

A docência nos tempos de pandemia: um estudo sobre as vivências de professores brasileiros durante o período de isolamento

Teaching in times of pandemic: a study on the experiences of brazilian teachers during the isolation period

Enseñar em tiempos de pandemia: um estudio sobre las experiencias de los profesores brasileños durante el período de aislamiento

RESUMO

Objetivo: Compreender as vivências dos professores brasileiros durante o período de quarentena e isolamento social decorrente da pandemia da Covid-19. Método: Pesquisa de natureza qualitativa. A coleta de dados foi realizada virtualmente, com abrangência nacional, através de link de formulário eletrônico no mês de maio de 2020. As respostas foram analisadas através da técnica de análise de conteúdo temática proposta por Minayo. Resultados: Participaram da pesquisa 190 professores, sendo a maioria casado, com pós-graduação completa e oriundo da região nordeste. Os participantes relataram medo, insegurança, tristeza e angústia frente às incertezas do contexto da pandemia. A organização de horários, tempo para lazer, cuidar da saúde física e psíquica, apoio da família e de amigos e a presença da espiritualidade foram elementos importantes para lidar com as adversidades presentes neste contexto. Conclusão: O uso de diferentes estratégias de adaptação auxiliou no bem-estar e qualidade de vida dos professores durante a pandemia.

DESCRIPTORIOS: Pandemia por Covid-19; Professor; Adaptação psicológica.

ABSTRACT

Aim: Understand the experiences of Brazilian teachers during the quarantine period and social isolation resulting from the Covid 19 pandemic. Method: Research of a qualitative nature. Data collection was performed in a virtual manner, with national coverage, through an electronic form link in May 2020. The answers were analyzed using the method of thematic analysis proposed by Minayo. Results: One hundred and ninety teachers participated in the research, most of them married, with complete graduate studies and from the northeast region. Participants reported fear, insecurity, sadness and anguish in the face of uncertainties in the pandemic context. The organization of schedules, time for leisure, taking care of physical and mental health, support from family and friends and the presence of spirituality were important elements in dealing with the adversities present in this context. Conclusion: The use of different adaptation strategies helped teachers' well-being and quality of life during the pandemic.

DESCRIPTORS: Covid-19 pandemic; Professor; Psychological Adaptation.

RESUMEN

Comprender las experiencias de los docentes brasileños durante el período de cuarentena y aislamiento social resultante de la pandemia de Covid 19. Método: Investigación de carácter cualitativo. La recolección de datos se realizó de manera virtual, con cobertura nacional, a través de un enlace de formulario electrónico en mayo de 2020. Las respuestas fueron analizadas utilizando el método de análisis temático propuesto por Minayo. Resultados: Ciento noventa maestros participaron en la investigación, la mayoría de ellos casados, con estudios completos de posgrados y de la región noreste. Los participantes reportaron miedo, inseguridad, tristeza y angustia ante las incertidumbres en el contexto de la pandemia. La organización de horarios, el tiempo para el ocio, el cuidado de la salud física y mental, el apoyo de familiares y amigos y la presencia de la espiritualidad fueron elementos importantes para hacer frente a las adversidades presentes en este contexto. Conclusión: La utilización de diferentes estrategias de adaptación contribuyó al bienestar y la calidad de vida de los maestros durante el período de la pandemia.

DESCRIPTORIOS: Pandemia de Covid-19; Maestro; Adaptación Psicológica.

RECEBIDO EM: 12/01/22 APROVADO EM: 13/02/22

Maria Alice Luna Sampaio

Psicóloga. Mestranda em Educação para o Ensino na Área de Saúde pela Faculdade Pernambucana de Saúde.
ORCID: 0000-0002-5979-4816

Juliana Monteiro Costa

Psicóloga. Doutora em Psicologia Clínica pela Universidade Católica de Pernambuco UNICAP). Docente da Graduação e Pós-Graduação da Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS).
ORCID: 0000-0002-6976-8670

Leopoldo Nelson Fernandes Barbosa

Psicólogo. Doutor em Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). Pós-doutorado em Ciências da Saúde pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). Docente da Graduação e Pós-Graduação da Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS).
ORCID: 0000-0002-0856-8915

