradoxal (CHUL-HAN, 2017, p. 29-30).

Em resumo, enquanto a sociedade disciplinar de Foucault suprime a liberdade, a sociedade do desempenho neoliberal explora essa liberdade através do excesso de positividade. Essa violência da positividade, ou esquema positivo de poder, faz com que os indivíduos se desumanizem, aplicando sua vida à lógica de uma empresa, sempre procurando aperfeiçoamento e metas, trabalhando até caírem em colapsos mentais.

## **2.6 Saúde mental no Ensino Superior**

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS; World Health Organization – WHO), a saúde mental é o estado em que o indivíduo consegue perceber suas próprias habilidades, as tensões normais da vida, consegue trabalhar de maneira proveitosa e é capaz de fazer uma contribuição para a comunidade (WHO, 2004). O meio acadêmico é conhecido por nutrir fatores negativos na saúde mental de quem faz parte dele. Na literatura científica, a saúde mental dos universitários é um tema crescente, principalmente devido ao aumento da prevalência de transtornos psicológicos. As pesquisadoras Vivian Daniela de Lima, Ailana Garcia Meira, Maria Luiza Lennaco e Lelia Moura publicaram uma revisão de literatura sobre saúde mental na universidade (DE LIMA; MEIRA COSTA; VASCONCELLOS; LOURENÇO, 2022), cujos resultados serão discutidos a seguir, para uma melhor compreensão do contexto deste trabalho.

Segundo as autoras, houve um aumento considerável dessa temática em pesquisas entre os anos 2011 e 2018. Foi feita uma revisão sistemática de literatura entre os meses de abril e dezembro de 2019, na *Psycinfo*, referência de publicações na área da psicologia e na área da saúde, na *Dialnet*, base de dados internacional

especializada em língua espanhola do campo das ciências humanas e sociais, na *SciELO Brasil*, responsável por inúmeras publicações nacionais, na *PePsic*, especializada em publicações de psicologia e saúde na América Latina e na *Web of Science*, uma base de dados mais geral, usando palavras chave relacionadas a saúde mental no ensino superior.

Dos 9923 artigos revisados, apenas 161 abordaram a temática segundo os critérios estabelecidos. O país que concentrou a maior parte dessas publicações foi o Brasil, seguido de Estados Unidos, Espanha, Colômbia e México. Segundo as autoras, a maioria dessas publicações foi destinada a identificar a prevalência de sofrimento mental na população universitária, bem como analisar fatores de risco e proteção, estratégias de enfrentamento e qualidade de vida. Outro ponto ressaltado pelo artigo é a baixa frequência de artigos relacionando depressão e ideação suicida, visto em apenas dois estudos. Além disso, as autoras destacam que a metodologia de grande parte das pesquisas relacionadas à saúde mental na universidade, mais de noventa por cento, são de abordagem quantitativa. Nesse estudo, não foram incluídas teses e dissertações.

Vizzoto et al. (2017) destacam a ansiedade dos discentes recém-chegados a universidade, que precisam sair de casa de seus familiares, apontando-os como os mais vulneráveis (VIZZOTTO et al., 2017). Arias et al. (2015) elencaram alguns fatores que contribuem para a ansiedade no circuito acadêmico, como insatisfação com o curso, dificuldades nas relações interpessoais no ambiente acadêmico, questões familiares, econômicas e afetivas, o baixo apoio social e a necessidade de ter que fazer uma atividade concomitante a universidade para completar a renda. Casari et al. (2014) realizaram uma investigação sobre as estratégias para lidar com a ansiedade no meio acadêmico, apontando como principais as baseadas em evitação, descarga emocional e a busca de gratificações alternativas.

Yu et al. (2015) apontam que a baixa escolaridade dos pais e a situação socioeconômica insatisfatória da família aumentam o nível de depressão entre os acadêmicos. Para Zhai et al. (2016), a situação financeira dos discentes que vão estudar em outra cidade ou país é um fator de adoecimento, além da própria distância, que acarreta a perda de conexões sociais. Nesse contexto, nem sempre se consegue estabelecer novas relações afetivas, favorecendo situações de desamparo e solidão, fatores que aumentam o risco de manifestação de sintomas depressivos. Cybulski & Mansani (2017) e Fawzy & Hamed (2017) apontam que, além disso, o baixo

desempenho acadêmico, a insatisfação com o curso e o baixo desempenho social são fatores fortemente relacionados com a depressão em meios acadêmicos. No estudo feito por Santa e Cantilino (2016), foi observado que os estudantes de medicina sofrem com índices de suicídio maiores que os demais cursos de graduação, isso sucedido por transtornos psiquiátricos, abuso de substâncias ilícitas e pressão psicológica, o que, combinado aos fatores citados anteriormente, aumenta a ideação suicida de modo significativo.

O estresse é outro fator apontado por Fawzy & Hamed (2017), além da ausência de suporte social, da alta expectativa parental, da falta de relacionamento saudável entre professores e alunos e da necessidade de organização do tempo. A adaptação a um universo extremamente novo ao indivíduo que recém sai do ensino médio e precisa fazer essa transição em pouco tempo, para se adaptar melhor às novas demandas e exigências, como a mudança de rotina, o volume de temas de estudo, a complexidade maior dos componentes curriculares, a frequência de avaliações e a sobrecarga de conteúdos, e também, igualmente importante, a adaptação de estudantes que estudam em cidades diferentes da sua cidade natal, necessitando ainda mais de uma adaptação rápida à nova cidade, acompanhada da separação familiar e do estabelecimento de novas relações interpessoais.

Ao abordar as estratégias de enfrentamento desses transtornos entre estudantes, a literatura também aborda as estratégias mal adaptativas, tais como o uso de medicamentos sem supervisão médica, o uso de álcool e substâncias ilícitas (DEASY et al., 2014; FAWZY & HAMED, 2017). Jensen et al (2016) realizaram um estudo na Austrália e identificaram uma forte tendência dos estudantes ao uso de medicamentos estimulantes, com o intuito de lidar com essa rotina e sobrecarga de tarefas, com os autores argumentando que essa é uma estratégia mal adaptativa, pois ocasiona prejuízos para a saúde.

De lima et al (2023) notaram em sua revisão bibliográfica uma falta de abordagem em relação à preservação da saúde mental. A pesquisa de Sarrionandia et al (2018) verificou que a habilidade de gerenciar as próprias emoções é um fator que contribui para o enfrentamento das rotinas universitárias. Outra pesquisa que aponta fatores importantes para uma melhor saúde mental de estudantes é a de Namalyongo et al (2013), tais como hábitos de vida saudável e uma boa qualidade de sono, que seriam fundamentais para evitar problemas neuronais.

