



## ANSIEDADE EM CRIANÇAS NO ÂMBITO ESCOLAR

Ana Clara de SOUZA<sup>1</sup>  
Carla Efigênia da Silva Lopes BARBOSA<sup>1</sup>  
Milena da Cruz ANTERO<sup>1</sup>  
Aleandra Marton Polegati SANTOS <sup>2</sup>

### RESUMO:

A criança, quando apresenta ansiedade demonstra comportamentos inadequados, afetando principalmente seu lado emocional diante de desafios relacionados as atividades escolares, as interações sociais como também o físico. O objetivo do trabalho foi analisar impactos sobre os principais fatores que causam ansiedade em crianças no ambiente escolar. Participaram da presente pesquisa 37 crianças de Escola de Ensino Fundamental Municipal. Na avaliação inicial utilizou se o questionário de ansiedade adaptado elaborado pelas próprias autoras, para a intervenção estratégias e para técnicas de grupo e reavaliação final. Os resultados demonstraram que as crianças tem maior predisposição a desenvolver transtornos de ansiedade, devido principalmente ao fator psicológico, com o seu desenvolvimento físico, psicológico e social afetado pela ansiedade, estas geralmente, apresentam as dificuldades de aprendizagem, que se caracteriza na concentração. Assim, o tema é relevante e pode contribuir para promover a reflexão sobre a ansiedade no âmbito escolar.

**Palavras chave:** Ansiedade infantil. Intervenções. Aprendizagem.

<sup>1</sup>Acadêmicos do 4º Ano do Curso de Graduação em Psicologia das Faculdades Integradas de Fernandópolis – FIFE-FEF, Fernandópolis-SP.

<sup>2</sup> Psicóloga, Mestre em Psicologia e Saúde (FAMERP), Professora do Curso de Graduação em Psicologia das Faculdades Integradas de Fernandópolis – FIFE-FEF, Fernandópolis-SP.

## 1 INTRODUÇÃO

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Doenças Mentais – DSM- 5 (2014) define os transtornos de ansiedade fazem parte de comportamentos inadequados, ansiedade por enfrentar desafios que não se sentem capazes de resolve-los e como também medo em excesso. (DSM-5, 2014).

Na atualidade é visível que a Síndrome da Ansiedade tem acometido pessoas, principalmente em idade escolar, afetando seu comportamento e aprendizagem. É importante salientar que não se sabe ao certo o que causa a ansiedade em crianças, pois se manifestam de forma diferente variando em intensidade. (ZANDONÁ, 2018).

Sabe-se que a infância é um momento importante do desenvolvimento da criança, pois é quando se desenvolve as potencialidades cognitivas e os fatores emocionais estão presente no cotidiano. (RAPEE; SPENCE; COBHAM; WIGNALL,2010).

A “criança” acometida pelo transtorno da ansiedade, tem seu lado afetivo, social e emocional afetado e com isto é gerado situações que comprometem sua aprendizagem, apresentado na mesma falta de concentração, ímpetos de diferentes emoções afetando, principalmente a alfabetização e o entendimento matemático, o que vem prejudicar seu rendimento escolar. (ZANDONÁ, 2018).

Os sintomas de transtorno de ansiedade que surgem em idade escolar é fator que causa prejuízos em seu desenvolvimento e aprendizagem e pode resultar em desmotivação escolar e Dificuldades de Aprendizagem, sendo conhecida como um sentimento de desconforto provenientes de alguma situação vivida podendo estar relacionada a fatores como a interação no ambiente escolar, assim como a metodologia utilizada na prática pedagógica pelo professor, a relação familiar, entre outros que surgem no dia a dia, mesmo os relacionados a fatores emocionais, psíquico e sociais. (BOSSA, 2007).

No contexto escolar é necessário que se reflita, que se tenha estratégias diferenciadas para acolher as crianças que sofrem do transtorno de ansiedade. Assim, práticas pedagógicas significativas ajudam na superação das dificuldades de aprendizagem, o controle de suas emoções que afetam as interações sociais e afetivas. (RAPEE; SPENCE; COBHAM; WIGNALL, 2010).