Mônica Cristina Batista de Melo

Psicóloga. Doutora em Saúde Materno Infantil pelo Instituto de Medicina Integral Prof. Fernando Figueira (IMIP). Pós-doutorado em Ciências da Saúde pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). Docente da Graduação e Pós-Graduação da Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS).
ORCID: 0000-0002-8504-5501

Carmina Silva dos Santos

Enfermeira. Doutora em nutrição pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). Docente da Graduação e Pós-Graduação da Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS).
ORCID: 0000-0002-0101-3546

INTRODUÇÃO

A chegada do novo coronavírus causou impactos significativos e mobilizou diversos setores como a saúde, educação, política e economia.¹ A pandemia da Covid-19 forçou a população a assumir medidas de proteção e isolamento, de forma a conter e controlar a disseminação do vírus.² Os centros de ensino ao redor do mundo também foram surpreendidos o novo cenário que se apresentava. Desse modo, tiveram que suspender as atividades presenciais no primeiro semestre de 2020 para atingir novas modalidades de ensino, enfrentando novas dificuldades e reinventando a forma como o conhecimento é compartilhado.^{3,4}

Um estudo de natureza mista realizado na Polônia, cujo objetivo foi investigar as características do chamado “ensino online emergencial” na perspectiva dos professores apontou os desafios enfrentados pelos docentes durante a implementação e vivência de uma nova modalidade de ensino, dentre eles a compra e modernização dos equipamentos eletrônicos assim como os problemas técnicos encontrados em seu uso diário.³

Somado aos problemas relacionados ao uso da tecnologia e à reorganização do

A pandemia da Covid-19 forçou a população a assumir medidas de proteção e isolamento, [...]. Os centros de ensino ao redor do mundo também foram surpreendidos o novo cenário que se apresentava.

currículo para a modalidade virtual, os docentes precisaram lidar com algumas adversidades na relação docente-discente. A falta de controle sobre o comportamento dos estudantes durante as aulas, o distanciamento inerente dos meios virtuais, assim como os frequentes plágios, consultas e compartilhamentos de informações indevidas durante as atividades, apresentaram-se como novos obstáculos, muitas vezes fazendo com que não fosse possível estabelecer uma avaliação precisa do desenvolvimento dos alunos.^{3,4,5} Ademais, a transição do ensino para dentro das casas fez com que os pais adquirissem acesso direto às aulas, gerando expectativas irreais direcionadas aos educadores e as aulas, falta de suporte para os estudantes dentro do ambiente residencial, controle desmedido dos aparelhos e das plataformas.^{3,6}

Através de uma revisão sistemática, pesquisadores brasileiros buscaram identificar a prevalência de ansiedade, depressão e estresse entre os professores durante a pandemia apontou para um aumento significativo nos níveis de estresse e ansiedade, principalmente em profissionais do sexo feminino. Docentes que trabalhavam em escolas demonstraram uma maior prevalência de ansiedade, depressão e estresse quando comparados aos professores universitários.

Este fenômeno pode estar relacionado ao fato de que os professores escolares lidam com crianças e adolescentes, grupo que encontra maior dificuldade para engajar-se e adaptar-se de forma efetiva.⁷

Um estudo longitudinal realizado no Chile que objetivou avaliar a qualidade de vida de professores chilenos e como a mesma foi afetada durante o período de pandemia apontou para uma diminuição significativa na qualidade de vida dos profissionais quando comparada ao período pré-crise de saúde.⁸ O aumento da carga horária somado as condições adversas de trabalho promoveram o crescimento de doenças psicossomáticas originadas da exaustão no trabalho, como a Síndrome de Burnout (fenômeno caracterizado por um esgotamento emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal advindos de grandes níveis de estresse profissional).^{2,8,9}

Tendo experienciado mudanças tão abruptas em sua rotina de trabalho em virtude do contexto da pandemia da Covid-19, assim como em suas vidas pessoais, os profissionais de educação enfrentam novos desafios diariamente, alguns desses que se repetem independente da cidade, país ou continente e outros particulares de cada indivíduo. Crises sanitárias como essa em questão, expõem os indivíduos a grandes níveis de desconforto, tanto físico quanto psíquico, além de contribuir, também, para um aumento do desgaste mental e ansiedade que terminam por prejudicar não só as esferas sociais, mas também as atividades ocupacionais.¹⁰ Diante do exposto, questiona-se: como se deram as vivências dos professores brasileiros durante o período de quarentena e isolamento social decorrente da pandemia da Covid-19?