Diante dos resultados apresentados por De lima et al (2023), conclui-se que é imprescindível criar espaços de escuta, que promovam a conscientização e a educação acerca do tema saúde mental, assim como intervenções que auxiliem os discentes a ampliarem o manejo e as estratégias de enfrentamento. Segundo os autores, “[...] o processo de saúde-doença no ensino superior é influenciado por uma serie de variáveis: pessoais, familiares, econômicas, institucionais, sociais e culturais – o que reflete a multidimensionalidade da temática” (DE LIMA et al, 2023, 318).

### 3 METODOLOGIA

Esta pesquisa é um estudo qualitativo. A pesquisa qualitativa tem como objetivo compreender as qualidades de um fenômeno específico, em um determinado contexto, buscando conhecer uma realidade específica em profundidade, evitando generalizações, considerando que cada local e momento possuem características específicas (PENNA, 2015). Outras características desse modelo de pesquisa é o seu caráter interpretativo durante toda a produção do trabalho e a relação que o pesquisador estabelece com o campo de pesquisa e com os seus participantes.

Foi utilizado um questionário para a obtenção de dados na pesquisa. Embora esse instrumento seja comum em vários tipos de pesquisa quantitativa (*surveys*), Penna (2015) afirma que também pode ser usado em pesquisas qualitativas. Na pesquisa qualitativa, porém, o questionário seria mais flexível, contendo perguntas que podem ser ou não respondidas (PENNA, 2015). Além disso, em relação ao questionário, deve-se levar em conta a sua possível baixa taxa de retorno, assim sendo preciso buscar formas de motivar sua devolução.

O questionário desta pesquisa foi feito na plataforma de formulários do Google (*Google Forms*). Foi, então, enviado para o e-mail da coordenação do curso de Licenciatura em Música, que o encaminhou no 6/09/2023 para todos os discentes do curso, sendo reforçada e incentivada a participação a partir de meios não formais, como *Whatsapp*. O critério de participação na pesquisa foi somente estar cursando o curso de Licenciatura em Música da Unipampa. As perguntas foram elaboradas junto ao orientador, sendo todas de múltipla escolha, com respostas “Sim” ou “Não” como alternativa, somente, mas com a possibilidade de o participante poder escrever algo relacionado à sua resposta em uma caixa de diálogo. Apenas uma questão, referente ao currículo do participante, não tinha esse formato. A análise final de dados foi feita com essas contribuições voluntárias nas caixas de diálogo. No final do questionário, havia também um espaço permitindo que o discente pudesse deixar mais alguma contribuição relacionada ao tema da pesquisa.

As perguntas foram:

- 1) Qual seu currículo?
- 2) Você possui algum trabalho além da Universidade?
- 3) Você se sente sobrecarregado com as demandas da vida acadêmica?

4) Você possui alguma estratégia/rotina/organização para lidar com a demanda da vida acadêmica?

5) Visto as exigências acadêmicas do ensino superior, você considera estar efetuando as aprendizagens propostas pela formação do curso?

6) Você considera que a demanda da vida acadêmica interfere no seu momento livre, de lazer/descanso?

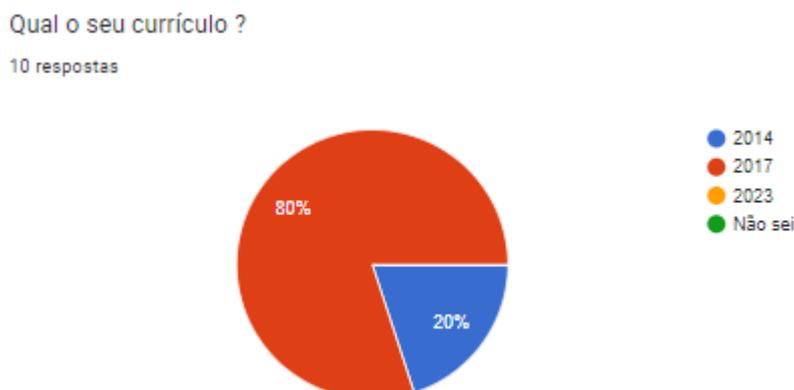
7) Você desenvolveu algum problema de saúde mental (estresse, depressão, ansiedade etc.) durante sua graduação em decorrência da demanda acadêmica?

Dez discentes responderam ao questionário e alguns fizeram contribuições nas caixas de diálogo, deixando a sua resposta mais específica, de modo que elas pudessem ser interpretadas de uma maneira qualitativa. Para fins de anonimato, os nomes reais foram substituídos por pseudônimos a fim de evitar qualquer tipo de constrangimento aos participantes.

Dessa forma, os participantes que contribuíram na caixa de diálogo não obrigatória do questionário serão reconhecidos como Yukiko, discente do currículo de 2014, e os demais como Garu, Jill e Tuti, do currículo de 2017. Também tomamos o cuidado ao selecionar respostas, visto que alguns discentes utilizaram o espaço para relatar insatisfações pessoais com o curso. Embora críticas, quando construtivas, sejam sempre bem-vindas, neste caso não estavam relacionadas ao objetivo deste trabalho. Por isso, mesmo diante da possibilidade da aparição desse tipo de respostas, separamos críticas de insatisfações pessoais.

A primeira pergunta era relacionada ao currículo do discente:

**Gráfico 1:** Currículo dos participantes.



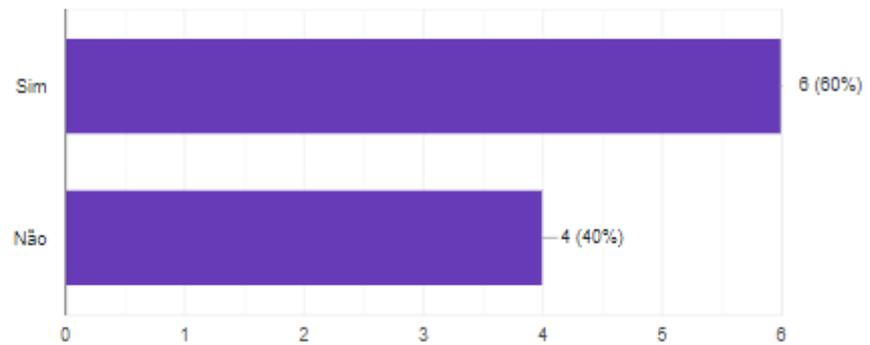
Fonte: autoria própria (2023).

Na segunda pergunta, o discente deveria responder se tinha alguma outra ocupação além da universidade:

**Gráfico 2:** ocupação dos discentes.

Você possui algum trabalho além da universidade ?

10 respostas



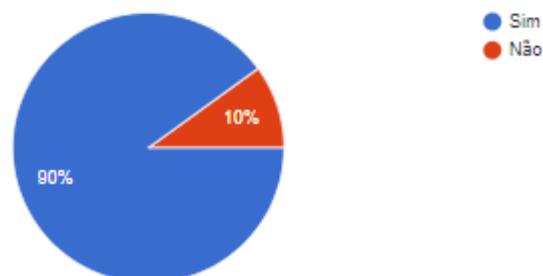
Fonte: autoria própria (2023).

