

### **ANSIEDADE NA SALA DE AULA: estudo de caso sobre as estratégias utilizadas pelos professores nos anos iniciais do Ensino Fundamental.**

Amanda Marcato Vieira<sup>1</sup>  
Victoria de Oliveira Fernandes<sup>2</sup>  
Cláudia Alexandre de Freitas Oliveira<sup>3</sup>

#### **RESUMO**

A ansiedade é uma das emoções mais prevalentes atualmente que afeta crianças, adolescentes e adultos, sendo uma reação natural do corpo a situações que são percebidas como assustadoras ou desafiadoras. A relevância da pesquisa está pautada no crescente número de crianças com sintomas de ansiedade em sala de aula. O presente estudo buscou verificar quais as estratégias e práticas pedagógicas são utilizadas pelos professores que atuam nos iniciais do Ensino Fundamental para lidar com a ansiedade dos alunos em sala de aula. A pesquisa teve abordagem qualitativa, descritiva e foi realizado estudo de caso com três professoras de escolas da rede pública e privada, utilizando-se entrevista semiestruturada e realizada uma análise interpretativa, tendo como foco compreender como os professores enfrentam esse desafio considerando seu grande impacto no ambiente educacional. Os resultados do estudo destacaram que o acolhimento e projetos foram as principais estratégias, incluindo práticas diferenciadas do método tradicional. Conclui-se que as docentes demonstram conhecimento e entendem a importância dessa temática e aplicam estratégias como retirar da sala para a prática da técnica de respiração, momentos de relaxamento com músicas calmas e, além disso, planejam atividades e projetos nas semanas que antecedem as provas para que a criança se sinta confortável e acolhida.

**Palavras-Chave:** Ansiedade; Práticas Pedagógicas; Estratégias.

#### **1 INTRODUÇÃO**

Atualmente, a nova geração tem enfrentado grandes desafios que podem alterar seu estado emocional no dia a dia como separação dos pais, a ida para a

escola cada vez mais cedo devido o trabalho dos pais, o uso excessivo de telas, redes sociais, participar de jogos online por várias horas, entre outros. Além desses

---

<sup>1</sup> Graduanda no curso de Pedagogia – Centro Universitário Governador Ozanam Coelho. E-mail: amandamarcato@gmail.com

<sup>2</sup> Graduanda no curso de Pedagogia – Centro Universitário Governador Ozanam Coelho. E-mail: victoriaoliveira9992fko@gmail.com

<sup>3</sup> Docente do curso de Pedagogia - Unifagoc. E-mail: claudia.oliveira@unifagoc.edu.br

problemas, também enfrentam crises de ansiedade que, para alguns autores (CURY, 2013) é considerada um mal para o século XXI.

Dalgalarrondo (2019) menciona que o indivíduo com ansiedade pode apresentar alguns sintomas como sudorese, tensão muscular, tonturas, bem como um desconforto interno, alteração no humor, inquietação e sentimento de negatividade sobre o futuro.

De acordo com os autores, é possível perceber os sintomas mais frequentes da ansiedade nos indivíduos. Dessa forma, crianças, adolescentes e adultos podem sentir os sintomas em momentos diversos no seu dia a dia, e, no caso de crianças pode refletir em sala de aula, contribuindo para um baixo rendimento escolar.

Entre os anos de 1960 e 1970 houve um grande interesse pelos estudiosos da área psicológica e educacional pelas pesquisas sobre a ansiedade escolar. Entretanto, a partir dessa época, vários estudos foram conduzidos por teóricos da Psicologia Cognitiva, que afirmam que o desempenho escolar dos alunos depende do uso adequado de estratégia para o enfrentamento das crises de ansiedade. Contudo, a ansiedade pré prova tem sido pesquisada por vários teóricos estes salientam que contém duas interpretações.

Wigfield e Eccles (1988) defendem que “a aprendizagem ocorre, mas devido aos sintomas causados pela ansiedade o aluno em situação de avaliação não consegue colocar em prática” seus conhecimentos. Já Benjamin, McKeachie, Lin & Holinger, (1981 apud COSTA, E. R. DA; BORUCHOVITCH, 2004) afirmam que “o baixo rendimento escolar acontece em pessoas ansiosas pela falta de hábitos de estudo e estratégias de aprendizagem que podem ocorrer tanto no momento que estão aprendendo quanto em momentos em que são colocados em prática”.

Assim, os autores concluíram que em situações de exercícios, alunos com os níveis altos de ansiedade e bons hábitos de estudo conseguiam alcançar um bom rendimento, porém, em situações de prova seu nível de rendimento diminuía. Já os alunos com níveis altos de ansiedade e hábitos inadequados de estudo continuam com baixo rendimento nas duas atividades propostas (prova e exercícios).

A partir das pesquisas e leituras feitas sobre o tema proposto, surgiu o seguinte questionamento: Quais as estratégias utilizadas pelos professores dos anos iniciais para o enfrentamento da ansiedade em sala de aula?

Esta pesquisa tem como objetivo geral verificar quais estratégias e práticas pedagógicas os professores do anos iniciais do Ensino Fundamental utilizam para amenizar os efeitos da ansiedade durante as aulas e promover a melhoria no rendimento escolar dos alunos que apresentam sinais de ansiedade.

O estudo ocorrerá em duas escolas uma da rede pública e outra da rede privada da cidade de Ubá, Minas Gerais.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

Pretende-se nesta parte do estudo discorrer sobre os principais conceitos referenciados com autores e suas teorias, discutindo acerca da temática. Os temas mais relevantes abordados são: ansiedade e os impactos no desempenho escolar da criança, a formação prática do professor e o papel da escola e do professor com os alunos que apresentam ansiedade em sala de aula. Assim, pretende-se levar o leitor a ter melhor compreensão da discussão do tema.

### **2.1 A ansiedade e os impactos no desempenho escolar**

Segundo Pinheiro e Miliauskasa (s/d), ansiedade é uma emoção normal do ser humano, e a maioria dos indivíduos já passaram por isso em algum momento, e junto a ela aparecem sintomas como, tremores, sudoreses, enjoos, até a sensação de desmaio. Esses tipos de sensações podem surgir após pensamentos de que algo á de acontecer criado por nosso cérebro.

Conhecida como o “mal do século” (CURY, 2014) a ansiedade vem acometendo desde crianças até adolescentes e adultos, resultado de um mundo no qual as coisas estão vindo de forma mais “fáceis” graças à tecnologia avançada. O transtorno pode começar, às vezes, na infância e passar despercebido pelos pais.