A ansiedade na criança em idade escolar pode sim, afetar o desenvolvimento em sua aprendizagem, ocorrendo o que tratamos como dificuldade de aprendizagem.

Criança que frequenta a escola e que possui o transtorno da ansiedade pode vir a ser afetado em sua concentração na execução das atividades escolares, pois o ato de aprender se apresenta como um problema. (JOSÉ; COELHO, 2006).

Neste sentido o presente trabalho teve como objetivo analisar impactos sobre os principais fatores que causam ansiedade em crianças no ambiente escolar.

## **2 METODOLOGIA**

Para atingir o objetivo proposto, foi delineado o percurso metodológico envolvendo os sujeitos do estudo, material, procedimento e coleta dos dados conforme seguem.

O presente trabalho se constitui numa pesquisa de campo na qual a coleta foi realizada pela ferramenta questionário adaptado para a realidade do atual estudo. Participaram desta pesquisa 37 alunos de ambos os gêneros que estavam presentes no dia da aplicação do questionário excluídos os que faltaram e licença a saúde do Ensino Fundamental do município de Fernandópolis. Para a avaliação utilizou-se o questionário composto por 15 questões com 3 alternativas sim, não e as vezes. A aplicação do mesmo fora realizada mediante autorização da Secretária de Educação do município e sob o consentimento e concordância das entrevistas com o Termo de Esclarecimento, respeitando o anonimato e a não divulgação das informações pessoais das mesmas. Realizadas em duas salas do 4º ano, que foram comparadas aos dados sobre ansiedade. O tempo da aplicação foi de trinta minutos e a intervenção uma hora, totalizando cinco intervenções. Os dados foram transferidos para o banco de dados específico para tabulação e análise.

## **3 RESULTADO E DISCUSSÃO**

### **3.1 AVALIAÇÃO INICIAL**

O questionário foi aplicado nas turmas A e B, com crianças na idade de 09 a 10 anos, em uma das escolas de Ensino Fundamental I, da rede Municipal de Educação de Fernandópolis. Sendo quem as turma A e B possuíam um total 17 alunos do sexo masculino e 20 do sexo feminino, totalizando 37 alunos.

A partir da aplicação do questionário tabulou-se dados referentes aos sintomas físicos, psicológicos e social como consta na tabela:

**Tabela 1: Análise comparativa das salas: avaliação inicial**

<b>QUESTIONÁRIO ANSIEDADE</b>	<b>Nº de alunos</b>	<b>Turma A %</b>	<b>Turma B %</b>
Idade	9 – 10 anos		
Masculino	17	52,94%	47,06%
Feminino	20	35,00%	65,00%
<b>SINTOMAS</b>			
<b>*Físicos</b>			
Falta de ar	5	60,00%	40,00%
Passa mal ao ir p/ a escola	4	50,00%	50,00%
<b>*Psicológicos</b>			
Acertar tarefas	31	51,61%	48,39%
Esquecimento prova	17	76,47%	23,53%
Tensão	13	61,54%	38,46%
Falta concentração	13	61,54%	38,46%
Coração acelerado	6	66,67%	33,33%
Nervoso dia da prova	22	68,18%	31,82%
Sentimento de solidão	8	50,00%	50,00%
<b>*Social</b>			
Preocupa colegas	15	60,00%	40,00%
Participa nas tarefas e leituras	17	88,24%	11,76%
Disciplina	15	53,33%	46,67%
Relacionamento com colegas	2	50,00%	50,00%

Elaborados pelas próprias autoras.

A pesquisa envolveu 37 alunos do Ensino Fundamental I de escola municipal, com idade compreendidas entre 9 e 10 anos, sendo 17 alunos do sexo masculino e 20 feminino, com a finalidade de investigar causas da ansiedade no âmbito escolar. Mesmo com idades diferentes, Ito et al. (2008), consideram que os transtornos ansiosos é a mesma tanto para o sexo masculino como feminino.

Os resultados obtidos quanto aos aspectos físicos mostram maior incidência na turma A do que na turma B. As informações permitiram verificar que assim, como o estudo de, segundo Caballo e Simón (2006), os sintomas físicos afeta significativamente a aprendizagem.

