

SAÚDE MENTAL E EDUCAÇÃO BÁSICA: A RELAÇÃO ENTRE ANSIEDADE E DESEMPENHO ESCOLAR

MENTAL HEALTH AND BASIC EDUCATION: THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND ACADEMIC PERFORMANCE

ISSN: 2674-662X. DOI: 10.29327/2334916.19.2-65

Silvia Soares Oliveira Souza ¹

RESUMO

Este estudo aborda a interferência de estados emocionais intensos no cotidiano, com foco nas implicações da ansiedade nos estudantes da Educação Básica. A ansiedade, em seus níveis mais severos, pode desencadear sintomas como palpitações, desorientação e medo desproporcional, comprometendo o enfrentamento de situações rotineiras. No aspecto fisiológico, manifesta-se por tensão muscular, sudorese e náuseas; no comportamental, leva ao evitamento de atividades antes realizadas com facilidade. Quando excessiva ou irracional, deixa de ser adaptativa, tornando-se disfuncional e prejudicando, por exemplo, o desempenho escolar. Com base em uma revisão bibliográfica, o estudo identificou que meninas apresentam maior prevalência de sintomas depressivos em comparação aos meninos, mas ressalta a necessidade de aprofundar as investigações sobre a adolescência, considerando a complexidade das variáveis individuais que influenciam nas causas, manifestações e consequências da ansiedade.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade; Educação Básica; Desempenho Escolar.

ABSTRACT

This study addresses the impact of intense emotional states on daily life, focusing on the implications of anxiety among Basic Education students. Severe levels of anxiety can trigger symptoms such as palpitations, disorientation, and disproportionate fear, impairing the ability to handle routine situations. Physiologically, it manifests as muscle tension, sweating, and nausea; behaviorally, it leads to the avoidance of activities previously performed with ease. When excessive or irrational, anxiety ceases to be adaptive, becoming dysfunctional and, for instance, affecting academic performance. Based on a bibliographic review, the study found that girls exhibit a higher prevalence of depressive symptoms compared to boys, while emphasizing the need for further research on adolescence, considering the complexity of individual variables influencing the causes, manifestations, and consequences of anxiety.

KEYWORDS: Anxiety; Basic Education; Academic Performance.

¹ Graduada em Letras pela Fundação Educacional do Baixo São Francisco Doutor Raimundo Marinho. Pós-Graduada em Língua Portuguesa e Inglesa. Metra em Ciências da Educação pela Universidade Interamericana. **E-MAIL:** sil.acao@gmail.com. **CURRÍCULO LATTES:** lattes.cnpq.br/1876925844072094

INTRODUÇÃO

A ansiedade é uma resposta emocional natural diante de situações ou pensamentos recorrentes que fazem parte da vivência humana, funcionando como um mecanismo de sobrevivência que ativa recursos internos para enfrentar desafios cotidianos. Essa emoção, embora necessária e essencial para a adaptação do indivíduo, torna-se prejudicial quando se manifesta de forma excessiva, comprometendo a qualidade de vida do sujeito. Em crianças e adolescentes, especialmente, a ansiedade pode assumir características patológicas, interferindo em suas atividades diárias e afetando diretamente sua aprendizagem.

No contexto escolar, a ansiedade tem sido identificada como um fator que prejudica o desempenho acadêmico, causando dificuldades de concentração e de interação social, além de impactar a saúde mental do estudante. O aumento da pressão acadêmica, as expectativas familiares e os desafios do ambiente escolar são fatores que exacerbam o quadro de ansiedade, especialmente em alunos do ensino médio, que enfrentam a transição para a vida adulta e a pressão para ingressar no mercado de trabalho ou em instituições de ensino superior. Esses fatores tornam o transtorno de ansiedade um tema relevante para os profissionais da educação, visto que sua identificação precoce e o tratamento adequado podem contribuir para a melhoria do desempenho escolar e da saúde mental dos alunos.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde mental como o estado de bem-estar que permite ao indivíduo lidar com os estresses cotidianos, trabalhar de forma produtiva e contribuir para o bem-estar da sua comunidade. No cenário educacional, a saúde mental dos alunos desempenha papel crucial, uma vez que os transtornos psicológicos, como a ansiedade, impactam diretamente suas habilidades cognitivas, sociais e emocionais. A aprendizagem é um processo que envolve não apenas capacidades intelectuais, mas também o desenvolvimento de habilidades socioemocionais que

são fundamentais para o sucesso escolar e a integração social.

Diante desse cenário, o presente estudo busca analisar a relação entre os níveis de ansiedade e o desempenho escolar de alunos da Educação Básica, especialmente aqueles que enfrentam pressões acadêmicas e sociais. O objetivo é discutir as implicações desse transtorno no processo de aprendizagem e sugerir estratégias pedagógicas que possam minimizar seus efeitos, promovendo o bem-estar e a saúde mental dos estudantes.

Os caminhos investigativos adotados neste trabalho compreenderam estudos documentais e bibliográficos, constituído uma pesquisa exploratória, que utilizou fontes primárias e fontes secundárias. Sabe-se que a pesquisa científica está presente em todo campo de produção do conhecimento, tratando-se de um processo voltado a solucionar, responder ou aprofundar sobre uma indagação no estudo de um fenômeno. Para Gil (2008),

a pesquisa científica é uma investigação metódica acerca de um determinado assunto com o objetivo de esclarecer aspectos em estudo, sendo requerida quando não se dispõe de informação suficiente para responder ao problema, ou então quando a informação disponível se encontra em tal estado de desordem que não pode ser adequadamente relacionada ao problema (p.32).

A pesquisa científica apresenta várias modalidades, sendo uma delas a pesquisa bibliográfica. A pesquisa bibliográfica está inserida principalmente no meio acadêmico e tem a finalidade de aprimoramento e atualização do conhecimento, por meio de uma investigação científica de obras já publicadas. Na concepção de Lakatos (2016),

a pesquisa bibliográfica é [...] obrigatória nas pesquisas exploratórias, na delimitação

do tema de um trabalho ou pesquisa, no desenvolvimento do assunto, nas citações, na apresentação das conclusões. Portanto, se é verdade que nem todos os alunos realizarão pesquisas de laboratório ou de campo, não é menos verdadeiro que todos, sem exceção, para elaborar os diversos trabalhos solicitados, deverão empreender pesquisas bibliográficas (p.38).

Nessa perspectiva, toda pesquisa científica é iniciada por meio da pesquisa bibliográfica, na qual o pesquisador busca obras já publicadas relevantes para conhecer e analisar o tema problema da pesquisa a ser realizada. Este tipo de pesquisa auxilia o pesquisador desde o início, pois é feita com o intuito de identificar se já existe um trabalho científico sobre o assunto da pesquisa a ser realizada, colaborando na escolha do problema e na seleção de um método adequado, baseando-se nos trabalhos já publicados. Conforme Amaral (2016), essa modalidade de pesquisa é:

Uma etapa fundamental em todo trabalho científico que influenciará todas as etapas de uma pesquisa, na medida em que der o embasamento teórico em que se baseará o trabalho. Consistem no levantamento, seleção, fichamento e arquivamento de informações relacionadas à pesquisa (p.15).

Nesse sentido, a pesquisa bibliográfica é primordial na construção da pesquisa científica, uma vez que permite conhecer melhor o fenômeno em estudo. Os instrumentos utilizados na realização da pesquisa bibliográfica são: livros, artigos científicos, teses, dissertações, anuários, revistas, leis e outros tipos de fontes escritas que já foram publicados (Lakatos, 2015).

Essa modalidade de pesquisa baseia-se no estudo da teoria já publicada, assim é fundamental que o pesquisador se aproprie no domínio da leitura do conhecimento e sistematize todo o material que está sendo analisado. Na realização da pesquisa bibliográfica

o pesquisador tem que ler, refletir e escrever o sobre o que estudou, se dedicar ao estudo para reconstruir a teoria e aprimorar os fundamentos teóricos. De acordo com Boccato (2018),

a pesquisa bibliográfica busca o levantamento e análise crítica dos documentos publicados sobre o tema a ser pesquisado com intuito de atualizar, desenvolver o conhecimento e contribuir com a realização da pesquisa. Com a temática definida e delimitada, o pesquisador terá que trilhar caminhos para desenvolvê-la. A base da pesquisa bibliográfica são os livros, teses, artigos e outros documentos publicados que contribuem na investigação do problema proposto na pesquisa. [...] Assim uma pesquisa bibliográfica se resume em procedimentos que devem ser executados pelo pesquisador na busca de obras já estudadas na solução da problemática através do estudo do tema (p.78).

Portanto, o tipo de pesquisa que sustenta esta dissertação é a de natureza bibliográfica, cujas teorias lidas foram analisadas, o que possibilitou a nova formulação de ideias e conclusões.

UNIVERSO DE ANÁLISE

Em se tratando de um estudo bibliográfico, de abordagem qualitativa, optouse por seguir um percurso que levasse em consideração a saturação das discussões no material selecionado (subseção 01). Desse modo, elegeu-se a obra *Saúde Mental na escola – Reflexões sobre a saúde mental da comunidade escolar* (2022), em anexo. A partir dessa obra foi realizado um movimento em duas direções:

- 1) seleção de duas dissertações de mestrado que versava sobre os impactos do transtorno de ansiedade generalizada para o processo de aprendizagem de estudantes do ensino médio (Gomes, 2022 & Souza, 2020)

2) seleção de 02 monografia e 02 artigos, por meio de buscas aleatórias, considerando os descritores: Educação; Saúde mental; Professores; Estudantes; Burnout.