Pesquisadores mencionam que a ansiedade pode causar danos em toda a vida do indivíduo, desde não conseguir ter um simples diálogo, a ter medos extremos do que pode vir acontecer no futuro.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 18,6 milhões de brasileiros – equivalente a 9,3% da população – convivem com o transtorno. De acordo

com a pesquisa realizada pelo professor de psiquiatria da Faculdade de Medicina da USP, Fernando R. Asbahr, 10% de todas as crianças e adolescentes terão problemas com algum tipo de transtorno de ansiedade.

Em crianças, segundo Oliveira (2017, p.1) “é comum ouvir relatos de medo da escuridão, ansiedade de separação, estresse antes das provas, entre outros.” Dessa forma, de acordo com a autora, a ansiedade pode afetar o rendimento escolar desde a primeira infância, tornando a criança insegura e medrosa, afetando assim na adaptação de novas rotinas, interação com amigos e realização de atividades.

Com isso, Roeser e Eccles (2000) concluíram que, quando as crianças enfrentam esse desafio interno a ansiedade atrapalha seu desempenho prejudicando o processo de atividade e qualidade de vida. De forma abrangente, a ansiedade pode levar a um desempenho escolar abaixo do que se espera. Por outro lado, esse desempenho abaixo do esperado pode aumentar ainda mais a ansiedade, criando assim uma relação entre as duas.

Já para Castilho (2000) é perceptível que as crianças tendem a reproduzir o comportamento dos pais, por vezes, crianças ansiosas costumam vir de lares com algum “gatilho”. Sobre isso, há estudos que mencionam que esse transtorno pode ser genético, portanto, é de extrema importância entender que o estado emocional tem grande influência no desenvolvimento da aprendizagem e trazer alguns prejuízos.

De acordo com OMS, os alunos brasileiros são os que mais apresentam índice de estresse e ansiedade, o que afeta o seu rendimento escolar impossibilitando de que o aluno prossiga no seu desenvolvimento e conclua seu ano escolar.

Segundo especialistas da área da educação, a mudança de escola e a forte pressão para boas notas são uns dos principais motivos que podem agravar essa situação levando ao isolamento social e até a depressão. Sendo assim, é preciso que coordenadores e professores identifique o aluno com sinais desse transtorno e sejam mediadoras para que essa criança tenha uma melhora, reduzindo os danos que podem afetar sua vida futuramente. Outras pesquisas apontam, ainda, que é fundamental os responsáveis desses indivíduos procurarem ajuda psicológica necessária para o tratamento e, assim, evitar outros problemas.

Diante de crescentes casos entre crianças e adolescentes é necessário reconhecer que a ansiedade é uma condição que, a grande maioria do profissionais da educação não

possui muito conhecimento, entretanto, requer uma maior atenção e intervenções adequadas.

Alguns especialistas da área educacional afirmam que é necessário colocar medidas preventivas tanto no ambiente escolar quanto no núcleo familiar para que os alunos/filhos se sintam confortáveis a buscar apoio quando perceberem que não estão bem. Ao reconhecer e dar a devida importância será possível criar um ambiente saudável para os alunos, contribuindo, assim, para a boa convivência em sociedade, com maior visibilidade da área da saúde para com essas crianças e jovens que, muitas vezes, não são vistas como deveriam ser.

## 2.2 A Formação Prática na Sala de Aula

Com os inúmeros fatores atuais como ausência da família na escola, a falta de interesse dos alunos, ausência de materiais didáticos, além disso, com o avanço da tecnologia, no qual são criadas técnicas educacionais que envolvam essa área, o professor vem enfrentando dificuldade para adaptação. A prática pedagógica vem sendo a cada dia mais desafiadora para os docentes e, dessa forma, podem surgir problemas no dia a dia capazes de prejudicar a aprendizagem escolar.

Tozetto e Gomes relacionam o conhecimento com a prática pedagógica quando dizem que

em uma sociedade na qual a reflexão e o conhecimento tornaram-se os principais instrumentos e na qual a escola tem como finalidade o desenvolvimento da autonomia, da criatividade, do espírito de pesquisa, da cooperação e da solidariedade, necessitam-se de professores com domínio desses saberes e capazes de ensiná-los. (2009, p.4).

Entende-se que a sociedade passa por constantes mudanças, onde a reflexão e o conhecimento se concretizam como ferramentas essenciais para o desenvolvimento do ser. De acordo com os autores citados, a escola, enquanto espaço de desenvolvimento social, exige a presença de professores que não dominem somente esses saberes, mas que sejam capazes de transmiti-los de forma eficaz.

Já Veiga (2000) defende que os desafios enfrentados na educação que afetam diretamente o funcionamento das escolas, tem crescido diante a sociedade.

Afinal o que é a prática pedagógica?

As práticas pedagógicas se organizam intencionalmente para atender a determinadas expectativas educacionais solicitadas/requeridas por uma dada comunidade social. Nesse sentido, elas enfrentam, em sua construção, um dilema essencial: sua representatividade e seu valor advêm de pactos sociais, de negociações e deliberações com um coletivo. Ou seja, as práticas pedagógicas se organizam e se desenvolvem por adesão, por negociação, ou, ainda, por imposição. Como já foi realçado, essas formas de concretização das práticas produziram faces diferentes para a perspectiva científica da Pedagogia. (FRANCO, 2016, p.8).

A literatura aponta que a prática pedagógica requer conhecimentos e estratégias, principalmente diante do cenário em que vivemos, onde está cada vez menos valorizado o ambiente escolar, não se inicia somente em sala de aula, todos os alunos trazem consigo um conhecimento prévio.

Segundo uma profissional que compartilha sobre seu depoimento no canal “momento da educação” o professor tem como papel em sala de aula ser mediador do aluno e de seus conhecimentos. Porém, diante de todo avanço da tecnologia e dificuldades que os professores estão passando o objetivo da educação precisa ser diferente. De acordo com Schram e Carvalho (s/d) não se pode mais pensar em escolas e educação como tempos atrás. O professor não pode agir de forma engessada e deve se adaptar as diversas condições que irão surgir no seu dia a dia.

Hoje com a nova geração, conhecida como geração Z, os professores precisam adaptar sua metodologia de forma em que traga o engajamento necessário para que esse aluno possa aprender.