A terceira pergunta era relacionada à sobrecarga dos discentes:

**Gráfico 3:** sobrecarga dos participantes com a vida acadêmica.

Você se sente sobrecarregado com as demandas da vida acadêmica ?

10 respostas



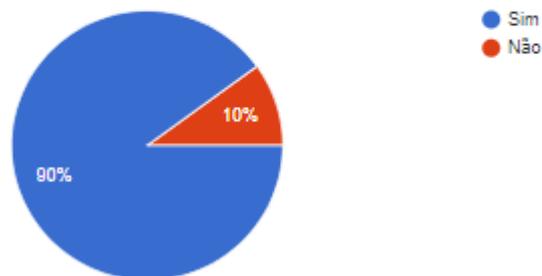
Fonte: autoria própria (2023).

A quarta pergunta era relacionada a estratégia e organização dos discentes, frente à demanda acadêmica:

**Gráfico 4:** demanda acadêmica.

Você possui alguma estratégia/rotina/organização para lidar com a demanda da vida acadêmica ?

10 respostas



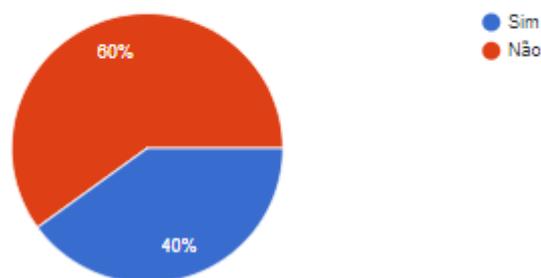
Fonte: autoria própria (2023).

A quinta pergunta questionava se o discente sentia que estava efetuando as aprendizagens do curso:

**Gráfico 5:** percepção sobre o aprendizado.

Visto as exigências acadêmicas do ensino superior, você considera estar efetuando as aprendizagens propostas pela formação do curso ?

10 respostas



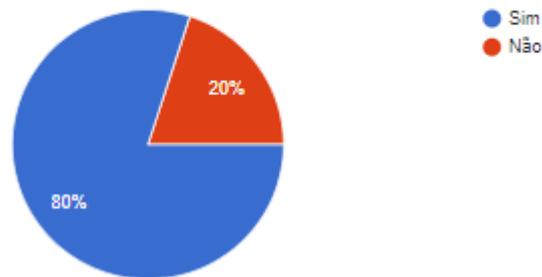
Fonte: autoria própria (2023).

A sexta pergunta questionava se a demanda acadêmica interferia no seu momento de lazer e descanso:

**Gráfico 6:** momentos livres, de lazer/descanso dos participantes.

Você considera que a demanda da vida acadêmica interfere no seu momento livre, de lazer/descanso ?

10 respostas



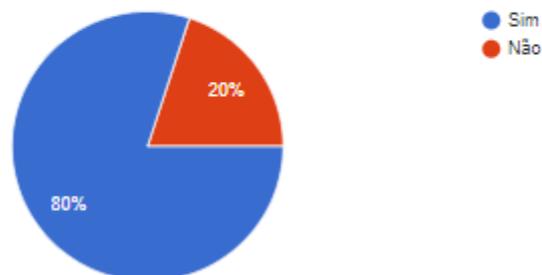
Fonte: autoria própria (2023).

A última pergunta questionava se o discente tinha desenvolvido algum problema de saúde mental durante a graduação:

**Gráfico 7:** saúde mental dos participantes.

Você desenvolveu algum problema de saúde mental (Stress, depressão, ansiedade, etc.) durante sua graduação em decorrência da demanda acadêmica ?

10 respostas



Fonte: autoria própria (2023).

## 4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

A seguir, será feita a análise de dados com base no questionário e nas leituras de Byung Chul-Han, principalmente a partir de seus conceitos de “Sociedade do desempenho”, “Epidemia de patologias neurais” e “Excesso de positividade”.

No questionário respondido pelos discentes, quando perguntamos se estariam efetuando as aprendizagens propostas pelo curso, foi feita a seguinte afirmação,

Sinto algumas lacunas na formação por estar sempre com muitas cadeiras e muitas vezes é difícil conseguir aproveitar o potencial que cada componente poderia oferecer (TUTI, questionário).

Em um trecho de outra resposta, uma discente diz que

Às vezes a carga horária está tão cheia que não consigo me aprofundar em todos os componentes ou participar de outras atividades (JILL, questionário).

Aqui podemos ver um dos pilares do que Byung Chul-Han afirma sustentar o excesso de positividade: o excesso de informação (HAN, 2017). Essa “lacuna” ou “não aprofundamento” se deve aos discentes estarem matriculados em muitos componentes curriculares e com a carga horária cheia, tendo que fragmentar sua atenção para muita coisa, impossibilitando o aprofundamento, ou seja, enxergamos aqui um excesso de informação. Segundo Han, esse excesso de informação e de estímulos modifica radicalmente a atenção, transformando-a no que ele chama de *hyperattention*, ou hiper atenção (HAN, 2017), necessitando o ser humano ser multitarefa ou *multitasking*<sup>4</sup>.

Essa hiper atenção seria uma rápida mudança de foco entre diversas atividades ou fontes informativas e processos. Cria no indivíduo multitarefa a necessidade de desempenhar muitas tarefas e papéis ao mesmo tempo, gerando uma atenção bastante ampla no sentido de informações, porém rasa no sentido de aprofundamento. Para Han, os dois exemplos significam um retrocesso. O autor

---

<sup>4</sup> Na área da educação musical, algumas discussões já contemplam essa percepção, como por exemplo, Sahão (2023). Para o autor, “Atualmente vivemos submersos em uma quantidade exacerbada de estímulos e informações, geralmente revisitados diária e frequentemente através dos dispositivos moveis, como *smartphones* e *cadgets*”(p. 2)

compara o indivíduo *multitasking* a um animal selvagem, pois um animal, no exercício da mastigação de seu alimento, tem que se preocupar com sua proteção, vigiar sua prole e ficar de olho em seu parceiro. Resumidamente, um animal não pode se dar ao luxo de ter uma atenção mais aprofundada do que tem diante de si, pois precisa elaborar o que tem atrás de si (HAN, 2017).