Dados revelam que sintomas psicológicos referentes nas turmas A e B, a maior incidência recai sobre a turma A, sendo que, foram detectados mais sintomas psicológicos envolvendo os alunos tendo como causas a tensão, falta de concentração, coração acelerados por diferentes motivos entre outros sintomas provocadores da ansiedade. Na turma B, observa-se que possuem menos sintomas

de ansiedade do que os apresentados na turma A, tendo maior controle sobre suas ações.

A BNCC (2018), vai de encontro aos resultados obtidos na aplicação do questionário, das turmas A e B, sendo o fator psicológico que mais se evidenciou. Esta enfatiza o quanto é importante as competências socioemocionais, se a criança está bem com ela e com o ambiente de convivência ela estará mais confiante e irá superar as dificuldades de aprendizagem que em muitos casos são provenientes dos fatores emocionais como a ansiedade objeto de nosso estudo. Assim, apresentados os resultados obtidos nos processos de testagem que revelaram o quanto o psicológico é afetado em termos de aprendizagem e interações sociais.

Outro ponto destacado na pesquisa com a aplicação do questionário se refere aos sintomas sociais em que a turma A evidenciou ter mais problemas do que a turma B. Portanto, como citam Zandoná (2018), Bossa (2007), o fator social além de interferir nas interações, prejudica na aprendizagem, como também as estratégias utilizadas na prática pedagógica podem ser ineficientes, assim como dados do atual estudo.

### 3.2 INTERVENÇÃO

Foram realizadas com as turmas de alunos cinco intervenções (Quadro 1), e ficou evidente que as dificuldades emocionais exercem e influenciam a aprendizagem. De acordo com os resultados da aplicação das intervenções observa-se o quanto o físico, o psicológico e o social se correlacionaram

**Quadro 1: Descrição dos encontros e intervenções realizadas**

1º Encontro Intervenção	<ul style="list-style-type: none"><li>● Conversa com as turmas explicando a finalidade da atividade.</li><li>● Exercício de respiração diafragmática como forma de controlar tensões, nervosismo.</li><li>● Discussão com a turma sobre a atividade desenvolvida.</li></ul>
2º Encontro Intervenção	<ul style="list-style-type: none"><li>● Discussão com o grupo da atividade do encontro anterior.</li><li>● Conversa com as turmas sobre a atividade a ser desenvolvida.</li><li>● A turma foi dividida em grupos e solicitou-se para que cada um desenhasse uma parte do corpo humano.</li><li>● Roda de conversa após o desenho feito e a importância da cooperação e da interação em qualquer ambiente</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Montagem da figura humana.</li> </ul>
3º Encontro Intervenção	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Discussão com o grupo sobre a realização da atividade aplicada anteriormente.</li> <li>● Explicação da atividade a ser realizada.</li> <li>● Jogo do silêncio</li> <li>● A proposta foi desenvolver a concentração.</li> </ul>
4º Encontro Intervenção	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Explicação da realização da atividade.</li> <li>● Reino animal e a identificação.</li> <li>● Desenho do animal com o qual identifica.</li> <li>● Roda de conversa o porquê da escolha do animal.</li> <li>● Proposta é o identificar e o afeto desenvolvido com quem temos coisas em comum.</li> </ul>
5º Encontro Intervenção	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leitura de mensagem (frase sobre a ansiedade).</li> <li>● Roda de conversa e discussão sobre o que entenderam da frase.</li> <li>● Atividade em grupo, listando 3 ações para que no entender dos alunos podem melhorar a ansiedade.</li> </ul>

Elaborado pelas próprias autoras.

Com a finalidade de propor que a criança quando acometida pela ansiedade e através do exercício de respiração diafragmática soubesse controlar tensões, nervosismo e que poderá realizar este quando sentirem inseguras. As explicações foram ouvidas atentamente, realizaram diversos exercícios, entendendo a proposta da atividade.