Diante desses inúmeros desafios e transformações que se fazem indispensáveis nos dias atuais torna-se necessário repensar nas estratégias pedagógicas para atender as atuais demandas pedagógicas.

Segundo Libâneo (2001) a necessidade de uma educação mais inclusiva é capaz de preparar os alunos não apenas para o mundo acadêmico, mas também para a vida do seu dia a dia.

A definição de prática pedagógica apresentada por Franco (2016) fala sobre a complexidade e a dinâmica desse processo, destacando que as práticas educacionais são moldadas por negociações, o que implica em uma constante adaptação às necessidades e expectativas da sociedade.

Percebe-se que as práticas pedagógicas necessitam passar por atualizações diante do contexto social atual. Buscar novas estratégias e metodologias que promovam o engajamento dos alunos pode ser o início para lidar com os desafios que os profissionais da educação enfrentam, levando em consideração o avanço da tecnologia, mas também dando uma atenção às diferenças culturais e sociais que podem ser grandes em uma única sala de aula. Dessa forma, se faz necessário um caminho para ter uma educação de qualidade que prepare os alunos para os desafios do século XXI.

### **2.3 O papel da escola e do professor com os alunos com ansiedade**

Segundo Santos e Serrano (s/d) é na escola desde o seu primeiro contato que a criança se desenvolve, aprende a socializar, desenvolve a autonomia, se forma um cidadão. Além do papel da escola e do professor é crucial a importância da comunidade para ajudar a guiar essa criança a se preparar para viver em sociedade.

Nos séculos XIX e XX, o professor era considerado o centro das atenções onde somente ele depositava o seu conhecimento sobre o aluno e o aluno não tivesse nada a oferecer, mas nos dias atuais as coisas não são mais assim. Aulas nas quais o aluno se torna protagonista vem ganhando grande visibilidade, o que se torna também um grande terror para alunos com altos níveis de ansiedade.

De acordo com Santos (s/d) a ansiedade traz como consequência a defasagem no desenvolvimento escolar do aluno, surgindo de forma sorrateira, com grandes números de faltas, dificuldade de realização em trabalhos em grupo, frequentes necessidades de sair de sala de aula, negação a responder perguntas para todos ouvirem em sala de aula, necessidade de rabiscar papéis ou carteiras, entre outros inúmeros fatores.

Com isso, os métodos de acolhimento e metodologia utilizada com esses alunos também tiveram de ser modificados. De acordo com a Medical TV, um canal virtual de saúde que produz entrevistas com profissionais da área da saúde, apresentou um documentário no ano de 2022 com a temática em discussão, com vários depoimentos de pessoas como pais e profissionais e mencionou que a equipe deve estar preparada para que o acolhimento desse aluno seja feita de forma preciosa, uma boa gestão para que dê um norte a esses professores sobre como agir. Salienta a importância de a escola incluir debates sobre estratégias para a atuação em momentos de fortes crises, como molhar os

pulsos, inspirar e respirar.

Alguns profissionais que dão depoimento no canal virtual debatem sobre a escola, além de identificar o aluno com ansiedade, tem também a responsabilidade de encaminhar esse aluno para o tratamento adequado, e é necessário que seja feito um acompanhamento com a escrita de relatórios sobre ele. Ainda na fala dos profissionais, discutem que a escola precisa colaborar com isso, entender que a ansiedade possui sua singularidade e os sintomas podem se manifestar de forma diferentes em cada um, e a escola tem como papel vencer esse problema juntamente com o aluno. Além disso, a ponte com a família é essencial nesse processo.

A educação do século XXI exige uma abordagem mais inclusiva, que reconheça e atenda às necessidades individuais dos alunos, especialmente aqueles que enfrentam desafios como a ansiedade. Somente por meio de uma colaboração efetiva entre escola, família e profissionais de saúde é possível garantir um ambiente educacional seguro, acolhedor e propício ao desenvolvimento de todos os alunos.

### **3 METODOLOGIA**

Este estudo tem como objetivo geral verificar quais estratégias e práticas pedagógicas os professores do anos iniciais do Ensino Fundamental utilizam para amenizar os efeitos da ansiedade durante as aulas e promover a melhoria no rendimento escolar dos alunos que apresentam sinais de ansiedade.

A pesquisa será realizada com três professoras sendo duas que atuam na escola Sesi Ubá, da rede privada de ensino e a outra professora atua na escola municipal. A unidade escolar do Sesi possui cerca de 1.050 alunos, divididos em turmas na Educação Infantil, Ensino Fundamental e Ensino Médio, sendo Educação Infantil e Ensino Fundamental anos iniciais no turno da tarde e Ensino Fundamental anos finais e Ensino Médio no turno da manhã. Já a Escola Municipal Professora Gomes Caputo possui, aproximadamente, 400 alunos e atendem somente o Ensino Fundamental anos iniciais.



O estudo, quanto ao método, trata-se de uma pesquisa qualitativa que, segundo Minayo (2014), a pesquisa qualitativa trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

É uma pesquisa básica e bibliográfica que busca em livros, artigos e revistas outros estudos sobre a temática. Para Fonseca (2002), a pesquisa bibliográfica é realizada

a partir do levantamento de referências teóricas já analisadas, e publicadas por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos, páginas de web sites. Qualquer trabalho científico inicia-se com uma pesquisa bibliográfica, que permite ao pesquisador conhecer o que já se estudou sobre o assunto. Existem porém pesquisas científicas que se baseiam unicamente na pesquisa bibliográfica, procurando referências teóricas publicadas com o objetivo de recolher informações ou conhecimentos prévios sobre o problema a respeito do qual se procura a resposta (FONSECA, 2002, p. 32).

Quanto aos objetivos, o estudo é descritivo e tem como característica a observação, registro, análise e correlaciona fatos ou fenômenos (variáveis) sem manipulá-los.” (CERVO; BERVIAN; SILVA, 2007, p. 61).

É proposto um estudo de caso que tem como objetivo verificar quais as estratégias pedagógicas utilizadas pelas professoras do Ensino Fundamental para amenizar os sintomas da ansiedade em crianças dos iniciais. Para Gil (2002), o estudo de caso “consiste no estudo profundo e exaustivo de um ou poucos objetos, de maneira que permita seu amplo e detalhado conhecimento.” E para a coleta de dados será utilizado, como ferramenta de pesquisa, a entrevista semiestruturada que trata-se de “quando o pesquisador tem liberdade para estabelecer conversação informal. O pesquisador mantém escuta atenta e registra informações” (MARCONI; LAKATOS, 2010). Após a coleta dos dados será realizada uma análise interpretada das respostas adquiridas nas entrevistas.