QUADRO 01: Caracterização da literatura selecionada (2020 – 2023)

Referência	Síntese
<p>Transtorno de ansiedade e estratégias de ensino para alunos dos anos iniciais do Ensino Fundamental: um levantamento bibliográfico, de Caroliny de Jesus Monico, 2023.</p>	<p>O estudo visou investigar em fontes teóricas as dificuldades enfrentadas no processo ensino-aprendizagem de alunos com Transtorno de Ansiedade, bem como indicar possíveis estratégias para mediá-las. Foi possível constatar com os resultados da pesquisa que o Transtorno de Ansiedade pode exercer influência significativa nos processos de aprendizagem, especialmente quando as crianças enfrentam sintomas excessivos. A falta de uma abordagem adequada para lidar com essa ansiedade pode, não apenas inibir o desenvolvimento social da criança, mas também impactar no seu desempenho escolar. Diante desse cenário, iniciativas por parte do professor não apenas podem contribuir para a redução dos níveis de ansiedade, mas também para a promoção de um ambiente de aprendizagem mais seguro e acolhedor, fatores essenciais para o progresso acadêmico e emocional dessas crianças. A parceria da escola com a família pode fornecer uma compreensão mais abrangente dos desafios enfrentados pela criança, permitindo a implementação de estratégias tanto na escola quanto no ambiente familiar, promovendo, assim, o bem-estar do aluno. A busca por apoio psicológico também surge como uma alternativa eficaz na redução da ansiedade. Dentro desse contexto, a terapia cognitivo-comportamental se destaca como uma abordagem para enfrentar pensamentos e comportamentos disfuncionais.</p>
<p>Transtorno de ansiedade e estratégias de ensino para alunos dos anos iniciais do Ensino Fundamental: um levantamento bibliográfico, de Caroliny de Jesus Monico, 2023.</p>	<p>O estudo visou investigar em fontes teóricas as dificuldades enfrentadas no processo ensino-aprendizagem de alunos com Transtorno de Ansiedade, bem como indicar possíveis estratégias para mediá-las. Foi possível constatar com os resultados da pesquisa que o Transtorno de Ansiedade pode exercer influência significativa nos processos de aprendizagem, especialmente quando as crianças enfrentam sintomas excessivos. A falta de uma abordagem adequada para lidar com essa ansiedade pode, não apenas inibir o desenvolvimento social da criança, mas também impactar no seu desempenho escolar. Diante desse cenário, iniciativas por parte do professor não apenas podem contribuir para a redução dos níveis de ansiedade, mas também para a promoção de um ambiente de aprendizagem mais seguro e acolhedor, fatores essenciais para o progresso acadêmico e emocional dessas crianças. A parceria da escola com a família pode fornecer uma compreensão mais abrangente dos desafios enfrentados pela criança, permitindo a implementação de estratégias tanto na escola quanto no ambiente familiar, promovendo, assim, o bem-estar do aluno. A busca por apoio psicológico também surge como uma alternativa eficaz na redução da ansiedade. Dentro desse contexto, a terapia cognitivo-comportamental se destaca como uma abordagem para enfrentar pensamentos e comportamentos disfuncionais.</p>
<p>A relevância da educação física escolar para a saúde mental de escolares do ensino médio: Uma revisão de literatura sobre o Transtorno de Ansiedade, de Andreza Cristina Almeida da Silva, 2023.</p>	<p>A Educação Física escolar é uma excepcional ferramenta de ensino e aprendizagem, sua função vai muito além da prática de esportes ou brincadeiras, ela proporciona ao indivíduo interação no meio social, construindo o interesse pela cultura corporal dos movimentos e contribui para um estilo de vida saudável através da atividade física. O Ensino Médio é o período de término dos estudos da educação básica, essa etapa também fica marcada por muitas descobertas e transições tanto físicas quanto emocionais na vida dos jovens. Diante disso, existem ferramentas que ajudam a prevenir ou amenizar o transtorno de ansiedade, e a prática de atividade física contribui no combate a ansiedade e manutenção da saúde mental.</p>
<p>A relevância da educação física escolar para alunos com</p>	<p>A Educação Física escolar é uma excepcional ferramenta de ensino e aprendizagem, sua função vai muito além da prática de esportes ou brincadeiras, ela proporciona ao indivíduo interação no meio social,</p>

transtorno de ansiedade, de Aldo Veloso Dias, Matheus Oberdhã Alves de Queiroz, Rodrigo José Muniz da Silva, 2023.	construindo o interesse pela cultura corporal dos movimentos e contribui para um estilo de vida saudável através da atividade física. O Ensino Médio é o período de término dos estudos da educação básica, essa etapa também fica marcada por muitas descobertas e transições tanto físicas quanto emocionais na vida dos jovens.
Os possíveis impactos da ansiedade infantil no processo de aprendizagem, de Vanise Maria de Bastos Ottonell, 2021.	Ansiedade é uma emoção natural presente na vida de todos os seres vivos, no entanto, nos últimos 50 anos, tem se tornado um grave transtorno, que aumentou consideravelmente, e tem atingido todas as idades, entre elas, crianças que hoje evidenciam um mesmo grau de ansiedade que um paciente adulto psiquiátrico da década de 50. O objetivo do presente trabalho é trazer conhecimento sobre os transtornos de ansiedade, identificar seus diferentes conceitos, diferenciando seus sintomas e o impacto que estes podem trazer para crianças e adolescentes durante o processo de aprendizagem
Trabalho docente em universidades públicas brasileiras adoecimento mental: uma revisão bibliográfica, de Taís Cordeiro Campo, 2020.	Pesquisas indicam que as novas configurações do trabalho docente nas universidades públicas brasileiras têm sido caracterizadas por um importante quadro de precarização do trabalho, com intensificação da jornada diária, flexibilização das relações trabalhistas, sobrecarga de trabalho, escassez de financiamento, excesso de controle institucional e sucateamento da infraestrutura. Tal quadro vem gerando impactos negativos não apenas na rotina de trabalho, mas também na saúde mental dos docentes. Dentre tais impactos, destacam-se as elevadas taxas de prevalência de Síndrome de Burnout e de Transtornos Mentais Comuns encontradas em pesquisas epidemiológicas envolvendo tais profissionais. Nesse cenário, esta revisão visa analisar a atividade docente, em seus elementos constitutivos, desempenhada nas universidades públicas brasileiras e relacioná-la ao adoecimento mental, especialmente à Síndrome de Burnout e aos Transtornos Mentais Comuns.

FONTE: Dados da pesquisa, 2023.

Destaca-se, ainda, que o conteúdo destes materiais pesquisados e analisados serão retomados no capítulo seguinte, que versa sobre as discussões dos resultados.

VALIDAÇÃO DA INVESTIGAÇÃO

Em termos conceituais, destacam-se as contribuições de Freire de Assis (2018), Teixeira (2020) e Araújo (2022), que afirmam que todas as pessoas estão propensas a vivenciar momentos emocionais e perturbadores desagradáveis, favorecendo a presença de oscilações de humor e alterações na expressão comportamental. Algumas pessoas podem experimentar breves períodos de depressão, acompanhados de insatisfação, solidão, incompreensão e atitudes de rebeldia. Pessoas ansiosas acabam por apresentar uma tendência a processar informações de forma tendenciosa, interpretando certas situações como

ameaças exageradas. Os transtornos de ansiedade também podem interferir diretamente nos processos atencionais e causar prejuízos na aprendizagem e na memória.

Nesse sentido, em se tratando das considerações sobre os impactos da ansiedade na Educação Básica, foram considerados os estudos de Mynayo (2017), Lamônica (2019), Castilho (2021), Amarante (2019), dentre outros. Para os autores, a prevenção de saúde mental nos dias de hoje é examinada da mesma forma que as doenças físicas, por isso a importância da promoção da saúde mental nas escolas, primeiro por ser um local de construção de conhecimento e, segundo, por ser um local onde a maioria dos adolescentes passa a maior parte do dia. Sendo assim, a escola é um local propício para a criação de um espaço de escuta para um profissional da psicologia, deste modo facilitaria a identificação de casos e o encaminhamento para outro profissional da saúde mental se assim fosse necessário.

De modo concomitante ao que diz os autores acima, Gillihan (2021), Moura (2020), Cunha (2023), e Palazzo (2019), complementam dizendo que é de suma importância que os educadores estejam atentos a qualquer demonstração de sofrimento psíquico dos estudantes para que desse modo possam evitar o abandono escolar. Não se sugere aqui que os educadores tenham a responsabilidade de diagnosticar nem tão pouco aplicar quaisquer conhecimentos que não seja da área da educação, mas, visto que já atuam com aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais, pode ser de grande valia na prática educativa.

Em relação a saúde mental do profissional docente, foram consideradas os estudos de Garcia (2020), Borsoi (2021), Cruz (2020) e Relvas (2022), quando dizem que a intensificação do trabalho docente somada à falta de reconhecimento, desvalorização e perda do significado social têm levado este profissional a um estado de angústia e frustração. Além disso, o cotidiano de trabalho marcado pela correria diária, alterações de humor que ocorrem nas relações professor-aluno, sobrecarga de atividades, pressão por publicação, aprendizagem de novos recursos tecnológicos e o foco em resultados acadêmicos efetivos demanda constantes adaptações e leva a uma rotina fatigante que predispõe os docentes ao Burnout.

De acordo com os mesmos autores, o desconhecimento e o desinteresse pela temática, além da resistência ou negação, impedem que o docente procure ajuda especializada, dificultando o rastreamento e diagnóstico, levando a dados imprecisos. Ainda assim, as taxas de prevalência de transtornos mentais, evidenciadas em estudos epidemiológicos envolvendo docentes, são expressivas e demonstram que é preciso e urgente dar atenção especial ao tema. Assim, é necessário pensar em atividades de conscientização e redes de apoio, especialmente no ambiente acadêmico, por meio de campanhas, eventos, atividades terapêuticas, cartilhas explicativas, dentre outras ações que visem desmistificar e ampliar o conhecimento a

respeito da saúde e adoecimento mental, incentivando a identificação precoce de transtornos, o cuidado à saúde e o correto tratamento.

