



ANSIEDADE E DIFICULDADES DE APRENDIZAGEM: RELATO DE EXPERIÊNCIA NO ENSINO TÉCNICO PROFISSIONALIZANTE

FLORES, Waldety Stéffany Ferreira¹ (steffanyflr@outlook.com); **UENO, Isis Ayumi¹** (isisayumi@hotmail.com); **SOUZA, Michelli Palmeira de¹** (michelli_eld@hotmail.com); **DUARTE, Caroline Quequeto¹** (quequeto3@gmail.com); **EVANGELISTA, Aline Ketlin Palmeira¹** (alinekpe@gmail.com); **COSTA, Jaqueline Batista de Oliveira²** (jakbatista15@gmail.com);

¹Discente do curso de Psicologia – UFGD

²Docente do curso de Psicologia – UFGD

A ansiedade pode ser descrita como um sentimento vago e desagradável de medo ou apreensão, sendo caracterizada por tensão ou desconforto derivados da antecipação do perigo ou de algo desconhecido. Frequentemente, a ansiedade escolar está ligada a alunos que vivenciam um desempenho escolar insatisfatório. Ela pode se manifestar com variados níveis de intensidade, e seu nível tende a aumentar durante um período de dificuldades acadêmicas, podendo influenciar negativamente na motivação para a aprendizagem. Torna-se imprescindível a compreensão da interação entre esses fatores para diminuir o impacto negativo da ansiedade na aprendizagem. Este trabalho tem como objetivo geral discutir a ansiedade, bem como fatores que afetam desempenho escolar de alunos e interferem na motivação para os estudos. Trata-se de um relato de experiência realizado no Instituto Federal de Mato Grosso do Sul, campus do município de Dourados, durante os meses de março e abril de 2019. O trabalho foi desenvolvido junto a um grupo de adolescentes do ensino médio técnico da instituição, com idades entre 15 e 18 anos, e foi realizado a partir de oficinas. Essas aconteceram semanalmente e totalizaram 8 encontros. As oficinas incluíram ações que visavam possibilitar o reconhecimento da ansiedade nos alunos e seus sintomas externos e internos; apresentar alternativas para a diminuição dos níveis encontrados, ressignificando seus sintomas; provocar reflexões que induzam a maturação no olhar de si e dos outros e de possíveis variáveis que estejam atreladas a ansiedade. Foram realizadas rodas de conversa sobre o tema, atividades estimuladoras de reflexão, exploração ativa da criatividade, com utilização de recursos audiovisuais, além de lápis, lápis de cor e folhas A4. Ao final da oitava oficina, observaram-se modificações nos comportamentos e sentimentos apresentados pelos jovens, que já aparentavam se encontrar mais relaxados, não somente dentro da própria oficina, mas também em suas rotinas. Foi distribuído um questionário para melhor avaliação dos resultados da intervenção realizada. A maioria dos alunos enfatizou a necessidade e importância da realização deste trabalho nas escolas, e sua gratidão pelo mesmo. Afirmaram que se sentiram mais preparados para lidar e manejar com a ansiedade, que passou a ser vista com novos olhos por eles. A partir disto, conclui-se a importância da ênfase na saúde mental dentro do âmbito escolar, em especial em relação à ansiedade e suas manifestações sintomáticas. Conclui-se que a intervenção proposta se trata de um processo inovador devido suas particularidades, sendo suas implicações e limitações também discutidas pelos autores.

Palavras-chave: psicologia; ansiedade; ensino;