#### **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A seguir, serão apresentados os resultados alcançados nas entrevistas com as professoras dos anos iniciais do Ensino Fundamental que aceitaram participar do estudo.

Dessa forma, o objetivo dessa sessão é elencar as informações mais relevantes e as teorias sobre a temática.

Foram entrevistadas três professoras do segundo ano do Ensino Fundamental anos iniciais, sendo duas da rede privada e uma da rede pública, que serão denominadas como professoras 1 e 2 da rede particular e a professora 3 da rede pública.

As professoras 1 e 2 possuem formação em Pedagogia e Pós-Graduação em Psicopedagogia Clínica e Institucional. Já a professora 3 possui formação em Pedagogia e Pós-Graduação em Alfabetização e Letramento, Supervisão Pedagógica, Atendimento Educacional Especializado (AEE); Educação Especial e Neuropsicopedagogia.

As três professoras relataram ter experiência na área desde seu primeiro ano de formação, sendo a professora 1 há 10 anos, professora 2 há 14 anos e professora 3 há 11 anos. As mesmas, disseram ter conhecimento sobre a ansiedade em sala de aula e têm experiências com alunos em crises.

A professora 1 destaca que no segundo ano as cobranças já acontecem de forma avaliativa e diz:

*A gente já percebeu sinais muito evidentes de crise de ansiedade, principalmente no segundo ano, onde eles fazem prova pela primeira vez, né? Aqui na escola, as crianças do primeiro ano só fazem avaliação diagnóstica e eles ainda trabalham com conceito. Então eles têm esse contato com nota e com atividade avaliativa no segundo ano, então a gente percebe as crises de ansiedade ou indícios de ansiedade no começo, mais no começo do ano e por conta dessas questões avaliativas, porque eles não estão habituados. Eles já chegam com uma pressão, né? Até porque eles são bem pequenos e imaturos ainda pra isso. Então a gente já percebeu questões assim, de choro na hora da prova, não conseguir controlar as emoções, né.”*

A percepção da professora 1 corrobora com o que defendem Wigfield e Eccles (1988) que afirmam que por mais que a aprendizagem aconteça, os sintomas da ansiedade são mais evidentes em momentos de prova ou de atividade avaliativa. Além disso, a docente menciona que a família sente-se ansiosa devido às suas expectativas em relação a esse tipo de avaliação e diz “(...) porque as famílias também ficam muito ansiosas em relação a como que eles vão sair na prova, que nota que vão tirar, se já sabem fazer uma atividade avaliativa.”

A professora 2 complementa as informações de sua colega de profissão e fala sobre sua percepção quanto aos sintomas:

*Dor de cabeça, dor de barriga, então assim, esses são alguns princípios que a gente percebe né? É muito vindo de casa e também aquele receio de chegar na escola e a qualquer momento ter uma prova surpresa, né? Eles sempre fala com a gente, "isso é atividade?"; "você vai dar prova surpresa?". É algo assim que da nossa instituição a gente não faz, até mesmo por causa dessa preparação, da ansiedade que eles já têm uma bagagem que eles trazem de casa é então o que que nós fazemos. A gente conversa bastante com eles, a gente aplica bastante. Atividade é de revisão, para que quando eles cheguem a fazer a prova e já se sintam assim, preparados e seguros para atividades. É e assim, aquela criança que talvez a gente perceba uma ansiedade maior. Primeiro a gente busca, né?*

Segundo Caíres (2010), as crianças externam suas aflições conforme a professor 2 mencionou através de sensações como falta de ar, suor excessivo pelos pés e mãos, boca seca, que pode trazer uma paralisia momentânea durante as atividades.

O transtorno é acompanhado de uma série de sensações físicas, tais como: palidez, palpitações, falta de ar, boca seca, tremores, sudorese nas mãos e pés, etc, manifestando-se numa resposta generalizada, ampla, que mobiliza todo o nosso organismo pelos mais variados estímulos (p. 65).

Muito se fala sobre a ansiedade em si, mas onde ela se inicia? Principalmente quando se trata de crianças, é de extrema importância entender a raiz do problema. Assim como foi relatado pela professora dois:

*Conversar com os pais, entender se tem algum fator externo causando, porque muitas vezes, né, é igual a professora 1 falou, a pressão já vem de casa, que precisa tirar nota, e essa ansiedade eles transferem totalmente para a criança. E quando a gente vê, faz essa, essa parceria com a família, conversa para entender e quando não costuma, a criança continua tendo a ansiedade excessiva a gente costuma chamar o psicólogo da escola para poder estar conversando. Interagindo e dependendo, fazendo até um trabalho com a turma.*

Como relatado pela professora é de extrema importância esse contato entre família- escola para que possam entender sobre os sentimentos e comportamento de cada aluno em sala de aula, tudo isso em prol da criança.

As três professoras relataram que recebem o apoio necessário da equipe pedagógica para que possam prosseguir com os alunos da melhor maneira possível. Entretanto, segundo a fala das professoras, os maiores desafios vem sendo os pais ou a falta de comprometimento do aluno.

A professora 3 relatou que:

*Atualmente, é o meu desafio é mais relacionado ao comportamento das crianças. Que não tem? Como eu posso dizer que a família não ampara, né? Essas crianças que crescem mais sozinhas, sem limites, com uso desenfreado de telas. Vai pra rua, fica pra rua o tempo todo, como dou aula numa escola mais periférica, vamos dizer assim, né? A comunidade é mais simples e são os meus principais desafios.*

Ainda sobre a questão dos desafios da prática docente nos dias atuais a professora 2 comentou: “É, eu acho aqui um pouco, é a questão dos do WhatsApp.”; a professora 1 complementou dizendo:

*Eu acho que eu ia falar exatamente isso a relação família - escola. Isso vem sendo muito maçante para gente, sabe? Porque é o que eu te falei, é muita cobrança e a gente segue uma prática pedagógica, um plano de curso que é de uma instituição, é de uma rede, né? Então a gente tem uma forma de trabalhar própria da escola. A professora 2 e eu seguimos isso muito à risca, porque se você trabalha numa instituição, você veste a camisa da instituição e para alguns pais isso é muito bem-visto. E por outros não, né? Então, assim, alguns pais acham, acham, não tem certeza de que a gente tem que ter essa relação com eles fora da escola, via WhatsApp, e é proibido, tá? No manual do professor a gente não pode. Então a gente é cobrado quanto a isso, porque não tem essa relação mais próxima, tem uma relação profissional, uma relação formal, a gente tem uma agenda digital, uma lista de transmissão que é controlada. Pela supervisora não é por nós. E aí às vezes a gente é cobrado mais dessa proximidade informal que a gente realmente não faz. Porque sem fazer a gente já é cobrado em alguns momentos, né? Visto de má forma fazendo então eu acho que seria pior, porque você acaba não formalizando um trabalho, né? E nas outras profissões, isso é formal. Então eu acho que na educação a gente também deve manter essa formalidade.*

Com as falas das professoras entendeu-se que um dos canais de comunicação entre a família e escola, meio essencial hoje em dia, é proibido pela instituição o uso do WhatsApp diretamente com a professora, tendo em vista que a escola disponibiliza uma plataforma que é supervisionada pela coordenadora pedagógica para que essa relação aconteça.

Vale ressaltar também que além da plataforma digital, os pais podem ir até a escola e solicitar uma reunião com a coordenadora e professora, assim como quando há necessidade de a professora marcar uma reunião com os pais. A formalidade e ajuda da família é considerado essencial no desenvolvimento dos filhos, desde que respeitem as normas impostas pela escola.

Segundo Santos e Toniosso (2014, p. 125) durante um período histórico específico, houve uma mudança na dinâmica familiar, resultando em uma maior ênfase no papel afetivo da família na criação das crianças, além de destacar a importância da educação nas relações interpessoais. Consequentemente, a infância foi encurtada, levando as crianças a serem integradas precocemente ao mundo adulto, onde aprendiam habilidades práticas através da observação e orientação de membros mais velhos da família.

Santos (s/d) afirma que a ansiedade traz como consequência a defasagem no desenvolvimento escolar do aluno, surgindo de forma sorrateira, com grandes números de faltas, dificuldade de realização em trabalhos em grupo, frequentes necessidades de sair de sala de aula, negação a responder perguntas para todos ouvirem em sala de aula, necessidade de rabiscar papéis ou carteiras, entre outros inúmeros fatores.

De acordo com o autor, é importante realizar estratégias e adaptações na sala de aula em casos de percepção de mudança no comportamento e, de acordo com as três professoras, procuram fazer o possível para que a aprendizagem ocorra mesmo diante de situações adversas.

A professora 3 associa o aumento da ansiedade com a pós-pandemia e o uso de telas e comentou:

*É o que eu noto, né? As crianças estão muito mais ansiosas ainda mais vou comparado pós pandemia, né? Elas estão bem mais ansiosas. O uso do telefone aumentou muito e eu acho que isso aumentou demais a ansiedade. De modo geral, mesmo aquelas que não são medicadas, aquelas que não são tratadas, que não é considerada um nível altíssimo de ansiedade a ponto de atrapalhar, né? Causa prejuízo na aprendizagem mesmo.*

Ela complementa que ao perceber que os alunos estão mais agitados, usa estratégias de relaxamento e explica aos alunos a importância de ter momentos específicos e seguir a rotina:

*São as estratégias que eu uso. E eu gosto de fazer momento de relaxamento. Quando vejo que a sala está agitada, que as crianças estão ansiosas, eu dou uma escurecida no ambiente. Coloco uma música, né? Sempre tenho minha caixinha de som, sons da natureza. Peço bastante silêncio. Quanto mais silêncio, mais calma, né? Eu sinto isso, (...) não precisei de fazer isso muitas vezes e, no mais, é conversar, explicar que existe uma rotina, que temos hora para tudo, hora para chegar, hora para sair, hora para realizar uma atividade. (...) Que nós temos uma rotina e um cronograma a seguir. Quando é o nível de ansiedade muito grande e as crianças são maiores, eu faço um roteiro no quadro de tudo que será dado naquele dia. E com crianças menores. Eu não faço, falo verbalmente. Eu converso com crianças maiores. Eu coloco no quadro um roteiro de atividades do dia.*

Ainda sobre essa questão, a professora 2 complementou:

*Primeiro a gente busca, né? Porque tanto a professora 1 quanto eu, a gente primeiro procura acolher e dar um abraço e depois ir ganhando a confiança da criança pra gente poder tentar descobrir o que que está gerando aquilo, né? O que é que está acontecendo, que a gente pode estar fazendo mais para poder ajudá-la e dependendo da situação, né? Como agora nós temos a ajuda do psicólogo, a gente mesmo, quando ele não age, imediatamente a gente passa para ele o que está acontecendo e juntas a gente igual havia comentado a gente bola estratégias. Poderia é poder trabalhar com eles algo específico igual teve aqui uma situação, onde foi criada uma lata da empatia para poder abordar questões que traziam que é ansiedade da criança. É muita comparação de um com outro, então são feitos esses trabalhos, sabe que não para abordar especificamente uma criança, mas sem que ela perceba, está ajudando e outras crianças que às vezes se encaixam e que às vezes não conseguem mostrar tão nitidamente.*

Para finalizar essa temática, a professora 1 diz:

*É isso que eu ia falar, como tem sido recorrente, né? E é um assunto que está muito em voga, que a gente tem percebido cada vez mais claramente na sala de aula. A gente já busca num planejamento, se antecipar em relação a isso, não fazer individualmente com a criança, mas, por exemplo, o projeto que a gente desenvolveu independente de ter criança com ansiedade, de não ter, a gente faz isso na semana que antecede as primeiras avaliações. Porque é uma forma de mostrar para eles que a gente está junto, que a família confia neles, né? Então a gente faz de forma bem lúdica.*

Quando essas crises ocorrem dentro de sala de aula é necessário que sejam realizados alguns procedimentos ou intervenções para que os sintomas sejam amenizados, assim como de acordo com a professora três relatou:

*E já tive alguns alunos com transtorno de ansiedade que faziam uso de medicação, né? Acompanhamento, com o terapeuta, com o neurologista. E sim, teve uma vez que ele teve uma, foi a mais forte, foi a crise mais forte que ele deu. Ele era um aluno de terceiro ano, ele deu uma crise de ansiedade e ele não conseguia respirar, né? Ele chorava muito, ele falava que puxava o ar e o ar não, não vinha. Ai eu retirei essa criança de sala, fomos para fora, fiz exercício de respiração com ele, né, coloquei a mão na frente do rosto. Coloquei a mão dele no nariz e a boca para ele sentir que o ar tava entrando e saindo e lavar o rosto, beber uma água ir pro ambiente mais tranquilo e depois ele retornou para a sala mais calmo.*

As professoras 1 e 2 relataram usar o mesmo método, de respiração, para que a criança se acalme e retirando-os da sala de aula.