ANÁLISE DOS RESULTADOS

A adolescência, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), é o período da vida a partir do qual surgem as características sexuais secundárias e se desenvolvem os processos psicológicos e os padrões de identificação, que evoluem da fase infantil para a adulta. Entre elas, está a transição de um estado de dependência para outro de relativa autonomia. Considera-se adolescência o período de 10 a 19 anos e distingue-se adolescência inicial (entre 10 e 14 anos de idade) e adolescência final (na idade de 15 a 19 anos).

É um período de intensas modificações no desenvolvimento humano, marcado por alterações biológicas da puberdade e relacionado à maturidade biopsicossocial do indivíduo. Desse modo, é identificada como um período de crise, pela experiência de importantes transformações mentais e orgânicas capazes de proporcionar manifestações peculiares em relação ao comportamento normal para a faixa etária. Estas podem, contudo, ser confundidas com doenças mentais ou manifestações comportamentais inadequadas.

A depressão, embora frequentemente não reconhecida, é comum nessa faixa etária. Habitualmente, é debilitante e crônica no seu curso, com efeitos adversos em longo prazo, especialmente se não for tratada. Assim, a depressão na adolescência vem se constituindo em um crescente e preocupante problema de saúde pública, ainda que poucos estudos epidemiológicos sobre o tema, neste período da vida, tenham sido realizados. Crianças e adolescentes depressivos costumam apresentar altas taxas de comorbidade com outros transtornos psiquiátricos, em frequência maior do que em adultos deprimidos.

O que se observa nessas posições teóricas é o fato de a ansiedade ser um termo adequado para

caracterizar situações e reações desagradáveis para o sujeito, é com esse sentido que o termo é usado nesse trabalho. Assim sendo, para diagnosticar a ansiedade recomenda-se a observância de seis dos seguintes sintomas, quando frequentemente presentes: tremores ou sensação de fraqueza; tensão ou dor muscular; inquietação; fadiga fácil; falta de ar ou sensação de fôlego curto; palpitações; sudorese, mãos frias e úmidas; boca seca; vertigens e tonturas; náuseas e diarreias; rubor ou calafrios; polaciúria (aumento do número de urinadas); bolo na garganta; impaciência; resposta exagerada a surpresa; dificuldade de concentração ou memória prejudicada; dificuldade de conciliar e manter o sono e irritabilidade (OMS, 2022).

Os transtornos de ansiedade na adolescência são considerados patológicos, o que provoca o comprometimento e agravo no cotidiano de muitos jovens, causando problemas físicos, psicológicos e de rendimento escolar. Se um adulto já tem dificuldades em lidar com a ansiedade, pode-se considerar também tudo o que um jovem em fase de desenvolvimento precisa enfrentar. Em meio à pressão escolar, convivência familiar e interação social, o que acarreta inúmeros fatores para o início de uma grande desvalorização da vida e da juventude, deixando de lado momentos de prazer, por algo que vem tomando de conta do seu próprio instinto.

Nesse sentido, a ansiedade é considerada um sinal/sintoma que interfere e dificulta a vida dos adolescentes relacionados ao humor e ao afeto, e provoca um sofrimento que interfere na diminuição das relações sociais dos adolescentes de qualquer nível socioeconômico, intelectual e cultural. Além disso, pode elencar que a escola é um ambiente bastante propício para contribuir no agravamento da ansiedade desse adolescente, o que é controverso, pois o ambiente escolar deve buscar promover a saúde desses jovens, com o intuito de contribuir para a melhora da saúde mental (Assis, 2018).

A adolescência é um período da vida onde a ansiedade patológica ocorre com frequência, começando

muitas vezes a estruturar-se nesta idade para o resto da vida. É comum encontrarmos jovens estudantes com altos níveis de ansiedade que perturbam a concentração e a memória, conduzindo depois a dificuldades e ao insucesso escolar. O medo da morte pode ser um dos fatores da angústia existencial de alguns adolescentes, revelando níveis de ansiedade que provocam a desestruturação do comportamento, podendo ocasionar um desenvolvimento de fobia social (Silva, 2019).

Podem-se ressaltar dois tipos de ansiedade no contexto escolar envolvendo adolescente, que é a ansiedade moderada, onde ela pode ser caracterizada como funcional, ou seja, por mais que os adolescentes tenham muitas cobranças ao longo de sua caminhada, eles ainda irão se dedicar aos estudos, para que não haja um insucesso e uma dependência emocional e escolar, envolvendo seus pais e professores. E a ansiedade elevada, que é algo mais generalizado, chegando a paralisar o aluno, podendo interferir na concentração e no sono, levando ao isolamento, causando irritabilidade, fazendo com que os alunos se sintam incapazes diante de avaliações, apresentando dificuldade na aprendizagem, falta de vontade de frequentar a escola e pensamentos negativos. Além disso, todas as correlações mentais associadas, o medo de tirar nota baixa e ser reprovado no final do ano, também vão influenciar bastante, gerando muitos conflitos e inseguranças (Dutra, 2017).

A partir do estudo apresentado, foi analisado o desenvolvimento do adolescente em suas mais importantes características da vida. Pode-se entender que é nessa fase que muitos pensamentos, sonhos e desejos estão sendo construídos para a realização de um futuro próspero. Mesmo com pouca idade, os jovens sentem-se na responsabilidade de projetar suas expectativas. Por isso, é preciso que essa etapa da vida possa ser vista com um olhar mais atencioso, de carinho, respeito e compreensão.

As pesquisas selecionadas neste trabalho, foram voltadas para além do transtorno de ansiedade em adolescentes escolares, pode-se destacar também o

desempenho escolar, pois estar envolvido dentro das competências socioemocionais dos adolescentes. Diante disso, pesquisas apontam que um bom rendimento escolar depende não apenas do próprio estudante, mas de um conjunto de fatores, como questões externas, familiares e da própria escola e do sujeito. Além do desempenho escolar, os problemas emocionais e de comportamento têm sido amplamente estudados devido a sua alta incidência e impacto que podem causar ao desenvolvimento do adolescente, podendo estar presente de forma generalizada, como por exemplo, a ansiedade.

Como se perceberá na seção seguinte, estudo evidenciou que a ansiedade é um transtorno que está levando os adolescentes ao adoecimento, desta forma alguns são diagnosticados e acompanhados pelo sistema de saúde. Porém, evidências mostram que muito não tem a oportunidade de um diagnóstico precoce, tendo como consequência posterior a depressão, que caso não seja tratada terá consequências futuras para o adolescente.

Além disso, outro fator que merece ser discutido é a atuação do profissional de psicologia no ambiente escolar, com o intuito de fazer o acompanhamento dos adolescentes, com ações que visem promover o bem-estar e a prevenção de transtornos que podem vir causar agravos na saúde mental. Assim, tal assunto merece ser tema de pesquisas, para evidenciar o impacto da assistência do psicólogo na escola, para que esse profissional junto com as entidades de ensino possa favorecer um espaço de escuta e diálogo.

IMPACTOS DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM DE ESTUDANTES DA EDUCAÇÃO BÁSICA

Para compreensão desse cenário de ansiedade que afeta os adolescentes dentro do seu processo de aprendizagem, apresenta-se, nesta seção, um panorama das pesquisas que foram selecionadas, lidas e analisadas.

Falar sobre saúde mental não pode ser tabu no ambiente escolar. Mas também não é de total responsabilidade do ambiente escolar, porém é importante que a comunidade escolar se engaje trazendo esse assunto para as aulas, tornando o espaço de ensino seguro para que dessa maneira esses estudantes tirem suas dúvidas e também possam aprofundar o assunto.

Nesse sentido, a primeira pesquisa selecionada para o desenvolvimento deste trabalho foi uma dissertação intitulada *Transtorno de ansiedade e estratégias de ensino para alunos dos anos iniciais do Ensino Fundamental: um levantamento bibliográfico*, de Caroliny de Jesus Monico, 2023. Além de uma revisão bibliográfica, a pesquisa contou, ainda, com uma pesquisa de campo. Assim, o estudo foi realizado em uma escola que faz parte de uma rede particular que possui um regimento acadêmico geral para toda a rede, no Sul de Minas Gerais. Participaram desse estudo 96 alunos que foram distribuídos da seguinte maneira: 33 alunos do 1º, 28 estudantes do 2º e 35 estudantes do 3º ano do Ensino Médio Integrado, esse estudo foi realizado com estudantes de ambos os sexos tendo como maioria de meninos com um total de 68 (70,8%). A idade variava entre 14 e 18 anos.

Para a autora, o principal objetivo desse trabalho foi a investigação entre os níveis de ansiedade e o desempenho escolar dos alunos do ensino médio integrado. Para ela o desempenho escolar pode ser conceituado como mudanças individuais, aprender o que eles têm a oferecer e a capacidade de usar suas estruturas cognitivas para superar dificuldades de vários graus e resolver problemas. Já o bom rendimento escolar depende não apenas do próprio estudante, mas sim de um conjunto de fatores, como fatores externos, a família e a escola e, como fatores internos, questões do próprio sujeito, como o autoconceito acadêmico e a motivação.

Aqui é importante considerar que mesmo com pouca idade os adolescentes se sentem na responsabilidade de projetar suas expectativas de vida. Dessa forma é muito importante dar muito atenção a

essas aspirações do futuro e ter uma escuta humanizada, sem menosprezar os desejos de cada um. Para a autora da pesquisa, no ambiente escolar quando os níveis de ansiedade são elevados, há um efeito muito negativo sobre o desempenho acadêmico, podendo levar a distração, diminuição da capacidade do processamento da informação.