MÉTODO

Trata-se de um estudo de corte transversal 11 com análise qualitativa. A pesquisa aconteceu de maneira virtual, com abrangência nacional, através de link de formulário de coleta eletrônico via Google Forms durante o período de 15 a 22 de maio de 2020. A população do estudo foi composta por professores a partir de 18 anos que

vivenciaram o período de quarentena e isolamento social decorrente da pandemia da

Crises sanitárias como essa em questão, expõem os indivíduos a grandes níveis de desconforto, tanto físico quanto psíquico, além de contribuir, também, para um aumento do desgaste mental e ansiedade que terminam por prejudicar não só as esferas sociais, mas também as atividades ocupacionais.

Covid-19. Foram excluídos da coleta professores em condição de internamento hospitalar que impedisse o uso de recursos de tecnologia para responder ao formulário.

O texto inicial do formulário possuía informações básicas sobre a pesquisa e um link de acesso para o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE com informações sobre o objetivo, riscos e benefícios da pesquisa e ainda o informe que, ao continuar a responder o formulário, o participante estará dando o seu consentimento livre e esclarecido. O aceite foi considerado à medida que o participante continuava a responder o formulário. Essa medida adotada tornou-se relevante por considerar a determinação de isolamento social e diminuição de contato pessoal e ainda porque algum contato pessoal poderia causar algum risco ou dano tanto ao participante quanto ao pesquisador.

Os dados foram coletados via formulário online desenvolvido pelo grupo de pesquisa especificamente para este estudo. O formulário de coleta de dados continha questões gerais sobre os participantes como sexo, idade, escolaridade, profissão, estado civil, estado onde reside, entre outros, assim como duas perguntas semiabertas que questionam, respectivamente: as principais estratégias que foram usadas para lidar com as adversidades da pandemia e os sentimentos que estiveram mais presentes durante aquele período. O tempo médio de resposta foi de 15 minutos. Os dados após a resposta foram encaminhados diretamente para um banco de dados eletrônico de acesso exclusivo da equipe de pesquisa.

Os dados sociodemográficos foram quantificados e as respostas semiabertas foram analisadas através do método de análise temática proposto por Minayo, que se divide nas seguintes fases: pré-análise, exploração do material, tratamento dos resultados e interpretação.¹²

Neste estudo foram preservados os aspectos éticos estabelecidos pela Resolução 510/16 do Conselho Nacional de Saúde. A coleta de dados só foi iniciada após aprovação da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa através do CAAE de número 30546320.0.0000.5201.

RESULTADOS

Participaram da pesquisa 190 professores, com idades que variaram entre 20 e 80 anos. De toda a amostra, 9 profissionais relataram que já haviam vivenciado uma condição de quarentena ou isolamento social antes da Covid-19. Os participantes se organizaram nos seguintes dados:

DISCUSSÃO

A seguir serão apresentadas as duas categorias de análise que emergiram do relato dos participantes, a saber: 1) Estratégias utilizadas para lidar com as mudanças advindas da pandemia e 2) Sentimentos mais presentes atualmente.

Estratégias utilizadas para lidar com as mudanças advindas da pandemia

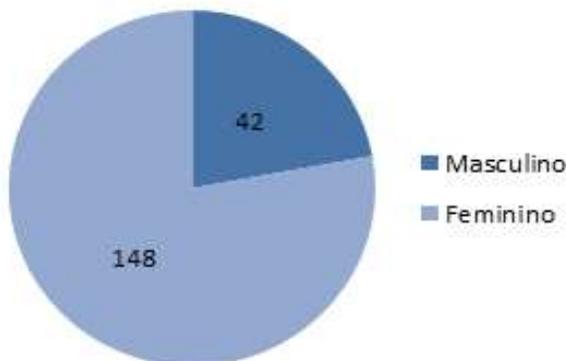
A reorganização de horários de modo a não perder tempo, vestir roupas como se fosse trabalhar, ler livros, ouvir música, assistir filmes, ter lazer e cuidar da saúde física foram elementos importantes para lidar com os novos tempos que a pandemia trouxe, conforme as falas a seguir:

“(...) Reorganizei meus horários para que os dias se dessem de forma produtiva, para não ‘perder tempo’ com coisas fúteis, mas sim aproveitar ao máximo as horas, tanto para produzir como para me entreter dentro do tempo necessário” (Participante 12, 22 anos).