*A gente procura tirá-los da sala, conversar, explicar que não tem nada diferente daquilo que foi trabalhado em sala. Fazer com calma aqueles que necessitam atendimento é maior, diferenciado, a gente tira, não deixa terminar a atividade junto com os outros colegas, se tiver muito nervoso. E a gente vai trabalhando assim, criando estratégias, porque cada um é de um jeito. né? tem criança que sinaliza uma crise de ansiedade na primeira atividade avaliativa, tem criança que faz super bem a primeira etapa e vai sinalizar lá na segunda etapa, quando a gente acredita que já está adaptado, habituado às avaliações.*

A escola deve ser um lugar acolhedor e é essencial para que a aprendizagem ocorra e para que alunos com algum transtorno tenham a confiança de se abrir e saber que a professora estará ali para apoiar sempre que necessário. Como diz a professora 3:

*Eu considero a escola um local seguro, muito mais seguro que algumas casas. O que eu acho que poderia melhorar é o olhar do profissional, um olhar sensível, mas eu considero a escola um lugar seguro e acolhedor para esses alunos. Eu acho que sim a escola tem feito um bom papel, tem feito o papel dela, muitas vezes vai além. Ainda mais quando se trata de uma escola periférica, a gente faz chamamento das crianças, vamos até as casas delas quando necessário. Tudo que está ao nosso alcance e um pouquinho além.*

A fala da professora 2 complementou o discurso da docente 3 quando diz que:

*Sim, sim, inclusive, né? A gente teve no início do mês uma palestra com o próprio psicólogo. Para poder a gente assim é estar buscando, é meios, estratégias, até mesmo assim, momentos de mais de acolhimento com a criança, de às vezes assim é deixar a criança contar sobre o final de semana é algo de interessante que tenha acontecido na vida dela, que ela queira relatar, ter mais essa aproximação com a criança para ela que sinta se mais confortável em sala conosco, né.*

Para encerrar as entrevistas fizemos o seguinte questionamento: “Como os professores podem se adaptar às novas demandas da sociedade e garantir uma educação de qualidade para os alunos?”

A professora 3 diz que é importante a adaptação sobre as novas demandas da sociedade, principalmente pós-pandemia e afirmou que:

*Eu acho que a gente vai se adaptando diariamente, né? Os desafios mudaram muito depois da pandemia, a ansiedade aumentou muito nas crianças isso é visível, mas acredito que a escola tem feito pelo menos a escola em que trabalho, o melhor possível pelas crianças, a gente sempre tenta comunicação com a família, comunicar, orientar, sugerir algumas coisas, visando o bem-estar e desenvolvimento da criança, mas o profissional da educação ele fica limitado como disse antes, a gente passa poucas horas com eles, muitas vezes a criança tem um comportamento na escola que não tem em casa justamente pela rotina justamente pela rotina, a rotina da escola é diferente da rotina da criança em casa.*

Tendo em vista a intensa pressão sobre os professores, os mesmos acabam desenvolvendo algum tipo de transtorno ou até mesmo a ansiedade como relata a professora número 3:

*E acho que o professor, eu conheço muito, a grande maioria, são professores ansiosos lidando com crianças ansiosas e isso faz a gente ter um olhar carinhoso de sensibilidade e eu creio assim que pelo menos da minha parte o que pode ser feito é feito mas poderia melhorar com capacitações, assuntos sobre na escola, uma vez por mês o psicólogo ir fazer uma palestra coletiva pra escola toda, tratar esses assuntos o que a gente pode fazer em sala de aula, tem muitas abordagens legais pra tratar do assunto, tem desenhos muitos ricos que a gente pode trabalhar.*

Sobre essa cobrança, a professora número 1 complementou:

*Enquanto profissional porque a gente lida com os problemas das pessoas, mas nós também temos os nossos, porque é pressão de todos os lados, né? A gente sabe que numa instituição acadêmica, os profissionais são pressionados, as crianças são pressionadas, as famílias são pressionadas.*

A docente afirmou que, diante sobre adaptações às novas demandas o ideal é continuar:

*Estudando. Ter conhecimento, nunca é demais. Assim a gente busca dentro do possível, né? Hoje aí agora, tirando o ponto negativo que eu já comentei, levando pro positivo, hoje a gente tem conhecimento o tempo todo na palma da mão, né? Antes, se você não procurasse um livro que falasse a respeito para ler, você não tinha. E hoje você tem artigos a qualquer momento na internet, você tem canais no YouTube,*



*você tem perfis excelentes no Instagram, em outras redes sociais. Então a gente está sempre nessa, segue fulano que está falando sobre isso aí. Tem uma live que tem uma palestra, tem um curso. A própria escola já proporciona para a gente muitos cursos, né?*

A professora 2 complementou:

*Temos uma plataforma, né? Da instituição que ela libera pra gente? Cursos, é mensalmente falando sobre os diferentes tipos de assuntos, sobre inclusão, sobre a questão da ansiedade, autismo. Tudo.*

A professora 1, então, reforçou a ideia dizendo:

*Aí você busca de acordo com aquilo que você precisa dentro da plataforma. Mas não só a plataforma. Ah, tem uma palestra em Tocantins junto uma turma, coloca todo mundo no carro e vai, ah, tem. Então a gente tem que buscar, né? Tem que buscar conhecer, por quê cada vez mais a gente recebe laudos, crianças com diferentes necessidades, e o que a gente busca fazer é incluí-las da melhor maneira possível, né? Primeiro, porque é direito delas nosso dever e elas merecem, né? Se estão aqui, o que a gente quer fazer é contribuir da melhor forma possível e tem que ser estudando. Não tem outro caminho não.*

As professoras da rede privada relataram, durante a entrevista, sobre o projeto que é realizado da Educação Infantil ao Ensino Médio, com o apoio do psicólogo e que foram criados mascotes cujo nomes são “paciência; coragem; força” e outros. Diante disso, perguntamos sobre o projeto “caixa do amor” que foi elaborado para os alunos do segundo ano do Ensino Fundamental, e elas contaram sua experiência.