Segundo Salles, A. M.; Löhr, S. S. (2005), as estratégias e ações desenvolvidas por parte do professor é que dará ao aluno a segurança necessária para acalme, estimular a autoestima é um ponto a favor, conversar e respeitar a individualidade e o tempo de cada um. Consideramos muito importante conhecer as ideias de autores que favorecem a motivação e a segurança na aplicação da intervenção acima citada que deu aos alunos a possibilidade de saberem controlar as tensões e a ansiedade quando deparam com situações que os deixam inseguros.

A importância das interações sociais no contexto escolar, e procurou trabalhar o fator social. Desta forma, a atividade solicitada foi desenvolvida através do desenho, sendo este um despertar de emoções e criatividade. A turma foi dividida em grupos e solicitou-se para que cada um desenhasse uma parte do corpo humano. Após todos terem feito o desenho, através de uma roda de conversa questionou-se se alguém tinha a ideia do que poderia ser feito. Então, as partes foram coladas até a figura humana completar, e na ludicidade ressaltou-se a importância da cooperação, da interação necessária para a nossa convivência em todos os ambientes.

Bossa (2007), cita que ansiedade na idade escolar é elemento que acentua as dificuldades de aprendizagem, demorando o aluno para aprender, já que a cooperação e as interações estabelecidas no contexto escolar é que darão o suporte para o desenvolvimento de regras e o trabalho coletivo, conseqüentemente surgem os fatores emocionais e sociais. E para que pudesse exemplificar e facilitar as relações, assim como na literatura o recurso lúdico reforçou o comportamento das crianças trazendo resultados positivos.

Outro ponto a ser destacado é citado por Rapee; Spence, Cobham, Wignall, (2010), é que crianças ansiosas podem ter menos amigos que os próprios para a idade, tudo em decorrência do fator social, num contexto em que relacionar-se com o outro é interagir, fazer descobertas.

A próxima proposta aos alunos foi a brincadeira do silêncio, sendo explicado que este é um tipo de atividade possibilita o ouvir, a concentração necessária para resolver, se pensar, momento de relaxar a mente, descobrir diferentes sons, agradáveis ou não. Esta dinâmica foi do gosto das crianças e participaram com prazer. Este momento foi importante, pode-se observar quem realmente se concentrou. Ainda segundo Caballo e Simón (2006) as crianças ansiosas geralmente apresentam dificuldade em concentrar-se e realizar as atividades cotidianas por mais simples que sejam, causando prejuízos em sua aprendizagem. Portanto, após a aplicação da atividade percebe-se que a teoria estudada vem de encontro a prática realizada com as turmas.

A próxima atividade relacionou-se ao reino animal e de que forma eles se relacionavam com estes. Após a explicação e realização, solicitou-se que cada um escolhesse aquele com o qual tivessem identificação e o desenhasse. Feito o desenho, formou-se uma roda e foram questionados do porquê da escolha. Ao final foi salientado que temos afinidade com alguém que gostamos, que sentimos afeto, e

desta forma através mediação foi observado o quanto o emocional se faz presente no cotidiano de cada um.

Zandoná, (2018), diz da importância de nos conhecermos para superar os desafios e os fatores causadores da ansiedade. Quando nos deparamos com crianças ansiosas é preciso usar diferentes meios para auxiliá-la a superar o momento. Assim, consideramos pertinentes as ideias do autor citado, pois foi muito importante o até então porque as crianças adquiriram conhecimento sobre elas e ações para que pudessem enfrentar os fatores que tanto nos causa desconforto.

Para concluir foi a leitura de uma mensagem sobre ansiedade. Após lida as turmas deveriam falar se concordavam ou não com o ouviam e o que entenderam da mesma. Foi dado espaço ao diálogo, para colocarem suas opiniões, e como ela se manifesta no dia deles. Ouvidos e mediados pelas aplicadoras, foram divididos em grupos e solicitado para que colocassem 3 coisas que pudesse melhorar a ansiedade em determinadas situações com as quais deparavam no cotidiano.