O filósofo também compara esse estado de *hyperattention* do indivíduo com o uso do computador e dos *smartphones*, que, para o autor, são um campo de trabalho móvel, que torna possível o trabalho em qualquer hora e qualquer lugar (HAN, 2017). Segundo Byung Chul Han (2022), o poder de quebrar e destruir nossa atenção do *smartphone* está justamente em sua permissividade, de poder mostrar o que o sujeito quer, do jeito que ele quer e a hora que ele quer, não abrindo espaço para momentos reflexivos, contemplativos ou interpretativos. Han (2022) afirma que o *smartphone* faz com que percamos a realidade através da tela, justamente por ela ser um dos principais agentes que contribuem para a hipercomunicação e para o excesso de informações na sociedade de hoje. Sua tela repleta de informações faz com que não percebamos mais as vibrações materiais da realidade, tirando a realidade do mundo (HAN, 2022).

Han, com base nas ideias de Nietzsche, reflete sobre o “ver”, isto é, nós não estamos mais habituados ao ver, que é “habituado o olho ao descanso, à paciência, ao deixar-se aproximar de si” (HAN, 2017, p. 51), o que capacitaria o olho a uma atenção profunda e contemplativa, a um olhar demorado e lento. Ainda nessa perspectiva, o autor afirma que:

Temos de aprender a “não reagir imediatamente a um estímulo, mas tomar o controle dos instintos, inibitórios, limitativos”. A falta de espírito, falta de cultura repousaria na “incapacidade de oferecer resistência a um estímulo”. Reagir de imediato e seguir a todo e qualquer impulso já seria uma doença, uma decadência, um sintoma de esgotamento (HAN, 2017, p.51, 52).

Podemos trazer essa reflexão de Byung Chul-Han para os dias de hoje, com o advento dos *smartphones*, que viraram um item de dependência para a sociedade atual, como algo que traz o excesso de informação e pede uma rápida resposta, algo característico da sociedade do desempenho.

Essa mudança de estrutura de atenção aproxima a humanidade cada vez mais da vida selvagem, de maneira que “a preocupação pelo bem viver, à qual faz parte

também uma convivência bem-sucedida, cede lugar cada vez mais à preocupação por sobreviver” (HAN, 2017, p.33). Colocando essa citação no contexto das afirmações dos discentes, a preocupação em aprender e entender realmente um conteúdo cede lugar à preocupação por concluir o semestre e a graduação.

Quando questionados se as demandas da vida acadêmica interferiam no seu momento de lazer e descanso, um discente afirmou:

Durante o semestre, meu momento de lazer envolve culpa, eu sempre estou deixando de fazer algo para ter momentos de lazer, o que é uma tortura. (YUKIKO, questionário).

Han se refere a esses momentos como tédio<sup>5</sup>. Para o autor, “se o sono perfaz o ponto alto do descanso físico, o tédio profundo constitui o ponto alto do descanso espiritual” (HAN, 2017, p. 33, 34). Desse modo, essa inquietação do estudante, descrita como culpa e tortura, não gera nada de novo, apenas reproduz o que já foi feito. Há um relato semelhante em outra resposta no questionário:

Já aconteceu muitas vezes, durante feriados ou momentos de lazer, que não consegui aproveitar porque estava pensando em tudo o que precisava fazer (JILL, questionário).

Interpretando a situação pelo olhar do filósofo, essa tolerância pequena para o tédio não admite o tédio profundo que, segundo ele, é importante para o processo criativo, visto que, no estágio de tédio profundo, nos permitimos sair de nós mesmos, mergulhando no momento e nas coisas (HAN, 2017). Na obra “Agonia do Eros”, Han (2017), afirma que o estado depressivo do indivíduo se deve ao excesso de si mesmo, uma relação consigo mesmo exageradamente sobrecarregada e pautada em um controle exagerado e doentio (HAN, 2017). O autor considera a depressão uma doença narcisista, que não é amor-próprio, é um estado em que o sujeito consegue enxergar o mundo apenas como um sombreamento projetado de si mesmo, encontrando significação apenas onde consegue de alguma forma enxergar a si mesmo. Então, se relacionamos o que ele nos mostra nessa ideia com o conceito dele

---

<sup>5</sup> O tédio, segundo o pensador, é o momento em que ficamos passivos ao nosso redor, em que deixamos de lado a nossa vida ativa e entregamo-nos mais aos acontecimentos do nosso redor.

de tédio profundo, pressupomos que o indivíduo que possui pouca tolerância ao tédio está sujeito a ter momentos depressivos.

Um dos principais pilares do que o filósofo chama de “Sociedade do desempenho”, que pode ser visto também nas respostas acima citadas, descrito como “culpa” ou “pensar no que precisa fazer”, é a ideia de que o sujeito é empreendedor de si mesmo (HAN, 2017). Essa ideia expressa bem o conceito paradoxal que o sistema neoliberal tem de liberdade, pois tendo o sujeito como chefe ou patrão de si mesmo, ele se vê como livre, na medida em que não recebe ordens de superiores. Porém, ele não é livre, pois explora a si mesmo, com uma cobrança muito maior do que se estivesse recebendo ordens. Ainda conforme o autor:

O sujeito de desempenho está livre da instância que o obriga a trabalhar ou que poderia explorá-lo. É senhor e soberano de si mesmo. Assim, não está submisso a ninguém ou está submisso a si mesmo. É nisso que ele se distingue do sujeito de obediência. A queda da instância dominadora não leva à liberdade. Ao contrário, faz com que liberdade e coação coincidam. Assim, o sujeito de desempenho se entrega a liberdade coercitiva ou a livre coerção de maximizar o desempenho. O excesso de trabalho e desempenho agudiza-se numa auto exploração. Essa é mais eficiente que a exploração do outro, pois caminha de mãos dadas com o sentimento de liberdade. O explorador é ao mesmo tempo explorado. Agressor e vítima não podem mais ser distinguidos. Essa auto referencialidade gera uma liberdade paradoxal que, em virtude das estruturas coercitivas que lhe são inerentes, se transforma em violência. Os adoecimentos psíquicos da sociedade do desempenho são precisamente as manifestações patológicas dessa liberdade paradoxal (HAN, 2017, p.29-30).

A ideia da epidemia de doenças patológicas do filósofo tem seu pilar nesse sujeito de desempenho. Segundo ele, a problemática não se encontra mais na concorrência entre os sujeitos, mas no fato de tomarem a si mesmos como concorrentes. Concorrendo consigo mesmo, ele se vê forçado a superar constantemente a si próprio sob uma coação muitas vezes destrutiva, no sentido de levá-lo a desenvolver patologias neuronais, como o *burnout* ou a depressão (HAN, 2010).

Então, com base nessas ideias, quando o entrevistado afirma se cobrar para “fazer algo” ou está pensando no que “precisa fazer” em seu momento de tédio, ele não se refere necessariamente a uma cobrança direta e externa, mas indireta e interna, de que a iniciativa e a motivação para produzir devem vir dele mesmo, mostrando que já não somos mais uma sociedade disciplinar, que não somos mais controlados por leis e rigidez, mas sim por motivações e iniciativas (HAN, 2015).