Os dados levantados nesta pesquisa, bem como os resultados de outras, atestam que os níveis mais altos de ansiedade estão no sexo feminino, com diferença estatisticamente significativa somente na ansiedade antecipatória, indicando que as mulheres sofrem mais por antecedência (Monico, 2023). Já com relação aos níveis de sintomas ansiosos entre os anos escolares, o segundo ano foi o que apresentou menor escala.

Segundo a autora do estudo é importante lembrar que os resultados obtidos houve correlação em sua maioria moderada entre eles o que de fato já era esperado, pois ambas as escalas aferem sintomas ansiosos, o que difere é que a SAS² permite avaliar reações ansiosas, o estado da ansiedade, e a EAA se baseia nos sintomas físicos e psicológicos e afere a ansiedade traço. Assim, vale uma compreensão de que caberia mais estudo para validar essa inter-relação que pode proporcionar evidências de validade para ambas as escalas (Monico, 2023).

A partir destes resultados, fica cada vez mais evidente a necessidade de criar espaços para que os adolescentes possam ser ouvidos no ambiente escolar gerando assim um local que leva segurança e confiança para esses jovens e encaminhando os para profissionais, caso haja a necessidade. De forma concomitante com aquilo que Monico (2023) destacou, Cunha (2020) em sua também dissertação de mestrado intitulada *Ansiedade e desempenho escolar no ensino médio integrado* também desenvolveu um trabalho investigativo com alunos. O

estudo foi realizado com 70 estudantes entre o sexo masculino e feminino, com idade entre 16 e 19 anos e em fase de conclusão de curso nos turnos diurno e noturno, de duas escolas públicas do interior do Rio Grande do Sul. Foi utilizado como instrumento de coleta de dados uma Ficha de Dados Sociodemográficos elaborado para esse estudo, com o objetivo de definir o perfil socioeconômico do estudante, também foi usado o Inventário de Depressão de Beck (BDI) e o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI).

Os resultados do BDI mostraram uma semelhança entre os grupos masculino e feminino com relação aos níveis mínimos e leves de sintomas depressivos, sendo perceptível em ambos os grupos. No entanto no BAI foi observado uma prevalência mínima de sintomas em ambos os gêneros, porém com maior percentual de sintomas leves na amostra masculina. Logo, foi constatado maior prevalência de sintomas moderados em participante do gênero feminino (20%) se comparado a (10%) do gênero masculino, sendo que as mulheres pontuaram sintomas graves (13,3%) enquanto os homens não obtiveram pontuação nesse nível. Este resultado sinaliza que há mais prevalência de ansiedade em adolescentes do gênero feminino (Cunha, 2020).

Outra variável observada pelas autoras foi quanto ao turno de estudo dos adolescentes que constataram resultados diferentes nos dois grupos da amostra. Os sujeitos que estudavam no período noturno apresentaram mais sintomas depressivos e de ansiedade do que os que estudavam no turno diurno.

Diante dos resultados obtidos, pode-se considerar que o transtorno de ansiedade, quando não tratado, traz inúmeros estragos para a vida do sujeito. Para as autoras existe uma questão a ser trabalhada que seria a criação de espaços de escutas por um profissional da psicologia, possibilitando, assim, a identificação de

² Para a realização desse estudo foi utilizado como instrumento de coleta de dados duas escalas para a aferição do nível de ansiedade da amostra, foram elas: a Escala de Ansiedade do Adolescente – EAA e a Escala de Ansiedade

de Auto Avaliação de Zung (Self-Rating Anxiety Scale of Zung – SAS). A primeira avalia reações ansiosas frente a determinadas situações, ou seja, ela afere o estado na ansiedade e não o traço (Monico, 2023).

casos que mereçam uma maior atenção. Elas falam ainda que é preciso a continuidade da investigação em amostras mais eficazes em pesquisas futuras, ampliando o estudo em coleta de dados em instituições públicas e privadas de ensino para auxiliar ao estudo do tema.

A terceira fonte de pesquisa estudada foi a monografia intitulada *Os possíveis impactos da ansiedade infantil no processo de aprendizagem*, de Ottonelli (2021), para o estudo os participantes responderam a um questionário onde continha dados sociodemográficos e dois instrumentos de avaliação. O primeiro foi KIDSCREEN-10, que foi utilizado para caracterizar a qualidade de vida e o outro foi STAI-Y (Inventário de Estado e Traço de Ansiedade-Forma Y) na sua versão portuguesa do State-Trait Anxiety Inventory de Spielberger, que é um questionário de autoavaliação para medir a ansiedade.

No questionário os estudantes responderam a sua idade, nível de escolaridade e profissão dos pais e se existia algum familiar com histórico de ansiedade / depressão. A autora da pesquisa começa por apresenta a definição de ansiedade de Charles Donald Spielberger, psicólogo criador do STAI-Y: “corte transversal temporal na corrente emocional da vida de uma pessoa e que consiste em sentimentos subjetivos de tensão, apreensão, nervosismo, preocupação e ativação do sistema nervoso autónomo” (Ottoneli, 2021).

Assim como nas pesquisas anteriores, os valores obtidos por Rosana Andreia Vilar Campos sinalizaram que a ansiedade é mais frequente nas meninas. Segundo a autora “encontraram-se diferenças estatisticamente significativas no caso de indicação de depressão e/ou ansiedade na mãe, nas pontuações das três escalas, STAI-Forma Y1, STAI-Forma Y2 e KIDSCREEN-10” (p.05).

No tocante aos meninos, os dados revelaram que com relação à qualidade de vida, eles apresentaram valores mais elevados na escala. No que diz respeito às características sociodemográficas, o a pesquisa demonstrou que a constituição familiar não influencia a qualidade de vida ou os níveis de ansiedade. Porém, a

profissão dos pais “apresentou diferenças estatisticamente significativas nas escalas da ansiedade” (Ottoneli, 2021 p. 06).

As conclusões da autora com relação foram:

A investigação centrada na saúde mental dos adolescentes é ainda escassa. Contudo, sabe-se que as perturbações psicológicas nesta faixa etária acarretam um elevado sofrimento e limitam o processo de desenvolvimento. Os resultados deste estudo indicam que a ansiedade pode influenciar negativamente a qualidade de vida, pode ter repercussões no sucesso escolar e ser afetada pelos antecedentes parentais de depressão e/ou ansiedade. Tudo isto reflete a importância de estabelecer mais e melhores relações entre a escola, família e comunidade, de forma a promover autoconfiança, a melhorar o desempenho acadêmico e a diminuir os impactos futuros da ansiedade na qualidade de vida e no sucesso escolar de adolescentes (Ottoneli, 2021, p. 06).

Esta pesquisa de Rosana Campos apresenta uma discussão muito importante quando aborda a saúde mental e suas associações com a qualidade de vida, por isso pode-se considerar ser esse estudo de grande valia para esta revisão, pois sabe-se que a qualidade de vida dos adolescentes está intimamente relacionada com a saúde mental e o bem-estar, e que o seu desenvolvimento psicológico e cognitivo depende muito de fatores sociais e familiares.

A quarta pesquisa selecionada desta revisão foi o trabalho monográfico intitulado *A relevância da educação física escolar para a saúde mental de escolares do ensino médio: uma revisão de literatura sobre o transtorno de ansiedade*, Pires (2023). O pesquisador realizou um estudo descritivo onde participaram 96 estudantes cursando o 3º ano do Ensino Médio, sendo 46 do sexo masculino e 50 do sexo feminino, na faixa etária de 17 a 19 anos, todos faziam parte de uma instituição ensino público e privado no Norte do Estado do Rio de

Janeiro que pretendiam prestar o vestibular para ingresso na universidade. Foi realizado um questionário contendo 16 questões, sendo 13 de múltipla escolha e 3 abertas que abrangia várias áreas da vida desses estudantes como: dados pessoais, situação familiar e financeira.

Foi aplicado também as escalas Inventário de Ansiedade de Beck – BAI – (Beck Anxiety Inventory) e a Escala de Stress para Adolescentes – ESA. A primeira escala é utilizada para calcular os sintomas de ansiedade, é em formato de autorrelato formado por 21 itens respondidos dentro de uma escala de quatro pontos, sendo: 1) “absolutamente não”; 2) “levemente”; 3) “moderadamente”; 4) “gravemente.”

A segunda escala pode ser empregada em jovens de ambos os sexos com idade entre 14 e 18 anos. Essa escala é composta por de 44 itens que estão relacionadas a reações do estresse: psicológicas, cognitivas, fisiológicas e interpessoais.

O autor observou em suas amostras que em um total de 96 participantes sendo 50 do sexo masculino e 46 do sexo feminino foi predominante os sintomas de ansiedade nas meninas de acordo com o BAI, sendo 28 somados sintomas moderados e graves nas meninas equivalendo a 45,60% da amostra de meninas e 29,16% da amostra total. Enquanto nos meninos os sintomas moderados e graves, apenas 5 participantes tiveram sintomas de ansiedade, que corresponde a 10% da amostra de meninos e a 5,20% da amostra total.

Conforme o autor da pesquisa:

Os dados encontrados neste estudo sobre a influência do sexo na presença de sintomas de ansiedade corroboram estudos como os de Rodrigues et al. (2008), que afirmam que as mulheres apresentam risco significativamente maior para o desenvolvimento de transtornos de ansiedade ao longo da vida assim, como maior gravidade dos sintomas cronicidade e prejuízo funcional se comparado aos homens (Pires, 2023 p. 30).