“Ter um turno diário para dedicar ao trabalho, vestir roupas como se fosse trabalhar. Ter horários para leitura de livros e atualizações sobre a pandemia.” (Participante 118, 56 anos).

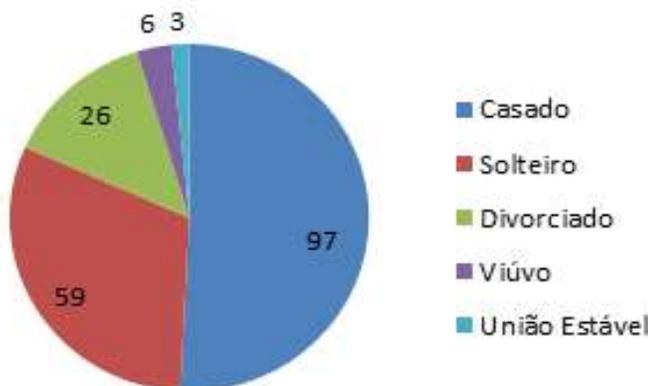
“Organização da rotina diária, contemplando tempos para trabalho (remoto), lazer (leituras, filmes, música, etc.)” (Participante 133, 63 anos).

Distribuição de participantes por sexo



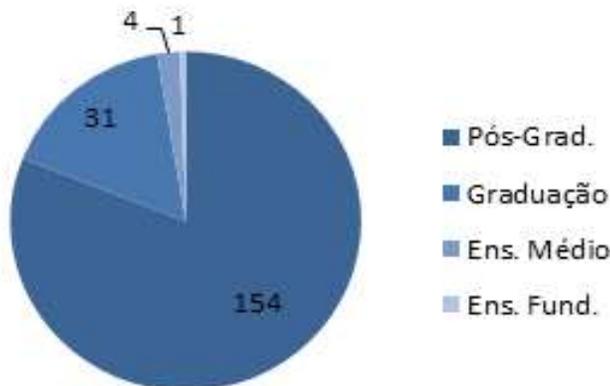
xx

Distribuição de participantes por estado civil



xx

Distribuição de participantes por escolaridade



xx

As estratégias de adaptação ativa com a presença de planejamento e preparação dos indivíduos parecem demonstrar maior bem-estar e estabilidade emocional quando comparados aos que não procuram soluções de maneira dinâmica.¹³ Em outras palavras, ao estabelecer uma rotina é possível diminuir a ansiedade quanto ao isolamento, pois fica estabelecido um sentido de previsibilidade e conforto dentro das atividades e afazeres domésticos e profissionais.^{13,14}

A prática de meditação, yoga, alimentação equilibrada, nutrição funcional, e realização de atividades físicas também foram pontuadas como estratégias importantes durante a pandemia:

“Meditação, yoga, atividades físicas, boas leituras, bons filmes, rotinas pró-eficientes, alimentação equilibrada, nutrição funcional (...)” (Participante 150, 63 anos).

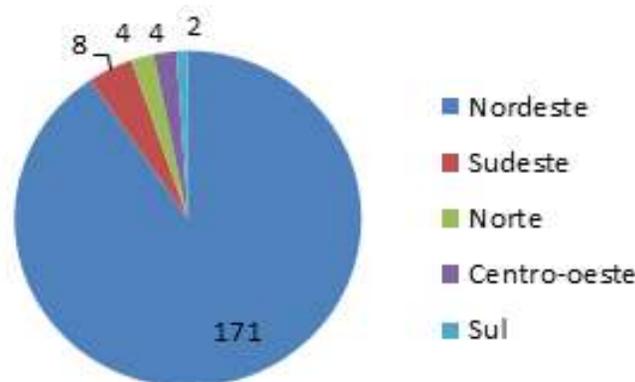
“(...) Realização de atividades físicas e profissionais em casa, recorrer a filmes, mais prática de diálogo” (Participante 79, 41 anos).