Portanto, essa “culpa” à qual se refere o estudante, interpretada pelo olhar de Byung Chul-Han, seria ocasionada pela própria sociedade do desempenho.

O sentimento de ter alcançado uma meta não é evitado “deliberadamente. Ao contrário, o sentimento de ter alcançado uma meta jamais se instaura. Não que o sujeito narcisista não queria chegar a alcançar essa meta. Ao contrário, não é capaz de chegar à conclusão. A coação de desempenho força-o a produzir cada vez mais. Assim, jamais encontra um ponto de repouso da gratificação. Vive constantemente num sentimento de carência e de culpa. E visto que, em última instância está concorrendo consigo mesmo, procura superar a si mesmo até sucumbir. Sofre um colapso psíquico, que se chama de *burnout* (esgotamento) O sujeito de desempenho se realiza na morte. Realizar-se e autodestruir-se, aqui, coincidem (HAN, 2017, p 85, 86).

Outro ponto que podemos ver nessa colocação dos discentes, bem característico da sociedade do desempenho, é a separação trabalho/não trabalho não ser transparente, sendo difícil saber quando é um ou outro. Utilizando de exemplo o relógio de ponto que existia em alguns locais de trabalho, no qual ficava bem mais visível o término de um e começo do outro, Han (2017) compara-o aos dias de hoje, em que os locais de trabalhos estão cada vez mais parecendo uma sala de estar. Para ele, essa mudança evidencia a característica do sujeito de desempenho, que não consegue distinguir quando está trabalhando e quando não está (HAN, 2017). Essa comparação fica ainda mais evidente se pensarmos o papel dos *smartphones* em nossas vidas.

O poder hoje é *smart*, na perspectiva de Chul-Han, como descrito em sua obra “Capitalismo e impulso de morte: Ensaios e entrevistas” (HAN, 2021). Um poder inteligente e amigável, que explora a liberdade do indivíduo. O filósofo associa a nossa dependência cada vez maior de *smartphones* e redes sociais como o maior indício disso. Esse poder não se impõe pela obediência, mas por curtidas e *likes*. Ele adula o oprimido ao invés de torturá-lo. Pede uma transparência cada vez maior de nossas vidas, utilizando essa ilusão de liberdade, pedindo que exponhamos cada vez mais nossas vidas.

A transparência hoje é reivindicada em nome da liberdade da informação ou da democracia. Na realidade, ela é uma ideologia, um dispositivo neoliberal. Com violência, ele põe tudo para fora para que se transforme em informação. Mais informação e comunicação significam, no modo de produção imaterial de hoje, mais produtividade, aceleração e crescimento (HAN, 2021, p. 55).

Qualquer forma de mistério, reflexão, alteridade ou estranheza representa um obstáculo nesse circuito de informações. A exibição exagerada de informações coincide com o controle, que consegue dar exatamente o que o indivíduo quer, a hora que ele quer, como se conhecesse seus pensamentos. Logo, o controle psicológico e político é possível. Não seria mais o *Big Brother*, de George Orwell, mas sim o que Han chama de *Big data*, com o *smartphone* no lugar de câmaras de tortura e prisões (HAN, 2021).

Ainda nas afirmações dos discentes acima citadas, podemos enxergar o que sustenta esse pilar do empreendedor de si mesmo, o conceito do excesso de positividade, visto por Han como um dos pilares dessa sociedade de desempenho, ou violência da positividade (HAN, 2017). Essa positividade se desvincula cada vez mais da disciplina, uma força de negação, do verbo “não poder”, para dar espaço a um indivíduo cada vez mais positivo, para quem “nada é impossível”, fazendo que esse sujeito precise da motivação e da iniciativa da positividade para aumentar cada vez mais sua produtividade (HAN, 2017).

Podemos ver o impacto disso na ascensão do mercado dos *coachs* motivacionais, que vendem cursos e livros de empreendedorismo e autoajuda, em sua grande maioria, pregando exatamente esse excesso de positividade. Esse conceito de violência da positividade vai ao encontro da “culpa” e da “tortura” citadas, ilustrando bem que, em nossa sociedade, já está bem enraizada a ideia de que devemos realizar um processo destrutivo para a nossa realização pessoal ou profissional, vendo o tédio com maus olhos, o que é reforçado ainda mais com agentes e com o excesso de informações. A positividade do poder é bem mais eficiente que a negatividade do dever, mantendo o sujeito ainda disciplinado, porém inconscientemente, devido à falsa sensação de liberdade que esse paradigma da sociedade do desempenho ocasiona (HAN, 2017).

Na questão que dizia respeito a estratégias de estudo, obtivemos em, uma das respostas, que:

Muitas vezes é necessário escolher entre matricular-se em um componente ou outro porque o curso é em turno integral, e isso dificulta muito o estabelecimento de uma rotina, além de dificultar a dupla jornada (trabalho e universidade). A minha estratégia tem sido escolher um turno do dia para trabalhar (e aí eu não me matriculo em nenhum componente deste turno) e os outros dois turnos dedico para cursar os componentes (TUTI, questionário).

Aqui podemos ver o que Byung Chul-Han conceitua como “sociedade do desempenho”, uma sociedade na qual a sobrecarga de trabalho e a auto exploração parecem ser as únicas maneiras de ele ter a vida desejada. O aluno em questão possui uma jornada dupla de trabalho e universidade, o que dificulta mais ainda no contexto de um curso em tempo integral, pois não há nenhum turno de descanso, como o mesmo afirma em outra pergunta:

Na verdade, há poucos momentos de descanso e lazer, visto que é necessário trabalhar, fazer as cadeiras e mais ter tempo de estudo em casa então não há possibilidades de conseguir descansar pois as demandas são muito altas (TUTI, questionário).

Com essas duas colocações, podemos ver que a lógica do filósofo já se encontra bem enraizada tanto na sociedade em geral, quanto no sistema educacional como um todo. O discente aceita e normaliza não ter nenhum momento de lazer, descanso ou tédio. O fato de trabalhar de forma concomitante às aulas não é uma escolha dele, é necessário para suas demandas básicas. Desse modo, observamos que o ensino superior brasileiro não é tão inclusivo quanto deveria ser, haja vista a enorme dificuldade que quem já tem um trabalho além da universidade enfrenta para ter uma graduação. Nessa colocação, também podemos ver que há uma demanda grande por tarefas e atividades extraclasse, que contribuem ainda mais para essa sobrecarga. Uma discente afirma:

Tento organizar as atividades de acordo com a urgência ou a demanda de tempo, não é sempre que consigo. Já entreguei muitos trabalhos com atraso (JILL, questionário).