A professora 2 explicou sobre o projeto e que é preciso que as crianças tenham memórias afetivas:

*Então a gente na primeira reunião com os pais, a gente já comenta com eles sobre o que é que na verdade que a gente fala assim, que é algo simples, mas que para as crianças têm um valor fundamental, né? Que é o criar memórias. E o que é que a gente pede os pais que dentro de uma caixa que se eles quiserem personalizar ou não, do jeito que for, mais fácil para cada família. Que eles coloquem ali recadinhos de incentivo para as crianças. É falando que acredita neles, que sabem do potencial para poder ficar calmo, que eles são muito importantes e especiais, que eles dão conta do recado, que eles vão tirar o segundo ano de letra.*

A professora 2 continuou seu relato dizendo que os pais abraçam a ideia e levam as caixas criadas por eles com os recadinhos e mimos.

*E é muito gratificante, vê-los, quando eles, a gente começa a entregar a caixa para eles, e junto com a caixa, os pais podem colocar*

*guloseimas assim, uma bala que a criança goste ou marca texto e nessa fase são alucinados com isso. Então, assim, e na hora que eles começam a abrir, eles ficam, é bonito. A gente vê que que tem criança que chora, eles ficam emocionados e a gente fica junto com eles. Ano passado a gente, né, foi a primeira vez, esse ano a gente repetiu e já incrementou a gente chamou o professor de música pra ele poder ir tocando enquanto eles abriam a caixa. Então assim, foi um momento muito gratificante. É para poder com mais segurança, para poder realizar a prova. Então assim a gente viu que conseguiu é atingir o nosso objetivo, né, que é passou mais calma, mais segurança.*

As professoras relataram também sobre uma nova estratégia para que os alunos sejam incentivados e possam se sentir especiais no dia da prova. Diz a professora 2:

*E na primeira prova que eles fizeram, a gente entregou uma ponteira de lápis para eles, sabe? É como recadinho da professora um e meu, falando que a gente acreditava no potencial e quando eles terminaram a primeira semana de prova, a gente fez um outro recadinho, falando que a gente tinha certeza do comprometimento deles com um bis, sabe? Então assim foi bem. É produtivo, né? Foi ótimo.*

Diante a entrevista feita com as professoras percebe-se que a ansiedade em crianças durante o processo educacional é bastante presente e relevante. Todas as experiências que foram compartilhadas pelas professoras foram de extrema importância para que possamos dar atenção a origem da ansiedade, seja por expectativas da família, pressão acadêmica ou uso excessivo de telas.

Fica claro que o apoio da família em conjunto com a escola é uma forma importante para identificar a ansiedade infantil. A parceria dos pais juntamente com a equipe pedagógica, contribui para a criação de um ambiente acolhedor e confiável para a criança para que ela se sinta confortável em expressar suas emoções.

Além disso, a abordagem feita pelas professoras como, momentos de relaxamento, projetos que desenvolvam o incentivo da família e o apoio emocional demonstram a importância dessas abordagens abrangentes e sensíveis para lidar com a ansiedade em sala de aula.

Enfim, a necessidade contínua de adaptação dos professores às novas demandas da sociedade, principalmente pós pandemia, destaca a importância do apoio emocional também aos profissionais. A colaboração dos educadores, família e psicólogos se mostra fundamental para garantir uma educação de qualidade e bem-estar das crianças.

### 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através das respostas obtidas pelas entrevistas com as professoras dos anos iniciais do Ensino Fundamental, ficou claro que a ansiedade é uma das emoções que está bem a florada e presente no ambiente escolar e é melhor identificada quando há a cobrança em atividades avaliativas ou provas.

As experiências relatadas pelas professoras destacam a importância de identificar de onde vem a ansiedade e que, na maioria das vezes, está relacionado, também, às expectativas familiares, ao uso excessivo de telas ou pressão escolar.

As profissionais da educação relatam que a parceria entre a família e a escola é crucial para compreender os fatores que desencadeiam os sintomas e de como lidar com a ansiedade, para que possam auxiliar e criar um ambiente acolhedor e confiável para que a criança possa expressar suas emoções.

Além do conhecimento que as professoras demonstraram possuir sobre a temática, observa-se que ainda há a necessidade de melhorias, principalmente na formação dos profissionais da educação, pois poderia ser enriquecida com uma abordagem de um profissional da área da saúde mental ou projetos nos cursos de formação tanto da área da educação quanto da saúde mental, desenvolvendo pesquisas com os graduandos ao longo dos anos de estudos.

O uso de estratégias e práticas educativas para melhoria dos sintomas da ansiedade são utilizadas com certa frequência, porém, as mais utilizadas pelas professoras se referem a técnica de relaxamento e ao controle da respiração, que pode amenizar os efeitos da ansiedade e acalmar a criança.

As professoras entendem que é preciso ter informações sobre a vida de seus alunos para realizar um planejamento e desenvolver projetos que possam trabalhar temas que abordam as questões que deixam os alunos mais ansiosos e prepará-los para o enfrentamento dessas situações.

É importante mencionar que algumas limitações neste estudo que podem impactar a interpretação dos resultados. Uma das principais limitações está relacionada ao número de participantes para a entrevista, que foi restrita devido a restrições de tempo e acesso. Outro ponto a levar em consideração é o fato de serem duas professoras da rede privada e uma professora da rede pública e, desta forma, é possível que os resultados não possam

ser generalizados para a população em geral. Além disso, o curto tempo para realização da pesquisa não permitiu maior aprofundamento em bases teóricas.

Percebe-se que a ansiedade está cada vez mais presente em sala de aula e que os profissionais da educação juntamente com a equipe pedagógica tentam proporcionar o melhor aos alunos, incluindo e oferecendo todo suporte de ajuda possível, porém, sentem que há necessidade de maior apoio dos profissionais da área da saúde e da família como um todo.

Conclui-se que as docentes possuem conhecimentos sobre os sintomas da ansiedade e procuram usar estratégias como a retirada do aluno para fora de sala para o uso da técnica de respiração, relaxamento com músicas calmas deixando o ambiente mais escuro e acolhedor para que as crianças se sintam confortáveis, desenvolvem planejamentos onde são pensadas possibilidades para que as crianças sintam acolhidas nas semanas que antecedem as avaliações.