Com relação a ESA 69,79% dos estudantes atingiram escores que os classificaram como “sem estresse” e 30,20% dos estudantes atingiram escores que os classificaram “com estresse”. Sendo as meninas com um escore mais alto com 42% com queixa de estresse e os meninos com 17,39%. Tais resultados sinalizam que há um maior índice de estresse nas mulheres do que nos homens adultos jovens. No final da apresentação dos resultados, a autora faz a seguinte colocação a partir dos seus estudos:

Outro estudo afirma que é possível que a prevalência de depressão entre as meninas esteja relacionada a especificidades do funcionamento neuro-hormonal feminino e ao fato destas se sentirem mais afetadas por eventos de vida estressantes, terem maior preocupação com o autoconhecimento e, conseqüentemente, por terem maior ciência de seus estados internos (Pires, 2023, p. 31).

Os resultados e as conclusões desta pesquisa mostraram a importância do monitoramento psicológico, especialmente durante a adolescência na fase escolar, pois pode ajuda para melhorar a qualidade de vida e manter a saúde mental desses jovens e uma transição saudável para a vida adulta e universitária.

Foi possível observar também que os dados encontrados neste trabalho sobre a interferência do sexo na presença de sintomas de depressão reforçam os estudos que alegam a incidência de depressão em meninas é maior do que nos seus colegas do sexo masculinos. Mas há uma necessidade de expandir a pesquisa sobre depressão na adolescência porque a alta incidência de depressão neste estudo deveu-se principalmente à gravidade da doença e os danos que ela causa à saúde de um indivíduo. A ansiedade é, acima de tudo, um tema de grande complexidade visto que suas causas, sintomas e conseqüências costumam variar de acordo com as particularidades de cada indivíduo.

Sobre os dois artigos pesquisados, destaca-se que a ansiedade é uma emoção natural presente na vida de todos os seres vivos, no entanto, nos últimos 50 anos, tem se tornado um grave transtorno, que aumentou consideravelmente, e tem atingido todas as idades, entre elas, crianças que hoje evidenciam um mesmo grau de ansiedade que um paciente adulto psiquiátrico da década de 50 (Campos, 2020).

Os autores do outro artigo (Ottonel, 2021 & Campos, 2020) complementam dizendo que pesquisas indicam que as novas configurações do trabalho docente nas universidades públicas brasileiras têm sido caracterizadas por um importante quadro de precarização do trabalho, com intensificação da jornada diária, flexibilização das relações trabalhistas, sobrecarga de trabalho, escassez de financiamento, excesso de controle institucional e sucateamento da infraestrutura. Tal quadro vem gerando impactos negativos não apenas na rotina de trabalho, mas também na saúde mental dos docentes.

Dentre tais impactos, destacam-se as elevadas taxas de prevalência de Síndrome de Burnout e de Transtornos Mentais Comuns encontradas em pesquisas epidemiológicas envolvendo tais profissionais. Nesse cenário, esta revisão visa analisar a atividade docente, em seus elementos constitutivos, desempenhada nas universidades públicas brasileiras e relacioná-la ao adoecimento mental, especialmente à Síndrome de Burnout e aos Transtornos Mentais Comuns.

Os resultados desta pesquisa bibliográfica permitem concluir que os fatores que contribuem para o desencadeamento do transtorno de ansiedade nos alunos na Educação Básica são: a pressão familiar, social e pessoal com a disponibilidade maior do transtorno se desenvolver em indivíduos do sexo feminino do que no sexo masculino. Há necessidade de um atendimento psicológico, bem como a importância do papel do professor como prevenção, benefícios e intervenção em relação a saúde mental e o transtorno de ansiedade como abordagem multidisciplinar.

Observa-se que é importante desenvolver trabalhos acadêmicos que possam colaborar para novas discussões na área para que os profissionais se sintam motivados durante a atuação profissional. Nesse sentido, ressalta-se a importância de que tal temática seja discutida de forma transversal considerando os diferentes campos de saberes. A saúde mental pode ser uma temática trabalhada no contexto escolar e os profissionais de educação, de modo geral, podem contribuir com este projeto de promoção de saúde mental nas escolas.

ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE PSICOLOGIA NO AMBIENTE ESCOLAR

A partir da emergência da Psicologia enquanto área de conhecimento, pesquisa, produção de conhecimento e prática profissional, sua articulação com a Educação passou a se configurar como um dos campos de atuação dos psicólogos, apesar de pouco escolhida pelos profissionais, os quais se detiveram, historicamente, mais ao psicodiagnóstico e à avaliação psicológica (Cruces, 2019). A inserção da Psicologia nas escolas foi marcada por objetivos fortemente adaptacionistas, nos quais predominava a necessidade de corrigir e adaptar, à escola, o aluno portador de um problema de aprendizagem. Esta adaptação se realizava, no passado, a partir da aplicação de recursos psicométricos, entendidos como função do psicólogo (Cruces, 2019).

O psicodiagnóstico e a avaliação psicológica, dotados de aplicações e técnicas próprias, foram atividades consideradas inerentes e exclusivas do psicólogo, prevalecendo, prioritariamente, nos seus diversos contextos de atuação, inclusive no educacional (Cruces 2019). Assim sendo,

a adoção dos instrumentos psicológicos de classificação no interior das instituições educativas se encontra, no nosso país, na

origem do que se conhece como a Psicologia Escolar e Educacional. Tais procedimentos refletiam a migração, para o interior da escola, do modelo clínico de atuação e do seu instrumental (p.34).

No entanto, a aplicação desse modelo médico de intervenção na escola conduziu à patologização e psicologização do espaço escolar por atribuir ao próprio aluno a culpa por suas dificuldades de aprendizagem e por isentar outras instâncias das suas responsabilidades educativas.

A aplicabilidade da Psicologia à Educação foi fortemente criticada por não se entender como adequado o uso dos conhecimentos psicológicos para adaptar os alunos à escola, normatizando posturas, princípios e relações de acordo com o que é esperado pela instituição. Além disso, a aplicação dos conhecimentos psicológicos na educação sem a devida reflexão, análise e planejamento, acabavam por gerar processos de exclusão em relação a um conjunto de alunos, uma vez que tais conhecimentos eram apropriados de forma descontextualizada e sem referência à natureza histórico-cultural do ser humano, desconsiderando a realidade social dos alunos e de suas famílias (Araújo, 2020).

A partir de processos de avaliação e reflexão acerca da relação que se estabeleceu entre o conhecimento psicológico e a educação, transformações foram geradas tanto na formação do psicólogo escolar quanto em sua atuação. Como desdobramento deste processo de crítica e reformulação da atuação em Psicologia Escolar, reconhece-se tentativas no sentido de definir o que venha a ser a Psicologia Escolar e de delimitar seu campo de atuação, bem como de apresentar alternativas teórico-práticas que orientem o trabalho dos psicólogos escolares. Sendo assim, a próxima seção traz, inicialmente, reflexões acerca do que seja a Psicologia Escolar e seu campo de atuação e, em seguida, apresenta algumas opções de atuação (Martinez, 2022).

Representando uma intersecção entre a Psicologia e a Educação, o termo Psicologia Escolar se confunde, muitas vezes, com Psicologia Educacional ou Psicologia da Educação. Em relação a estas terminologias, acredita-se, assim como Araújo (2020), que a confusão ocorre em decorrência de concepções dicotômicas entre prática e teoria que atribuem à Psicologia Escolar o caráter prático e à Psicologia da Educação ou Educacional a função da construção de conhecimentos que possam ser úteis ao processo educacional.

Nesse sentido, a Psicologia Escolar é entendida como um campo de atuação profissional do psicólogo e, também, de produção científica, caracterizado pela inserção da Psicologia no contexto escolar, sendo que o objetivo principal deste campo é mediar os processos de desenvolvimento humano e de aprendizagem, contribuindo para sua promoção. Mitjans Martinez (2003) conceitua a Psicologia Escolar como:

Um campo de atuação profissional do psicólogo (e eventualmente de produção científica) caracterizado pela utilização da Psicologia no contexto escolar, com o objetivo de contribuir para otimizar o processo educativo, entendido este como complexo processo de transmissão cultural e de espaço de desenvolvimento da subjetividade (p. 107).

Dessa forma, a autora aponta que a especificidade do que se denomina Psicologia Escolar está dada, hoje, pela conjunção de dois elementos: por seu objetivo de contribuir para a promoção do processo educativo e pelo espaço de sua atuação, qual seja o das instituições do sistema escolar, sendo que essas delimitam um espaço que não se reduz à escola, apesar deste ser o espaço fundamental de atuação profissional.

A identidade do psicólogo escolar e a especificidade de sua atuação são dadas, sobretudo, pela configuração de um campo de atuação profissional, e não por um campo de saberes delimitado por uma

abordagem teórica e/ou metodológica. Em sua atuação profissional o psicólogo escolar utiliza múltiplos e diversos conhecimentos, organizados em diferentes áreas da Psicologia, para contribuir com os processos de aprendizagem e de desenvolvimento que ocorrem no contexto escolar. Ademais, a especificidade da Psicologia Escolar advém da articulação que o profissional faz dos diversos conhecimentos psicológicos na direção de mediar as relações entre aprendizagem e desenvolvimento que têm lugar no contexto escolar (Martinez, 2022).

Tendo essa discussão como pano de fundo, assume-se que a escola é o contexto principal de atuação do psicólogo escolar, apesar de não se configurar como o único, uma vez que atuações relevantes em Psicologia Escolar têm se desenvolvido em outros contextos educativos, como é o caso de creches, cursinhos pré-vestibulares, por exemplo (Araújo, 2020).

Pelo exposto, evidencia-se que a atuação da Psicologia Escolar relaciona-se com contextos de natureza educativa nos quais os processos de aprendizagem e de desenvolvimento humano, e a relação que se estabelece entre eles, são tidos como foco do trabalho. A intervenção desencadeada pelo profissional da área volta-se, essencialmente, para a mediação desses processos com o objetivo precípuo de promovê-los.