De acordo com os autores Calsa, Amaral e Nascimento (2012), a criança ansiosa não tem confiança em sua capacidade, e pode ser que já tenha passado por situações por qual foi desacreditada, muitas vezes deixam – se levar por emoções por imaturidade emocional para equilibrar e controlar os sentimentos. Desta forma, nossas ideias e discussões concordam com os autores quando é citado que a auto confiança é ponto essencial quando somos afetados emocionalmente.

### 3 AVALIAÇÃO FINAL

**Tabela 2: Análise comparativa das salas: avaliação final**

<b>QUESTIONÁRIO ANSIEDADE</b>	Nº de alunos		Turma A %		Turma B %
Idade	9 – 10 anos				
Masculino	17		56,25%		38,10%
Feminino	20		43,75%		61,90%
<b>SINTOMAS</b>					
<b>*Físicos</b>					
Falta de ar	3		33,33%		66,67%
Passa mal ao ir p/ a escola	4		50,00%		50,00%
<b>*Psicológicos</b>					
Acertar tarefas	36		55,56%		44,44%
Esquecimento prova	10		60,00%		40,00%
Tensão	9		55,56%		44,44%
Falta concentração	8		50,00%		50,00%



Coração acelerado	3	33,33%	66,67%
Nervoso dia da prova	15	66,67%	33,33%
Sentimento de solidão	5	60,00%	40,00%
<b>*Social</b>			
Preocupa colegas	10	60,00%	40,00%
Participa nas tarefas e leituras	17	88,24%	11,76%
Disciplina	13	38,46%	61,54%
Relacionamento com colegas	2	50,00%	50,00%

Elaborados pelas próprias autoras.

Na valiação final, verificou que a sala A teve quanto aos sintomas físicos uma redução na falta de ar, enquanto a B teve um aumento, isso ocorreu porque existem situações causadoras de ansiedade, principalmente em circunstâncias novas, encontradas no contexto escolar, lugar de regras, de convivência e realidade diferente do ambiente familiar. Essas informações estão conforme Lima e Sousa (2018), que descrevem que é preciso estar atento à crescente ansiedade no desenvolvimento de crianças que estudam nos anos iniciais do Ensino Fundamental, principalmente no que provoca a falta de ar.

Em relação a passar mal ao ir para a escola tanto a turma A, como B se igualam, e como diz, Passos (2021), para sanar ou amenizar este problema a família e o professor exercem papel fundamental. Nesse momento, o papel do professor é fundamental, incentivando e motivando para que ocorra aprendizagem significativa e prazerosa.

Quanto aos sintomas psicológicos, o único fator que se destacou na sala A, foi o sentimento de solidão, que aumentou, no mais os resultados estão positivos. A sala B evidenciou aumento quanto a acertar tarefas, esquecimento prova, tensão, nervoso dia da prova e incidência maior no quesito ao coração acelerado, que pode ter como motivo a falta de controle sobre acontecimentos que faz com que se tornem vulneráveis. Passos (2021), cita que as crianças estão em desenvolvimento e tudo que esta precisa é de alguém que lhe dê segurança, que mostre as direções no trabalho do cognitivo e do afeto, como também participando de atividades em que possa ter interação com o grupo escola.

Verificou-se que quanto ao sintoma social o fator que teve aumento significativo na turma A, foi o relacionado a disciplina, assim como também a turma B. Segundo Amorim e Poletto (2021), a ansiedade afeta a vida escolar provocando a indisciplina, como também afeta a qualidade de vida, uma vez que esta atrapalha a socialização e

a concentração dos alunos, assim como na pesquisa atual. O importante para a aprendizagem, gerando atos indisciplinados. A consequência indisciplinar gerada pelo transtorno de ansiedade quando não é tratado pode levar a outros transtornos que afetam sua vida social.

#### **4 CONCLUSÃO**

A pesquisa foi positiva e respondeu os objetivos, sendo discutidos as ações e intervenções realizadas para a clareza da importância de compreender como a ansiedade prejudica as crianças, em diferentes fatores como o físico, psicológico e o social e conseqüentemente na aprendizagem.