Aqui se nota que, por mais que o indivíduo tente realizar as atividades propostas pelo componente curricular, sucumbindo à auto exploração como forma de vencer a sobrecarga de conteúdo, não tem um sentimento de realização de fato, ele sempre precisa produzir cada vez mais, e seu esforço parece nunca ser suficiente, o que é característica da sociedade do desempenho (HAN, 2017). Nesta outra colocação:

A partir das ofertas de matrícula tento combinar meus horários aos dias de aula, tendo muitas vezes que me adaptar ou até não fazer muitas cadeiras (GARU, questionário).

O discente em questão afirma ter a liberdade de poder se adaptar aos horários que o curso propõe e escolher os componentes curriculares que irá realizar no semestre. A sociedade do desempenho necessita de um indivíduo com mais poder sobre si mesmo, mais maleável e flexível, na medida em que não está submisso a outras pessoas que lhe dão ordens ou exploram. No entanto, ele explora a si mesmo, em troca de uma realização pessoal (HAN, 2017). Segundo Byung Chul-Han (2017), essa auto exploração é mais eficiente que a exploração alheia, pois caminha de mãos dadas com a liberdade, quando não existe a figura do dominador.

O tu podes gera coerções massivas nas quais, via de regra, o sujeito de desempenho se fragmenta. A coerção autogerada lhe parece ser liberdade, de tal modo que ela não é reconhecida como tal. O tu podes exerce inclusive mais coerção do que o tu deves. A auto coerção é muito mais fatal que a coerção alheia, pois não é possível haver nenhuma resistência contra ela. Por trás da aparente liberdade do indivíduo singular, o regime neoliberal esconde uma estrutura coercitiva; a partir daí, o indivíduo passa a não mais compreender a si mesmo como sujeito submisso (*subject to*) mas como projeto lançado. É nisso que esta sua astúcia. Quem fracassa, além do mais, acaba sendo culpado por seu fracasso. Não há ninguém que possa ser responsabilizado por seu fracasso (HAN, 2017, p.24).

Outra questão relacionada a organização dos discentes apareceu no questionário

Eu tento organizar meus horários pra não passar fome (poder continuar trabalhando no bar) e de um jeito que eu tenha algum dia livre (YUKIKO, questionário)

Vemos que aqui, a discente relata que procura de alguma maneira poder descansar durante a semana, tentando ter um dia livre. Na obra “Vita contemplativa: Ou sobre a inatividade”, de Byung Chul-Han (2023), o autor afirma que a inatividade é uma forma reluzente de existência humana, uma intensidade, que no mundo de hoje, esmaeceu até se tornar uma forma vazia de atividade, sendo ela hoje meramente o “de fora que é incluído” (HAN, 2023). Han afirma que o que restou da inatividade hoje em dia é o “tempo livre”, visto na fala da discente como “dia livre”. Esse “tempo livre” serve como uma recuperação do trabalho, logo segue preso em sua lógica, sendo um elemento funcional no interior da produção. Não é reconhecido mais um pouso sagrado ou festivo, faltando nesse tempo livre tanto a intensidade da vida quanto a contemplação (HAN, 2023). Ainda segundo o autor

Ele é um tempo que matamos a fim de não deixar nenhum tédio surgir. Não é um tempo livre, vivo, mas um tempo morto. A vida inteira significa, hoje, sobretudo mais desempenho ou mais consumo. Esquecemos que a inatividade que nada produz representa uma forma reluzente e intensa da vida. À obrigação para o trabalho e para o desempenho deve-se opor à uma política de inatividade que possa produzir um verdadeiro tempo livre” (HAN, 2023, p. 10, 11))

A mesma discente afirma sentir “culpa” nos seus momentos de descanso, nos momentos ditos livres, o que vai ao encontro do pensamento de Han. Na fala do filósofo ainda sobre essa questão, parafraseando Nietzsche:

Cada vez mais nos assemelhamos aquelas pessoas ativas que “rolam tal como pedra, conforme a estupidez da mecânica”. Dado que percebemos a vida apenas como trabalho e desempenho, compreendemos a inatividade como um deficit que deve ser corrigido o mais rápido possível. A existência humana está totalmente absorvida pela atividade. Por isso, é possível explorá-la. Perdemos o sentido da inatividade, a qual não representa uma incapacidade, uma recusa, uma simples ausência de atividade, mas uma capacidade em seu próprio direito”. (HAN, 2023, p.9)

Essa vida muito ativa que a sociedade do desempenho propõe a partir do excesso/violência da positividade ocasiona a epidemia de patologias neuronais. Segundo o filósofo, a doença neuronal é fruto de um sujeito esgotado de sua soberania, que já não possui mais força para ser senhor de si mesmo (HAN, 2017).

Na última questão do questionário, os discentes deveriam responder se desenvolveram algum problema de saúde mental durante a graduação. Oito dos dez entrevistados disseram que sim, com as respostas variando entre ansiedade e depressão. Se analisarmos as respostas dessa questão junto as respostas da pergunta sobre a efetuação dos aprendizados propostos, podemos recorrer à afirmação de Byung Chul-Han (2017):

A sociedade disciplinar ainda está dominada pelo não. Sua negatividade gera loucos e delinquentes. A sociedade do desempenho, ao contrário, produz depressivos e fracassados (HAN, 2017, p. 24, 25).

Segundo Han (2017), o sujeito do desempenho, movido por si mesmo com um excesso de positividade, leva uma vida ativa sem tolerância ao tédio, não se deixando

levar por momentos de passividade perante o mundo e as coisas, por isso acaba por desenvolver esses transtornos mentais (HAN, 2017). Segundo Han:

O sujeito de hoje, voltado narcisicamente ao desempenho, está em busca do sucesso. Sucesso e bons resultados trazem consigo uma confirmação de um pelo outro. Ali, o outro que é privado de sua alteridade, degrada-se em um espelho do um, que confirma a esse em seu ego. Essa lógica de reconhecimento enreda o sujeito narcisista do desempenho de forma ainda mais profunda em seu ego. Com isso, vai se criando uma depressão de sucesso. O sujeito do desempenho mergulha e se afoga em si mesmo (HAN, 2017, p.10, 11)

Colocando as observações do filósofo no nosso contexto, estamos correndo risco de formar profissionais enfermos de diversas patologias neurais e inseguros com sua própria formação. Vai ao encontro do que Han conceitua como a epidemia de patologias neuronais:

Visto a partir da perspectiva patológica, o começo do século XXI não é definido como bacteriológico nem viral, mas neuronal. Doenças neuronais como a depressão, transtorno de déficit de atenção com síndrome de hiperatividade (TDAH), transtorno de personalidade limítrofe (TPL) ou a síndrome *burnout* (SB) determinam a paisagem patológica do começo do século XXI. Não são infecções, mas enfartos, provocados não pela negatividade de algo imunologicamente diverso, mas pelo excesso de positividade (HAN, 2017, p.7, 8).