### REFERÊNCIAS

**ANSIEDADE E A ESCOLA.** Disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=5hTXvO5XdK4> Acesso em: 23 mar. 2024.

**ARNAUT, ÂNGELA. Transtorno de ansiedade x crise ansiosa: como diferenciar e manejar? – issn 1678-0817 qualis b2.** Disponível em:

<https://revistaft.com.br/transtorno-de-ansiedade-x-crise-ansiosa-como-diferenciar-emanejar/#:~:text=Segundo%20Dalgalarondo%20%E2%80%9Cansiedade%20%C3%A9%20definida> Acesso em: 22 mar. 2024.

**CAÍRES, M. C.; SHINOHARA, H. Transtornos de ansiedade na criança: um olhar nas comunidades.** Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, v. 6, n. 1, p. 62–84, 1 jun. 2010.

**CASTILLO, A. R. G. et al., Transtornos de ansiedade. Revista Brasileira de Psiquiatria,** v. 22, n. supl 2, p. 20–23, dez. 2000.

**CERVO, Amado L.; BERVIAN, Pedro A.; SILVA, Roberto da.** Metodologia científica. 6. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007.

**CURY, Augusto.** Ansiedade: como enfrentar o mal do século: a Síndrome do Pensamento Acelerado: como e por que a humanidade adoeceu coletivamente, das crianças aos adultos. 1. ed. – São Paulo: Saraiva, 2014.

FERNANDES, D. C.; MUNIZ, M. **Autoconceito e ansiedade escolar: um estudo com alunos do ensino fundamental.** Psicologia Escolar e Educacional, São Paulo, v.20, n.3, p. 427-436 set./dez.2016.

FONSECA, J. J. S. Metodologia da pesquisa científica. Fortaleza: UEC, 2002

FRANCO, M. A. DO R. S. Prática pedagógica e docência: um olhar a partir da epistemologia do conceito. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**, v. 97, n. 247, p. 534-551, dez. 2016.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** São Paulo, SP: Atlas, 2002.

JANETE, M.; SILVA, N. **Os desafios da prática docente na atualidade.** Universidade Federal do Rio Grande do Norte Centro de Educação Curso de Pedagogia [s.l: s.n.].

Disponível em:

[https://repositorio.ufrn.br/bitstream/123456789/41985/2/OsDesafiosPr%C3%A1ticaDocenteAtualidade\\_Artigo%20Cient%C3%ADfico\\_2016.pdf](https://repositorio.ufrn.br/bitstream/123456789/41985/2/OsDesafiosPr%C3%A1ticaDocenteAtualidade_Artigo%20Cient%C3%ADfico_2016.pdf)

MARCONI, Marina; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica.** 7. ed. São Paulo: Atlas, 2010

MINAYO, Maria Cecília de Souza. (Org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade.** Petrópolis: Vozes, 2001.

MINAYO, Maria. Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

MUNIZ, M.; DÉBORA, C.; FERNANDES. **Autoconceito e ansiedade escolar: um estudo com alunos do ensino fundamental.** Psicologia Escolar e Educacional, SP, v. 20, n. 3, [s.d.].

OLIVEIRA, Alanna. **Ansiedade infantil e dificuldades de aprendizagem: um olhar psicopedagógico.** Universidade Federal da Paraíba Centro De Educação Curso de Psicopedagogia [s.l: s.n.]. Disponível em:

<https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/15479/1/ALO14062017.pdf>

**Os desafios e a importância do papel do professor na atualidade.** Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=E3jq4Ne7iB8> Acesso em: 28 mar. 2024.

PINHEIRO, D. P.; MILIAUSKAS, D. C. **Ansiedade generalizada: o que é, sintomas e tratamento.** Disponível em: [https://www.mdsaude.com/psiquiatria/transtorno-de-ansiedade-generalizada/#google\\_vignette](https://www.mdsaude.com/psiquiatria/transtorno-de-ansiedade-generalizada/#google_vignette) Acesso em: 22 mar. 2024.

SANTOS, Geni Serrano dos; SERRANO, Olivia. **O papel da escola na formação do cidadão** - Brasil Escola. Disponível em:

<https://meuartigo.brasilecola.uol.com.br/educacao/o-papel-escola-na-formacao-cidadao.htm> Acesso: 07/04/2024

SANTOS, Vanessa Sardinha dos. "**Quais os riscos que a ansiedade pode trazer para o aluno?**"; Brasil Escola. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/saude/quais-os-riscos-que-ansiedade-pode-trazer-para-aluno.htm> Acesso em 23 de março de 2024

SANTOS; TONIOSSO. **A importância da relação escola-família** (The importance of school-family relationship). Bebedouro-SP, v. 1, n. 1, p. 122–134, 2014.

SCHRAM, S.; ANTONIO, M.; CARVALHO, B. **O pensar educação em paulo freire: para uma pedagogia de mudanças**. [s.l: s.n.]. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/852-2.pdf>

SOARES TOZETTO, S.; DE, T.; GOMES, S. **A prática pedagógica na formação docente**. [s.l: s.n.]. Disponível em: <https://portalbiblioteca.ufra.edu.br/images/Ebook/letrasportugues/apraticapedagogicanaformacaodocente.pdf> Acesso em: 20 abr. 2024.

SOUZA, MAYANE LEITE DA SILVA. **O processo didático educativo: Uma análise reflexiva sobre o processo de ensino e a aprendizagem** - Brasil Escola. Disponível em: <https://meuartigo.brasilecola.uol.com.br/pedagogia/processo-didatico-educativo-analise-reflexiva-sobre-processo-ensino-aprendizagem.htm>

VEIGA, Ilma Passos Alencastro. **A escola em debate: gestão, projeto político-pedagógico e avaliação**. Revista Retratos da Escola, Brasília, v. 7, n. 12, p. 159-166, jan./jun. 2013. Disponível em: <https://pep.ifsp.edu.br/wp-content/uploads/2015/01/A-escola-em-debate.pdf>. Acesso em: 20/04/2024.

VIANNA, R. B.; CAMPOS, A. A.; LANDEIRA-FERNANDEZ, J. **Histórico, diagnóstico e epidemiologia da ansiedade infanto-juvenil**. Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, v. 6, n. 2, p. 37–57, 2010.

WIGFIELD, A; **math anxiety in elementary and secondary school students**; Journal of Educational Psychology 1988, Vol. 80, No. 2, 210-216