Segundo Ai et. al.¹⁵, a realização da atividade física e atividades de lazer é um fator essencial para manutenção do bem-estar tanto fisiológico quanto psicológico do indivíduo, especialmente por se constituir como alternativa para um escape dos estressores comuns do dia a dia.¹⁵ Os autores destacam, ainda, que os exercícios físicos são capazes de contribuir para a saúde psicológica dos indivíduos de maneira a auxiliar na construção de uma maior resistência às situações estressoras, aumentar confiança em si mesmo e promover distração dos estressores diários, diminuindo, assim, os níveis de ansiedade.

Uma parcela considerável dos participantes revelou se isolar das notícias, redes sociais e outros meios de comunicação, como forma de bloquear o contato com um volume exacerbado de informações sobre a pandemia:

“(...) Procurar não ficar o dia todo vendo o noticiário, pois estava me

Distribuição de participantes por região de origem



xx

desestabilizando emocionalmente” (Participante 118, 56 anos).

“(...) Procurei ler, ouvir músicas e ver coisas não relacionadas à pandemia na televisão” (Participante 66, 37 anos).

“(...) Fugir das notícias sobre a pandemia...” (Participante 82, 38 anos).

Enquanto alguns indivíduos utilizam-se de técnicas de enfrentamento ativo das adversidades (como planejamento, busca por apoio emocional, aceitação, etc.), outros fazem uso de estratégias que consistem primariamente de um afastamento dos estímulos negativos advindos da pandemia e do isolamento social.^{13,16} Esse perfil caracteriza-se por uma adaptação mais difícil ao ambiente, assim como maiores dificuldades para lidar com as limitações impostas pela Covid-19.¹⁶

A espiritualidade enquanto proteção e como forma de superar as dificuldades inerentes ao período da pandemia foi bastante citada entre os participantes da pesquisa:

“Procurei ter mais fé em Deus, participar de cultos e reuniões da igreja de forma online” (Participante 67, 56 anos).

“Muita oração! Assistindo missas e a palavra de Deus e Nossa Senhora! Era o que me dava conforto. Mesmo deitada sem forças, eu poderia ouvir as orações! (...)” (Participante 171, 62 anos)

Bentzen¹⁷ aponta que os seres humanos comumente buscam o amparo do divino para superar momentos difíceis. Através da espiritualidade, os indivíduos entram em contato com mecanismos de oferta de conforto e explicação para tempos difíceis, ocasionando uma diminuição nos níveis de estresse e ansiedade, o que proporciona uma melhor adaptabilidade e resiliência.^{14,17} A população mais velha mostrou-se mais vulnerável aos efeitos negativos do isolamento, assim como para a expressão de sentimentos como medo, ansiedade e solidão.¹⁸

Com uma nova rotina, novas limitações e novas regras de convivência, o apoio dos familiares e amigos também esteve bastante presente no relato dos participantes:

“Fazer videochamada para estar próxima da família” (Participante 160, 58 anos).

“(...) Mantenho um contato diário com todos os meus amigos através de mensagens e ligações para manter as relações e amenizar a ideia de isolamento” (Participante 110, 23 anos).

“Dialogar mais com meus filhos, rir, brincar. (Participante 126, 44 anos).”

Diante de uma crise sanitária que teve como imperativos o distanciamento e o isolamento, as pessoas tiveram que aprender a lidar com uma situação que não estavam preparadas para lidar: a solidão.¹⁵ Apesar dos novos conflitos advindos de uma convivência extensa, as famílias configuraram um sistema de apoio que auxilia na busca por soluções positivas, na redução dos efeitos negativos do isolamento e na manutenção do sentimento de comunidade.^{15,16}

Sentimentos vivenciados no período da pandemia

Ao serem questionados sobre os sentimentos mais presentes durante o período mais rígido de isolamento, os participantes relataram: tristeza, desânimo, medo, insegurança, ansiedade, cansaço, tristeza, angústia e outras manifestações de desconforto tanto físico, como psíquico e emocional, conforme ilustra os relatos abaixo:

“Tristeza, desânimo, insegurança, vontade de não existir (...)” (Participante 27, 39 anos).