Desse modo,

acompanhando a relação estabelecida entre a Psicologia e a Educação, a compreensão contemporânea acerca da atuação em Psicologia Escolar aponta para a necessidade de o psicólogo se comprometer com a modificação do processo de culpabilização e de exclusão dos alunos que prevaleceu como foco de atuação da área em outros momentos históricos. Observa-se a necessidade de ocupar-se da individualidade dos sujeitos sem, contudo, desarticulá-los de suas redes de relações e de sua história. Nesse sentido, a perspectiva preventiva em Psicologia Escolar mostra-se como

possibilidade de uma atuação diferenciada (Meira, 2021, p.98).

O conceito de prevenção em Psicologia Escolar não se refere ao ajustamento e adequação de situações e comportamentos, tidos como inadequados, a padrões aceitos socialmente, pois esse posicionamento favorável ao controle social, exercido a partir da padronização de comportamentos e atitudes, desconsidera a característica histórica e social de cada indivíduo. A intervenção preventiva proposta contemporaneamente pela Psicologia Escolar pretende contribuir para que aconteçam reformulações pessoais e institucionais no sentido de oportunizar, aos atores envolvidos, transformações e saltos qualitativos em seu desenvolvimento.

Tais saltos podem ser possíveis através de ações do psicólogo escolar que estejam intencionalmente comprometidas com tal objetivo, como, por exemplo, em relação às concepções dos profissionais da escola acerca da avaliação, da aprendizagem e do desenvolvimento humano (Correia, 2019).

As concepções que os professores têm acerca deste último direcionam sua prática profissional, favorecendo ou prejudicando sua mediação em relação ao desenvolvimento psicológico de seus alunos. Conhecer e intervir sobre as concepções de natureza deterministas e reducionistas dos professores, por exemplo, é uma possibilidade de contribuir para a transformação de práticas que se mantêm rígidas e imutáveis independentemente dos sujeitos envolvidos. Intervir nas concepções que são balizadoras das ações e práticas dos profissionais é uma forma de promover mudanças neles e, provavelmente, nos alunos também, contribuindo para que tenham oportunidade de rever seus conceitos e práticas, retomar suas prioridades, modificar suas intenções e objetivos, reconsiderar seu papel na formação dos alunos, entre outros (Machado, 2020).

Conforme Almeida (2022),

Ao contrário da visão de controle, a atuação preventiva em Psicologia Escolar deve estar respaldada em ações que busquem a) facilitar e incentivar a construção de estratégias de ensino diversificadas, b) promover a reflexão e a conscientização de funções, papéis e responsabilidades dos sujeitos e c) superar, junto com a equipe escolar, os obstáculos à apropriação do conhecimento. (p.24).

Dessa forma, a ação preventiva deve ser redirecionada para a compreensão e intervenção nas relações interpessoais que permeiam a construção do conhecimento e da ação pedagógica, sendo preciso que o psicólogo escolar se instrumentalize para estudar e entender as relações interpessoais como sendo sua unidade de análise, isto é, seu foco de atenção e de intervenção. Embasada na perspectiva preventiva e relacional em Psicologia Escolar e na perspectiva histórico-cultural, uma das propostas contemporâneas de atuação da área refere-se à inclusão do professor como co-participante das atuações em Psicologia Escolar.

Nesta proposta, acredita-se que a inclusão de diferentes atores na intervenção de um problema escolar é a maneira mais adequada de se promover o desenvolvimento e a aprendizagem. Nesse sentido, Almeida (2022) aponta que, ao se colocar o professor como co-participante no processo de atendimento a seus alunos, por exemplo, emerge um espaço de interlocução que possibilita ao professor refletir sobre sua prática e assumir uma postura mais crítica diante das queixas escolares.

Desse modo,

Com a participação do professor, além de trocar informações, “os psicólogos escolares podem criar condições para a desmistificação das explicações psicologizantes, a partir de uma reflexão consistente e fundamentada nos

conhecimentos acumulados pela Psicologia”. A participação ativa do professor na busca de alternativas para o efetivo aprendizado dos alunos lhe possibilita apropriar-se de sua função e responsabilidade, as quais, por algum tempo, foram delegadas ao psicólogo ou a outros “especialistas” que se ocupavam dos fenômenos educativos. Dessa forma, acredita-se que é possível contribuir para “o resgate do papel ativo e dirigente do professor (...) na reflexão, estudo e posterior definição dos caminhos e recursos necessários à resolução das dificuldades”, a partir de sua inclusão na discussão e reflexão acerca das dificuldades identificadas (p.67).

Por meio da participação do professor, o psicólogo escolar pode favorecer processos de questionamento e de conscientização acerca das concepções deterministas de desenvolvimento e aprendizagem que, implicitamente e de forma pouco lúcida, ainda estão presentes nas compreensões das queixas escolares e, portanto, nas práticas pedagógicas.

O professor é considerado o principal agente do processo educacional, coparticipante e mediador da intervenção junto às dificuldades escolares, de forma que em virtude deste importante papel diversas propostas de formação continuada são elaboradas com vistas a promover o desenvolvimento profissional dos professores. Os inúmeros esforços nesse sentido sustentam-se sobre a intenção de que os docentes estejam cada vez mais cientes das possibilidades e estratégias de trabalho que podem adotar em prol do desenvolvimento e da aprendizagem de seus alunos. Contudo, a qualidade da atividade desses profissionais depende, também, do seu bem-estar, de forma que ao psicólogo escolar cabe, do mesmo modo, responsabilizar-se pela promoção da saúde mental dos docentes (Meira, 2021).

Levar em conta diferentes questões que dificultam a atuação adequada destes profissionais, refletindo e discutindo sobre alguns aspectos que afetam

a saúde e a qualidade de vida do professor e da sua profissão. Um desses aspectos refere-se ao *burnout*, síndrome vivenciada por muitos professores em decorrência da natureza da atividade que realizam.

A proposta da Psicologia Escolar no que se refere ao *burnout* docente difere da perspectiva terapêutica ou clínica que pode ser realizada em outros contextos. A intervenção do psicólogo escolar junto a esta síndrome deve ser coerente com a perspectiva preventiva já explicitada anteriormente, privilegiando, portanto, que as contradições entre as demandas dos sujeitos e as práticas e rotinas institucionais definidas no contexto escolar sejam evidenciadas, e não camufladas, como forma de possibilitar a circulação de necessidades, exigências, incertezas, expectativas, angústias, possibilidades, limitações, entre outras. A criação de um espaço de interlocução, mediado pelo psicólogo escolar, visa oportunizar a circulação dos sentidos, compartilhar vivências e promover o bem-estar dos professores, sua saúde mental e, assim, prepará-los para sua atividade profissional (Almeida, 2022).

Nota-se, portanto, a importância de o psicólogo escolar estar atento ao sofrimento vivenciado pelos professores, os quais são os grandes motores dos processos educacionais, mas que, diariamente, estão sujeitos à exaustão emocional, a sentimentos de desgaste e de incerteza, entre outros, distanciando-se da sua tarefa de educar as crianças e jovens sob sua responsabilidade.

A Psicologia Escolar, enquanto campo de produção científica e de atuação profissional do psicólogo, caracteriza-se pela inserção da Psicologia no contexto escolar com o objetivo de contribuir para a promoção do desenvolvimento, da aprendizagem e da relação entre esses dois processos.

Inserido neste contexto de formação coube ao psicólogo escolar, por muito tempo, classificar os alunos com dificuldades escolares e propor métodos especiais de educação, tentando ajustá-los aos padrões de normalidade aceitos socialmente. Entretanto, a partir do afastamento em relação à postura adaptativa e corretiva,

a Psicologia Escolar tem buscado solidificar uma atuação de caráter preventivo e relacional que se sustenta muito mais em parâmetros de sucesso do que de fracasso.

Conforme Neves e Almeida (2022) pontuam, o fracasso escolar no Brasil configura-se como um grave problema social que demanda contribuições das diversas áreas do conhecimento, sendo que do ponto de vista da Psicologia essa contribuição torna-se relevante quando se ultrapassam as práticas conservadoras que tratam o fracasso do aluno como um problema individual ou do seu meio familiar.

O fracasso escolar carrega, em sua base, a responsabilização (ou culpabilização) ao próprio aluno e à sua família, das dificuldades que vivencia em relação ao aprendizado escolar, enfatizando as limitações e deficiências que, supostamente, o aluno teria. A cultura do sucesso escolar, por outro lado, privilegia as potencialidades e possibilidades em vez dos problemas e dificuldades, focaliza as diferentes alternativas individuais e coletivas de superação das adversidades, valoriza as diferenças, a heterogeneidade e a diversidade de formas de aprender, pensar e estar no mundo. Nesse sentido, a Psicologia Escolar tem buscado consolidar uma atuação que se baseia em crescimento e sucessos dos atores escolares em contraponto à ênfase em problemas e dificuldades (Machado, 2020).

Nessa nova perspectiva de atuação, tenta-se criar espaços de interlocução com todos os atores escolares, incluindo e acolhendo os diferentes segmentos que participam e constroem o cotidiano escolar. Esses espaços têm como foco tanto os aspectos objetivos dos processos de desenvolvimento e de aprendizagem, como a conscientização dos aspectos subjetivos que os permeiam.

Imersa em um contexto social cheio de transformações, a Psicologia Escolar tem construído atuações que buscam não somente abandonar um modelo que focaliza o problema no aluno. Ela tem se esforçado para integrar outras modalidades de trabalho que ampliem as possibilidades de sucesso dos atores

envolvidos, superando as práticas psicológicas que tratam a dificuldade de aprendizagem ou o fracasso escolar como um problema individual ou do meio familiar.