Os universitários do curso de música terem afirmado que adquiriram problemas de saúde mental na graduação vai ao encontro do que o filósofo afirma nessa sua principal colocação. Também se observa na universidade vários eventos com palestras e aulas voltadas para a questão da saúde mental<sup>6</sup>, o que pode ser visto como um grande passo para termos um ambiente universitário mais humano, porém, analisando os relatos dos discentes, vemos que ainda temos muito a melhorar.

Alguns participantes teceram críticas diretas ao curso no questionário, expondo seus problemas pessoais. Toda crítica a um modelo de aula e descontentamento pessoal é válido, pois o diálogo e a conversa sempre serão a chave para um ambiente melhor de trabalho. Além disso, vale ressaltar que os docentes, assim como os discentes, também podem fazer parte do modelo discutido nesse trabalho, de sujeitos

---

<sup>6</sup> Como exemplo, podemos mencionar uma roda de conversa que teve como tema “saúde mental na universidade”, realizada no dia 21/09/23, no campus Bagé.

de desempenho. No entanto, trabalho foi voltado apenas aos que cursam a graduação.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização deste trabalho permitiu-nos observar diversas relações entre o que foi dito pelos discentes do curso de Licenciatura em Música no questionário aplicado e a perspectiva de sociedade do desempenho, do filósofo Byung Chul-Han.

A partir de algumas ideias de Byung Chul Han (2021), refletimos sobre como poderíamos mudar ou melhorar a realidade apresentada nesta pesquisa. Interpretamos que o problema apresentado está na sociedade moderna de um modo geral, que os elementos da sociedade de desempenho descrita por Han (2021) já estão enraizados no mundo moderno:

O que hoje chamamos de crescimento é, na realidade, uma proliferação cancerígena e sem rumo. Vivemos atualmente um delírio de produção e de crescimento que se parece com um delírio de morte. Ele simula uma vitalidade que oculta a proximidade de uma catástrofe mortal. A produção se assemelha cada vez mais a destruição. É possível que a autoalienação da humanidade tenha atingido um grau tal que ela experimentara seu próprio aniquilamento como gozo estético (HAN, 2021, p. 7).

Han demonstra bastante ceticismo em relação à melhora desse sistema, cujos elementos foram identificados na fala de discentes do curso de Licenciatura em Música. Han (2021) explica seu ceticismo desta forma:

O sistema dominante neoliberal está estruturado de uma maneira completamente diferente. O poder que o sustenta não é mais repressivo, mas sedutor, ou seja, fascinante. Não é tão visível quanto era no regime disciplinar. Não há mais um opositor concreto, um inimigo que oprime a liberdade e contra o qual seria possível fazer uma resistência (HAN, 2021, p. 33).

Ou seja, não tendo mais um estado repressor ou qualquer outro inimigo visível, colocando as pessoas como empreendedoras de si mesmas, obrigando-as a trabalhar de uma forma auto exploradora, o sistema neoliberal colocou a luta de classes como uma luta interior consigo mesmo, de modo que o fracasso do indivíduo é somente culpa dele mesmo, ele problematiza a si mesmo em vez de problematizar a sociedade (HAN, 2021). Com base nisso, podemos afirmar que os problemas expostos durante a pesquisa não se encontram localizados no curso, mas na sociedade moderna como um todo.

A partir da interpretação dos dados que obtivemos no questionário, percebemos que a fala dos participantes contém elementos que podem ser relacionados com o pensamento do filósofo. Os discentes relataram ter tido diversos problemas de saúde mental durante a graduação, devido a uma imensa sobrecarga de trabalho. Também observamos uma tendência a não tolerar o descanso, a não ter uma separação definida do que é o trabalho e o descanso. Um fator que pode ter agravado esses problemas foi a pandemia de covid-19, visto que grande parte das pessoas tiveram que trabalhar em casa, e apenas recentemente voltaram ao formato presencial no âmbito do ensino superior<sup>7</sup>. Além disso, observamos uma tendência dos discentes a ter que produzir cada vez mais, sem nem saber por que estão fazendo isso, visto que muitos afirmaram não ter aprendido o que gostariam, o que Han compararia a mortos-vivos: “Sua vida equipara-se à de mortos-vivos. Estão por demais vivos, para morrer, e por demais mortos para viver” (HAN, 2015, p. 109).

Tomando as minhas experiências acadêmicas como referência posso refletir que utilizei de diferentes estratégias para lidar com essa sobrecarga de tarefas. Esse trabalho foi um fruto desta estratégia, teve diversas vezes seu tema trocado, por diversos motivos. Um deles é de que não queria dedicar meu tempo a um tema que não chamava tanto minha atenção. Então decidi unir o meu interesse e o meu estudo informal de filosofia com a minha graduação. Digo de uma maneira segura, que a análise de dados e o estudo do referencial teórico deste trabalho não me trouxeram nenhum esforço intenso e muita dificuldade de fato, foi um trabalho feito durante minha inatividade<sup>8</sup>.

Esta pesquisa, como um estudo qualitativo, teve o intuito de estudar uma pequena amostra do contexto para entendê-lo como um todo. Então, podemos supor que a mesma situação pode ocorrer no sistema educacional como um todo, ou, até mais, nos diversos setores da sociedade. Se for esse o caso, que profissionais estão sendo formados? A partir dos resultados encontrados, podemos constatar que a tendência futura é de que a situação piore, visto que a tendência do capitalismo é

---

<sup>7</sup> No contexto da Unipampa, o retorno presencial deu-se a partir do dia 25/04/2022 conforme portaria Nº 341 de 04/03/2022.

<sup>8</sup> Para explicar melhor esse conceito, Han fala sobre um conto do filósofo chinês Zhuangzhi, que viveu no século IV antes da era comum. Nele, o filósofo fala sobre um cozinheiro que desmembra um boi passando sua faca em intervalos já existentes no corpo do animal, no lugar de utilizar a força para executar essa atividade. Zhuangzhi considera este cozinheiro um mestre da inatividade, pois faz uso de possibilidades já latentes nas coisas. Apenas dando um “empurrãozinho”, Zhuangzhi enxerga seu cortar um acontecimento sem obrigação e propósito.

produzir cada vez mais, atrelada à dependência cada vez maior dos dispositivos inteligentes.

Esperamos que a reflexão trazida por este trabalho contribua para uma melhora na construção do currículo e da gestão em aula, pensando o indivíduo como um ser humano, e não um “batedor de metas”, que pense no aprendizado do indivíduo e que tente evitar esse excesso de informações, estimulando-o a refletir e pensar sobre o agora. Esperamos também que possa incentivar mais discussões sobre a saúde mental no meio acadêmico.