“Fadiga devido ao excesso de trabalho, ora sentia uma melancolia e impaciência” (Participante 38, 41 anos).

“Angústia em relação ao sofrimento alheio, às perdas pelos entes” (Participante 179, 40 anos).

“Muito medo por estar sozinha com duas crianças, medo de adoecer, de acontecer algo e deixar eles. Tanto que cheguei ao extremo de uma crise de ansiedade ou pânico.” (Participante 167, 40 anos).

Kar et. al.¹⁹ aponta que sentimentos de ansiedade, depressão, estresse e cansaço são consequências comuns de experiências diretas com crises sanitárias como a da Co-

Ao serem questionados sobre os sentimentos mais presentes durante o período mais rígido de isolamento, os participantes relataram: tristeza, desânimo, medo, insegurança, ansiedade, cansaço, tristeza, angústia e outras manifestações de desconforto tanto físico, como psíquico e emocional

vid-19, do Ebola, da Influenza A, dentre outras. Dentre os fatores que atuam como preditores do aumento desses sentimentos encontram-se os indivíduos que não possuíam uma renda fixa, que se encontravam no grupo de risco ou possuíam parentes próximos em situação de vulnerabilidade e aqueles que se exerciam alguma função onde o risco de contaminação pelo COVID-19 se fazia presente de forma diária.^{15,19}

Apesar da grande maioria dos indivíduos relatarem experiências e sentimentos negativos com o período da pandemia, uma parcela dos participantes expressou sensações de esperança, amor pela vida, generosidade, responsabilidade, solidariedade, empatia, revelando uma abordagem mais positiva frente às dificuldades impostas pelo momento:

“Esperança, fé, caridade, generosidade, sentimento de grupo, trabalho em equipe, amor fraterno, espiritualidade, família, amizade e responsabilidade” (Participante 150, 63 anos).

“Tranquilidade, paz comigo, certa tristeza pela situação do país, acolhimento em família e obstinação de construir saídas melhores” (Participante 143, 28 anos).

“Amor pela vida, natureza, consciência sobre a liberdade de escolhas, esperança na transformação do mundo, mas primeiro em minha vida” (Participante 95, 46 anos).

Os recortes acima refletem posturas de enfrentamento baseadas em comportamentos mais ativos e positivos com relação ao futuro e a situação em que se inserem. Esse tipo de abordagem mostra-se mais eficaz frente às adversidades, resultando em maior probabilidade de manutenção do bem-estar emocional e psíquico dos indivíduos através de movimentos como busca ativa por auxílio e conforto nos pares, aceitação da realidade (fator que é essencial especialmente em situações onde não existe controle sobre os acontecimentos), planejamento

de estratégias de enfrentamento, dentre outros.^{19,20} Apesar de existirem estratégias de enfrentamento que resultam em melhores resultados psicológicos e emocionais (como as estratégias de enfrentamento ativo) e outras que muitas vezes resultam em resultados não tão promissores (como as estratégias de evitação e fuga dos estímulos negativos), a forma como os seres humanos se portam diante das dificuldades é diretamente influenciada pelas situações em que eles se inserem, assim como pelas ferramentas e limitações que estes possuem para lidar

com tal situação.¹³

CONCLUSÃO

Dentro de um cenário novo e desafiador de uma pandemia, professores ao redor do mundo tiveram suas habilidades de adaptação colocadas à prova todos os dias, tanto para dar continuidade a sua atuação profissional quanto para lidar com suas próprias demandas físicas, psíquicas e emocionais. Os resultados revelam que o isolamento trouxe à tona manifestações emocionais

diversas, como tristeza, solidão, esperança e solidariedade.

Conclui-se que as diferentes estratégias de enfrentamento, especialmente as de enfrentamento ativo, como a busca da manutenção das relações através da tecnologia, reorganização dos horários, a prática de atividades físicas, busca por conforto na espiritualidade, dentre outras acima citadas, possuíram papel fundamental durante o isolamento, agindo como preditores de maior bem-estar físico, psíquico e emocional.