Outra frente de trabalho do psicólogo escolar junto aos professores é a atenção à sua saúde psíquica. Em virtude do forte vínculo afetivo, do intenso investimento no outro (o aluno) e da expectativa em relação aos resultados de seu trabalho, é comum identificar professores cansados, abatidos e desmotivados diante da tarefa de ensinar. Tais situações caracterizam professores que sofrem da síndrome de *burnout* e que precisam da intervenção do psicólogo escolar (e de outros profissionais de saúde) para modificar este quadro de sofrimento e reencontrar o prazer e alegria de ensinar (Cruces, 2019).

Importante destacar que atuação da Psicologia Escolar na perspectiva preventiva e relacional aqui apresentada, não se limita apenas às escolas, apesar do profissional da área ser comumente associado a ela por este ter sido o contexto no qual, historicamente, se consolidou a relação entre a Psicologia e a Educação. Apesar de um grande número de pesquisas em Psicologia Escolar ter como objeto de estudo questões que permeiam o cotidiano da escola, como as dificuldades de aprendizagem, a relação professor-aluno, a inclusão escolar, a relação família-escola, a criatividade, entre outros, a referência às instituições do sistema escolar delimita um espaço de atuação e de pesquisa que não se reduz à escola.

Diante deste novo cenário que vem caracterizando a Psicologia Escolar contemporânea, espera-se construir ações diferenciadas e transformadoras que, além de promoverem o desenvolvimento e a aprendizagem de todos os envolvidos no cotidiano escolar, venham também a enriquecer esse campo do conhecimento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ansiedade é uma emoção que se apresenta diante de pensamentos ou situações reais recorrentes da vida, a qual é inescusável para a sobrevivência, permitindo ativar certos recursos internos, que ajudam o indivíduo a enfrentar essas situações, sendo ela, uma resposta natural a determinados fatores ambientais e fisiológicos. Todos sentem ansiedade, e ela é necessária para guiar, de modo racional e equilibrado, quando o indivíduo se encontra principalmente em situações de risco é um alarme interno, que provoca reações comportamentais, físicas, emocionais e cognitivas. Porém, essa emoção se torna patológica quando começa a atrapalhar a qualidade de vidas das pessoas, no caso em questão, das crianças e adolescente. Acrescenta-se que a ansiedade não se manifesta apenas em adultos, ela afeta também crianças e adolescentes, e quando não tratada, leva esses a sofrer prejuízos que podem acarretar danos até a vida adulta.

No meio escolar, a ansiedade tem causando muitos transtornos, baixo rendimento no aprendizado, trazendo prejuízos significativos para a vida de crianças e adolescentes. Levando em consideração os vários motivos que podem ocasionar no desenvolvimento da ansiedade em alunos da Educação Básica, um dos períodos do ensino que mais podem adquirir esse tipo de transtorno, são os/as alunos/as finalistas do terceiro ano. O fato de nesta fase da vida os alunos sofrerem cobranças dos pais para tirarem notas boas, para concorrerem à vaga para o vestibular, a sobrecarga de matérias que incluem assuntos para o Enem, a primeira vaga no mercado de trabalho, as mudanças da fase de adolescência para a vida adulta são situações vivenciadas pelos adolescentes que potencializam quadros de ansiedade.

Entende-se que a saúde mental na definição da Organização Mundial da Saúde (OMS) está relacionada ao bem-estar de uma pessoa de forma direta como ela reage às exigências da vida, como harmoniza seus desejos, capacidades, ambições e emoções. Nesse sentido, saúde mental está relacionada ao bem-estar no qual o indivíduo

desenvolve e pratica suas habilidades pessoais, assim também como o indivíduo consegue lidar com os estresses do dia a dia, trabalhando de forma produtiva e apta a dar sua contribuição para a sociedade.

O termo bem-estar conceituado pela OMS, no que se refere à saúde, é baseado como total bem-estar do físico, psíquico e social. Partimos do entendimento de que este conceito de saúde, defendido pela OMS, se amplia na contemporaneidade, visto que o processo de construção de bem-estar deve estar atrelado à dimensão integral da vida como um todo. A saúde trata-se desta capacidade de administrar a própria vida e as emoções nas mais variadas situações do cotidiano. A saúde mental, saúde física e social devem estar, portanto, entrelaçadas e interdependentes. Trata-se de um processo de autocuidado integral, desse modo, saúde mental e cuidado de si estão relacionados à integralidade da saúde.

Ao abordar a questão da saúde mental no contexto da educação básica, considera-se, neste estudo, a questão dos transtornos. Esses podem ser definidos como uma alteração de tipo intelectual, emocional e/ou comportamental, que pode tornar mais difícil a interação do sujeito no meio em que cresce e se desenvolve. Existem vários tipos de transtornos. Neste trabalho, enfatiza-se o transtorno de ansiedade.

O transtorno de ansiedade, ultimamente, vem sendo discutido como um dos problemas, que está cada vez mais crescente na sociedade, sobretudo, nas escolas. Nessa direção, são muitos os fatores que levam os alunos, no decorrer da sua formação, a adquirir o transtorno de ansiedade. Os estressores que causam esse transtorno são prejudiciais, afetando a qualidade de vida do estudante, bem como o seu rendimento escolar.

O transtorno de ansiedade pode afetar as pessoas em todas as fases da vida. Torna-se um problema psiquiátrico quando impede o funcionamento do indivíduo e a realização das tarefas cotidianas. Os transtornos de ansiedade são os que mais afetam crianças e adolescentes, com prevalência entre 4 a 20%,

e o surgimento dessas manifestações na infância são fortes preditores de transtorno de ansiedade em adultos. Nessa direção, destaca-se que a aprendizagem é um processo pelo qual as experiências produzem mudanças relativamente permanentes nos sentimentos, pensamentos e comportamentos das crianças e jovens.

Diante dos transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes, infere-se que podem surgir dificuldades no processo de aprendizagem que precisam ser analisadas, a fim de se chegar à escolha das melhores estratégias pedagógicas capazes de reduzir seus impactos na aprendizagem.

São variadas as fontes de ansiedade na escola, como os novos colegas, professores, aprendizagem do conteúdo, realização de provas. Acrescenta-se que as situações malconduzidas na escola podem gerar e até potencializar quadros de ansiedade já existentes. A ansiedade excessiva pode levar o aluno a acreditar que está sendo atacado/perseguido pelo professor ou pela disciplina em que sente dificuldade.

A escola oferece um ambiente propício para a percepção da ansiedade de crianças e adolescentes por ser um espaço intermediário entre a família e a sociedade, conseqüentemente, é na escola que podem ocorrer situações psíquicas significativas que podem beneficiar ou prejudicar as condições emocionais dos alunos.

A ansiedade tem sido definida como “o mal do século 21”, e ela está cada vez mais presente em diferentes idades, gêneros e classes sociais. Ela pode atrapalhar a vida e muitas vezes faz com que as pessoas acreditem em coisas que não são reais. A ansiedade é, acima de tudo, um tema de grande complexidade, já que suas causas, sintomas e conseqüências costumam variar de acordo com as particularidades de cada indivíduo.

Diante das considerações tecidas, o presente estudo, por meio da pesquisa bibliográfica, identificou que há a presença de sintomas de Transtorno de Ansiedade Generalizada em adolescentes em fase de conclusão do ensino médio. Neste trabalho apontamos

que o bom rendimento escolar não depende apenas do estudante, mas sim de um conjunto de fatores tanto interno como externo, ou seja, a escola, a família, a motivação e desempenho acadêmico.

Além disso, foi constatado que a ansiedade é uma resposta normal do corpo, mas quando ultrapassa o nível de normalidade gera algumas situações que causa desconforto no sujeito. Essas alterações podem ser provocadas por excesso de pressão escolar, familiar e também social.

Desse modo, pode se afirmar que de suma importância que os educadores estejam atentos a qualquer demonstração de sofrimento psíquico dos estudantes para que desse modo possam evitar o abandono escolar. Não se sugere aqui que os educadores tenham a responsabilidade de diagnosticar nem tão pouco aplicar quaisquer conhecimentos que não seja da área da educação, mas, visto que já atuam com aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais, pode ser de grande valia na prática educativa.

A prevenção de saúde mental nos dias de hoje é examinada da mesma forma que as doenças físicas, por isso a importância da promoção da saúde mental nas escolas, primeiro por ser um local de construção de conhecimento e, segundo, por ser um local onde a maioria dos adolescentes passa a maior parte do dia. Sendo assim, a escola é um local propício para a criação de um espaço de escuta para um profissional da psicologia, deste modo facilitaria a identificação de casos e o encaminhamento para outro profissional da saúde mental se assim fosse necessário.

Nesse sentido, que o leitor desta dissertação encontre tempo e disposição para lê-lo. Coroando tudo que foi aqui falado, espera-se que o resultado deste trabalho ajude no melhor entendimento da relação entre o transtorno de ansiedade generalizada na adolescência e os estudantes da Educação Básica, como também auxilie profissionais da educação e suscite pesquisas futuras.

Dito de outro modo, passado a situações de perigo, é necessário que essa emoção cesse e o sujeito retorne, de forma natural, a suas atividades cotidianas. Quando a ansiedade começa a gerar desconforto, inquietação e perturbar a rotina diária do indivíduo, acarretando sentimentos de medo, apreensão, tensão, esta, por sua vez, pode se tornar um transtorno, o que demanda que um tratamento seja logo procurado.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. C.; FIGUEIRA, A. P. C. O psicólogo no processo de desenvolvimento pessoal e profissional dos professores: razões justificadas da criação de uma Estrutura de Apoio Psicopedagógico a professores. **Revista Portuguesa de Pedagogia**, ano XXXII, n°3, 2022. p. 69-97.