As intervenções foram realizadas com a finalidade de propor estratégias diferenciadas e ações para que a criança tivesse conhecimento de como lidar com os desafios com os quais depara no dia a dia, sendo estimulada, motivada e tenha auto estima necessária para participar das interações. Tanto que os resultados foram alcançados e apontaram correlações entre os sintomas físico, psicológico e social e a aprendizagem no ambiente escolar.

No contexto de pesquisas a literatura referente aos instrumentos que avaliem a ansiedade no ambiente escolar são bem escassos e difíceis de serem encontrados, principalmente livros. No entanto, poucos são os autores que discutem e deem embasamento teórico para a realização desses estudos.

Importante ressaltar que esta experiência com grupos deve ser utilizada em outros estudos, uma vez possui algumas limitações por se tratar de uma pequena amostra. Portanto, é recomendado que novos estudos nessa área sejam realizados para um entendimento profundo do tema.

## 5.REFERÊNCIAS

AMORIM, V. S.; POLETO, L. Ansiedade Infantil e Modernidade em Tempos de Instabilidade Emocional. *Gestão e Tecnologia*, v. 2, ed. 33, p. 25-36. jul/dez, 2021. Disponível em: <https://faculadadedelta.edu.br/revistas3/index.php/gt/article/view/89/61>. Acesso em: 15 de novembro de 2023.

BOSSA, N. A. *Dificuldades de Aprendizagem: O que são? Como tratá-las?* Porto Alegre: Artmed, 2007.

BRASIL, Ministério da Educação e Cultura. *Base Nacional Comum Curricular: Educação Infantil e Ensino Fundamental*. Brasília: Ministério da Educação, 2018.

CABALLO, V. E.; SIMÓN, M. A. *Manual de psicologia clínica e do adolescente – Transtornos específicos*. São Paulo. Scielo.2006.

CALSA, G. C.; AMARAL, T. C. do; NASCIMENTO, M. C. Crianças com Transtorno de Aprendizagem e suas possibilidades de aprendizagem por meio da descentração. *Anais da Semana da Pedagogia da UEM*. Volume 1, Número 1. Maringá: UEM, 2012

DSM-IV. *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-IV*. Porto Alegre: Editora Artmed, 2014.

ITO, L. M. et al. Terapia cognitivo-comportamental da fobia social. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v. 30, supl. 2, p. 96-101, 2008.

JOSÉ, E. da A.; COELHO, M. T. *Problemas de Aprendizagem*. Editora Ática, 2006, São Paulo.

LOPES, L. A. de L. Ansiedade infantil: impactos na aprendizagem. Disponível em: <http://fait.revista.inf.br> > arquivos destaque. Acesso em:10 de outubro de 2023.

OLIVEIRA, A. de L.. Ansiedade infantil e dificuldades de aprendizagem. Disponível em: [ufpb.br](http://ufpb.br) - <https://repositorio.ufpb.br> > ALO14062017. Acesso em julho de 2023.

PASSOS, K. dos. A influência da afetividade no processo de desenvolvimento cognitivo da criança na educação infantil. 2021. Monografia (Graduação em Pedagogia Bilíngue) – IFSC/PHB. Disponível em: <https://repositorio.ifsc.edu.br/bitstream/handle/123456789/2494/KamilaPassosTCC2020.2.docx%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em:15 de novembro de 2023.

RAPEE, R. M; SPENCE, S. H; COBHAM, V.; WIGNALL, A. *Transtorno da Ansiedade na Infância*.2010 – São Paulo – M. Books do Brasil Editora Ltda.

SALLES, A. M.; LÖHR, S. S. *Ansiedade, um problema ou um jeito de levar a vida. Comportamento e cognição: Abpmc*. São Paulo. 2005.

SANTOS, G. L. dos. *Ansiedade infantil: um olhar para os atrasos no desenvolvimento escolar em crianças dos anos iniciais do Ensino Fundamental*. Palmas, TO, 2022.

Disponível em: [http://repositorio.uft.edu.br › bitstream › 1](http://repositorio.uft.edu.br/bitstream/1). Acesso em: 18 de novembro de 2023.

ZANDONÁ, A. P. Como controlar a ansiedade. Editora Canção Nova. Cachoeira Paulista, São Paulo, 2018.