REFERÊNCIAS

- 1- Coronavirus disease (COVID-19) outbreak. World Health Organization, 2020.
- 2- Brasil. Recomendações de proteção aos trabalhadores dos serviços de saúde no atendimento de COVID-19 e outras síndromes gripais. Ministério da Saúde, 2020.
- 3- Tomczyk, Ł. & Walker, C. The emergency (crisis) e-learning as a challenge for teachers in Poland. *Educ Inf Technol*, 2021.
- 4- Öçal, T.; Halmatov, M.; Ata, S. Distance education in COVID-19 pandemic: An evaluation of parent's, child's and teacher's competences. *Education and Information Technologies*. 2021; p. 1-21.
- 5- Choate, J. et al. International educators' attitudes, experiences, and recommendations after an abrupt transition to remote physiology laboratories. *Advances in Physiology Education*. 2021; v. 45, n. 2, p. 310-321.
- 6- Heldt, JP.; Agrawal, A.; Loeb, R.; Richards, MC.; Castillo, EG. & Debonis, K. We're Not Sure We Like It but We Still Want More: Trainee and Faculty Perceptions of Remote Learning During the COVID-19 Pandemic. *Academic Psychiatry*. 2021; 1-5.
- 7-Silva, DFO; Cobucci, RNO; Lima, SCVC & Andrade, FB. Prevalence of anxiety, depression, and stress among teachers during the COVID-19 pandemic: Systematic review. *medRxiv*, 2021.
- 8-Lizana, PA. et al. Impact of the COVID-19 Pandemic on Teacher Quality of Life: A Longitudinal Study from before and during the Health Crisis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021; v. 18, n. 7, p. 3764.
- 9-Perniciotti, P; Serrano Júnior, CV; Guarita, RV; Morales, RJ & Romano, BW. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. *Revista da SBPH*. 2020; 23(1), 35-52.
- 10- Campos Oliveira J, Pedreira Rodrigues J, Nunes Goncalves Fonseca K, Oliveira da Silva Lima R, Carvalho Souza T, Cabral de Carvalho R. Adoecimento e saúde mental diante do cenário de pandemia covid-19, vivenciando pelos profissionais de enfermagem. *SaudColetiv (Barueri)*. 2022; 12(2):9571-84.
- 11- Zangirolami-Raimundo J, Echeimberg JO, Leone C. Research methodology topics: Cross-sectional studies. *Journal of Human Growth and Development*. 2018; 28(3):356-360.
- 12- Minayo, MCDS. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. *Ciência & saúde coletiva*. 2012; 17, 621-626.
- 13- Kavčič, T; Avsec, A. & Kocjan, GZ. Coping profiles and their association with psychological functioning: A latent profile analysis of coping strategies during the COVID-19 pandemic. *Personality and Individual Differences*. 2022 v. 185, p. 111287.
- 14- Narváez, JH; Obando-Guerrero, LM; Hernández-Ordoñez, KM. & Cruz-Gordon, EKDL. Psychological well-being and coping strategies in dealing with COVID-19 in university students. *Universidad y Salud*. 2021; 23(3), 207-216.
- 15- Ai, X, Jingjing, Y, Lin, Z, & Wan, X. Mental health and the role of physical activity during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in psychology*. 2021; 4596.
- 16- Herman, KC, Sebastian, J, Reinke, WM, & Huang, FL. Individual and school predictors of teacher stress, coping, and wellness during the COVID-19 pandemic. *School Psychology*. 2021; 36(6), 483.
- 17- Bentzen, JS. In crisis, we pray: Religiosity and the COVID-19 pandemic. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 2021.
- 18- Ghoncheh, KA; Liu, CH; Lin, CY; Saffari, M; Griffiths, MD, & Pakpour, AH. Fear of COVID-19 and religious coping mediate the associations between religiosity and distress among older adults. *Health Promotion Perspectives*. 2021; 11(3), 316.
- 19- Kar, N.; Kar, B. & Kar, S. Stress and coping during COVID-19 pandemic: Result of an online survey. *Psychiatry research*. 2021; 295, 113598.
- 20- Eales, L; Ferguson, GM; Gillespie, S; Smoyer, S & Carlson, SM. Family Resilience and psychological distress in the COVID-19 pandemic: A mixed methods study. *Developmental Psychology*. 2021; 57(10), 1563.