## REFERÊNCIAS

- ARIAS, J. A. C.; RESTREPO, D. P.; OCAMPO, S. R.; MARTINEZ, J. G.; REYES, A. Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. **Diversitas: Perspectivas en Psicología**, Bogotá, v.11, n. 1, 2015, p. 79-89. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/679/67943296005.pdf>>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.
- ARROYO, M. **Educação musical na contemporaneidade**. In: SEMINÁRIO NACIONAL DE PESQUISA EM MÚSICA DA UFG, 2., 2002, Goiânia. Anais do II seminário nacional de pesquisa em música da UFG, Goiânia: UFG, 2002. p. 18-29.
- BOWMAN, W; FREGA, A. L. **Manual Oxford de Filosofia em Educación Musical: un compendio**. Trad. de Ana Lúcia Frega e Pablo Vicari. Buenos Aires: SB, 2012.
- CASARI, L. M.; ANGLADA, J.; DAHER, C. Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. In.: **Revista de Psicología**. PUCP, v. 32, n. 2, 2014, p. 243- 269. Disponível em: <<http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v32n2/a03v32n2.pdf>>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.
- HAN, B. C. **Agonia do Eros**. Trad. Enio Paulo Giachini, Petrópolis, RJ: Vozes, 2017.
- HAN, B. C. **Capitalismo e impulso de morte: Ensaio e entrevistas**. Trad. Gabriel Salvi Philipson, Petrópolis, RJ: Vozes, 2021.
- HAN, B. C. **Não-coisas: Reviravoltas do mundo da vida**. Trad. Rafael Rodrigues Garcia, Petrópolis, RJ: Vozes, 2022.
- HAN, B. C. **Sociedade do cansaço**. Trad. Enio Paulo Giachini, Petrópolis, RJ: Vozes, 2017.
- HAN, B. C. **Vita contemplativa: Ou sobre a inatividade**. Trad. Lucas Machado, Petrópolis, RJ: Vozes, 2023
- CYBULSKI, C. A.; MANSANI, F. P. Análise da Depressão, dos Fatores de Risco para Sintomas Depressivos e do Uso de Antidepressivos entre Acadêmicos do Curso de Medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 41, n. 1, 2017, p. 92-101. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-843597>>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.
- DE LIMA, V.; MEIRA COSTA, A.; VASCONCELLOS, M. L.; LOURENÇO, L. Saúde mental no ensino superior: Revisão de literatura, Interação em psicologia. In.: **Interação em psicologia**, v. 26, n. 3, 2022. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/76204/49074>>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.

DEASY, C.; COUGHLAN, B.; PIRONOM, J.; JOURDAN, D.; MANNIX-MCNAMARA, P. Psychological Distress and Coping amongst Higher Education Students: A Mixed Method Enquiry. In.: **PloS One**, v. 9, n. 12, 2014, p. 1-23. Disponível em: < <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0115193>>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.

FAWZY, M.; HAMED, S. A. Prevalence of psychological stress, depression and anxiety among medical students in Egypt. In.: **Psychiatry research**, v. 255, 2017, p. 186-194. Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28575777/>>. Acesso em: 20 de nov. de 2023.

JENSEN, C.; FORLINI, C.; PARTRIDGE, B.; HALL, W. Australian university students' coping strategies and use of pharmaceutical stimulants as cognitive enhancers. In.: **Frontiers in psychology**, v. 7, n. 277, 2016, p. 1-9. Disponível em: < <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4771940/>>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.

KRAEMER, R. **Dimensões e funções do conhecimento pedagógico-musical**. Trad. Jusamara Souza. Revista Em Pauta, 2000.

MACIEL JUNIOR, A. **Pré-socráticos**: A invenção da razão. Odysseus, 2003.

NAMALYONGO A. S., ACHÓN, Z. I. N., & ÁBALO, R. G. Factores de riesgo y vulnerabilidad al estrés en estudiantes universitarios. In.: **Psicogente**, v. 16, n. 29, 2013, p. 143-154. Disponível em: < <https://www.redalyc.org/pdf/4975/497552362012.pdf>>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.

NIETZSCHE, F. (1887) **Genealogia da moral**. Martin Claret, São Paulo, 2018.

PENNA, M. **Construindo o primeiro projeto de pesquisa em educação e música**. Porto Alegre: Sulina, 2015

SAHÃO, E. A. A prática *multitasking* na aprendizagem musical: Apontamentos e reflexões sob a perspectiva da neurociência e da cognição. In XXXIII Congresso da ANPPOM, 2023, São João do Rei, **Anais...** Anppom: São João do Rei, 2023.

SANTA, N. D.; CANTILINO, A. Suicídio entre Médicos e Estudantes de Medicina: Revisão de Literatura. In.: **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 40, n. 4, 2016, p. 772-780. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbem/a/6pV5WNgjDJKfsTGp9RZ5Cnf/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.

SARRIONANDIA, A.; RAMON-DIAZ, E.; FERNANDEZ-LASARTE, O. Resilience as a mediator of emotional intelligence and perceived stress: a cross-cultural study. In.: **Frontiers in psychology**, 9, 2018, p. 1-11. Disponível em: < <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.02653/full>>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.

TURNER, W. **History of philosophy**. Forgotten books: Inglaterra, 2018.

VIZZOTTO, M. M.; JESUS, S. N.; & MARTINS, A. C. Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. In.: **Revista Psicologia e Saúde**, v. 9, n. 1, 2017, p. 59-73. Disponível em: < <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsaude/v9n1/v9n1a04.pdf>>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice (Summary Report). **World Health Organization**, 2004. Disponível em: < [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gclid=Cj0KCQiA35urBhDCARIsAOU7Qwk9oU7hQagi5s-dryOj92f0S3TxYtWy0jxdWN-H-tRNKc4yPxYzdKYaAmv3EALw\\_wcB](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gclid=Cj0KCQiA35urBhDCARIsAOU7Qwk9oU7hQagi5s-dryOj92f0S3TxYtWy0jxdWN-H-tRNKc4yPxYzdKYaAmv3EALw_wcB)>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.

YU, Y.; YANG, X.; YANG, Y.; CHEN, L.; QIU, X.; QIAO, Z.; BAI, B. The role of family environment in depressive symptoms among university students: A large sample survey in China. In.: **PLoS ONE**, v. 10, n. 12, 2015, p. 1-13. Disponível em: < <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0143612>>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.

ZHAI, H.; CHEN, L.; YANG, Y.; SUN, H.; PAN, H.; He, J., ZHU, X.; SUI, H.; WANG, W.; QIU, X.; QIAO, Z.; YANG, X.; YANG, J.; YU, Y.; BAN, B.; & HE, C. Family and college environmental exposures mediate the relationship between parental education and depression among college students. In.: **PloS one**, v. 11, n. 3, 2016, p. 1-9. Disponível em: < <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4798396/>>. Acesso em: 29 de nov. de 2023.