AMARANTE, Paulo. **Loucos pela vida: a trajetória da reforma psiquiátrica no Brasil**. Rio de Janeiro: Panorama/ENSP, 2019.

ARAÚJO, M. L. B; BOSSLE, F. A saúde de quem? Uma etnografia crítica sobre a saúde na educação Física do ensino médio de uma escola da rede estadual pública de Uruguaiana- RS. **Revista de educação Física, Esporte e Lazer. LaboMídia**. Motrivivência, (Florianópolis), v. 34, n. 65, p. 01-27, 2022. Universidade Federal de Santa Catarina. ISSN 2175-8042. Disponível em: DOI: <http://doi.org/10.5007/2175-8042.2021.e83892>. Acessado em: 7 dez. 2023.

ASSIS, Simone Gonçalves. **Ansiedade em crianças: um olhar sobre transtornos de ansiedade e violências na infância**. Rio de Janeiro, 2018. 88p. (Série Violência e Saúde Mental Infante-Juvenil). Disponível em: <https://geracaoamanha.org.br/wpcontent/uploads/2018/08/ANSIEDADE-CRIAN%C3%87AS.pdf>. Acesso em: 20 out. 2023.

BOCCATO, V. R. C. Metodologia da pesquisa bibliográfica na área odontológica e o artigo científico como forma de comunicação. **Rev. Odontol. Univ.**, São Paulo, São Paulo, 2018. V. 18, n. 3, p. 265-274.

BORI, T. R. et al. Hábitos de sono e ansiedade, depressão e stress: Que relação? **Anais 12.º Colóquio Internacional de Psicologia e Educação**, v. 12, p. 990-1006, 2021. Disponível em: <http://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/1616/1/CIPE%202012%20990-1006.pdf>. Acesso em: 17 jan. 2024.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: terceiro e quarto ciclos do ensino fundamental: introdução aos parâmetros curriculares nacionais** / Secretaria de Educação Fundamental. – Brasília: MEC/SEF, 1998.

CAMPOS, I. A., VALE, L. D., ARAÚJO, M. G., CASSIANO, A. N., Silva, H. S., CAVALCANTE, R. D. **Compartilhando saberes através da educação em saúde na escola: interfaces do estágio supervisionado em enfermagem**. Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro, Palheiras, 2014, p. 1048-1056.

CASTILHO, A. R. et al. Transtorno de ansiedade. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 20, n. 3, p. 20-23, dez. 2021. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1516-4446200000600006&script=sci_arttext.

CID, M.F.B et al. **Saúde mental infantil e contexto escolar: as percepções dos educadores**. Pro-Posições, Campinas, v.30, p.124, 2019. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/proposic/article/view/8656529>. Acesso em 15 mar. 2024.

CLARK, David A; BECK, Aaron T. **Vencendo a ansiedade e a preocupação – com a terapia cognitivo comportamental**. E. Porto Alegre: Artmed, 2019.

CORREIA, M.; CAMPOS, H. R. Psicologia Escolar: histórias, tendências e possibilidades. In: YAMAMOTO, O. H.; NETO, A. C. (Org.). **Opsicólogo e a escola: uma introdução ao estudo da psicologia escolar**. Natal: EDUFERN, 2019. p. 137-185.

CRUCES, A. V. V. Psicologia e Educação: nossa história e nossa realidade. In: ALMEIDA, S. F. C. de (Org.). **Psicologia Escolar: ética e competências na formação e atuação profissional**. Campinas: Editora Alínea, 2019. p. 17-36.

CRUZ K. C. S.; COUTINHO, M. D. P. D. L.; NASCIMENTO, E. D. S. Representação Social da Depressão em uma Instituição de Ensino da Rede Pública. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 30, p. 448-463, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pcp/v30n3/v30n3a02.pdf>. Acesso em: 12 jun. 2020.

CUNHA, Kátia Waléria Vieira da. **A produção científica no Brasil nos anos de 2003 a 2008 sobre Síndrome de burnout e docência**. 2023. 57 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) – Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca, Fiocruz, Rio de Janeiro, 2024.

CURY, Augusto. **Ansiedade 2: autocontrole – como controlar o estresse e manter o equilíbrio**. São Paulo : Saraiva, 2020.

DUTRA, E. Pensando o suicídio sob a óptica fenomenológica hermenêutica: algumas considerações. **Revista da abordagem gestáltica**. Vol. XVII(2): 152-157, juldez, 2017.

DUTRA, R. S. A. **A expressão da ansiedade e da depressão em pacientes com VIH/SIDA**. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal, 2017. Disponível em: <https://bdigital.ufp.pt/bitstream/10284/1046/2/Tese%20Raquel%20Vinhas.pdf>. Acesso em: 23 jan. 2024.

ESTANISLAU, Gustavo M., BRESSAN, Rodrigo A., **Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber**. Porto Alegre: Artmed, 2019.

Estratégia Nacional de Prevenção do Suicídio, Ministério da Saúde; Organização Pan-Americana de Saúde; Universidade Estadual de Campinas. **Prevenção de suicídio: manual dirigido a profissionais das equipes de saúde mental**. Campinas (Brasil). Ministério da Saúde, 2019.

FERNANDES, A.D.S.A et al. A intersectorialidade no campo da saúde mental infantojuvenil: proposta de atuação da terapia ocupacional no contexto escolar. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 27, p. 454-461, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadbto/a/k86SYLnVlpVgzbJZr7N8y3p/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 11 mar. 2024.

GARCIA, Lenice P.; BENEVIDES-PEREIRA, Ana M. Investigando o burnout em professores universitários. **Revista Eletrônica InterAção Psy**, Maringá, n. 1, p. 7689, ago. 2020. Disponível em: http://www.saudeetrabalho.com.br/download_2/burnout-prof-universitario.pdf. Acesso em: 20 jan. 2024.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2008.

GILLIHAN, Seth J. **Terapia cognitiva comportamental: estratégias para lidar com a ansiedade, depressão, raiva, pânico e preocupação**. Barueri/SP: Manole, 2021.

Institucional: desenvolvendo competências para uma atuação relacional. In: ALMEIDA, S. F. C. de (Org.). **Psicologia Escolar: Ética e competências na formação e atuação profissional**. Campinas: Editora Alínea, 2020. p. 59-82.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Fundamentos de Metodologia Científica**. São Paulo: Atlas, 2016.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Técnicas de Pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2015.

LAMÔNICA, Laudiana Cabral. **Prevalência de indicadores de ansiedade, estresse e depressão entre adolescentes vestibulandos concluintes do ensino médio**. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal Fluminense, 2019.

MACHADO, A. M. As crianças excluídas da escola: um alerta para a psicologia. In: MACHADO, A. M.; PROENÇA, M. (Org.). **Psicologia escolar: em busca de novos rumos**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2020. p. 39-54.

MARTÍNEZ, A. O psicólogo na construção da proposta pedagógica da escola: áreas de atuação e desafios para a formação. In: ALMEIDA, S. F. C. de (Org.). **Psicologia Escolar: ética e competências na formação e atuação profissional**. Campinas: Editora Alínea, 2022. p. 105-124.

MEIRA, M. E. M. **Psicologia Escolar: pensamento crítico e práticas profissionais**. In: TANAMACHI, E. de R., PROENÇA, M.; ROCHA, M. L.da (Org.). **Psicologia e Educação: desafios teórico-práticos**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2021. p. 3571.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 14. edição. São Paulo: Hucitec Editora, 2017. 407 p.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). **Prevenção do suicídio: um manual para profissionais de saúde em atenção primária**. Genebra, 2022.

PALAZZO. P. **Ansiedade: Terapia Cognitivo-Comportamental para crianças e jovens**. Porto Alegre: Artmed, 2019.

RELVAS, C. T.; HUTZ, C. S. Evidências de validade da escala de avaliação de ansiedade em adolescentes brasileiros. **Avaliação Psicológica**, v. 12, p. 131-136, 2022. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v12n2/a04.pdf>. Acesso em: 05 nov. 2023.

RELVAS, Marta Pires. **Neurociência e transtorno de aprendizagem: as múltiplas eficiências para uma educação inclusiva**. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2017.

REPPOLD, C. T.; HUTZ, C. S. Prevalência de indicadores de depressão entre adolescentes no Rio Grande do Sul. **Avaliação Psicológica**, 2(2), 175-184. 2003., de Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167704712003000200008&lng=pt&tlng=pt. Acesso em: 29 jun. 2023.

ROLTA, R. R, OLIVEIRA, R. P. de. BARBOS FILHO, V. C & OLIVEIRA, V. J. M. de. **Educação física escolar relacionada à saúde: uma revisão de escopo dos estudos no Brasil**.

Disponível em: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.4002>. Acesso em: 29 jun. 2023.

SILVA A. J. et al. **Ansiedade em Alunos do Ensino Médio: um estudo de revisão: Instituto Taquaritinguense de Ensino Superior, Taquaritinga, SP, Brasil 2019**. Psicologia.pt ISSN 1646-6977. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=ptBR&as_sdt=0%2C5&q=Ansiedade+em+Alunos+do+Ensino+M%C3%A9dio&btnG=&lr=lan_g_pt. Acesso em: 12 dez. 2023.

SIMONETTI, A. **A angústia e a ansiedade na psicopatologia fundamental**. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2019. Disponível em: <https://tede2.pucsp.br/bitstream/15010/1/Alfredo%20Simonetti.pdf>. Acesso em: 29 maio 2023.

TEIXEIRA, L. A. et al. Necessidades de saúde mental de adolescentes e os cuidados de enfermagem: revisão integrativa. **Texto Contexto Enfermagem**, 2020, v. 29: e20180424. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-20180424>. Acesso: 30 jun. 2023.