

INTRODUÇÃO

De acordo com CHADE e PALHARES (2017), a Organização Mundial da Saúde (OMS) afirma que cerca de 9,3% da população brasileira é ansiosa, sendo cerca de 18,6 milhões de pessoas. Outros autores como SOARES e MARTINS (2012) esclarecem algumas situações causadoras de ansiedade entre os adolescentes do Ensino Médio, como a preocupação com o futuro e indecisões. A Secretaria da Educação do Estado de São Paulo, observando no dia a dia da escola há desafios que envolvem questões socioemocionais, desenvolveu o programa CONVIVA SP; sabendo disso buscamos ser parceiros de tal programa, com a proposta de contribuir para um clima escolar positivo por meio de ambiente de aprendizagem colaborativo, solidário e acolhedor.

QUESTÃO PROBLEMA

Mesmo a ansiedade estando tão presente no nosso dia a dia, nos questionamos se os alunos da nossa instituição estavam ou se sentiam preparados para lidar com a situação e se seria possível realizar com eles um projeto de intervenção pedagógica, visando deixar os alunos mais preparados e seguros para enfrentar tal problema, seja ele internamente ou com o próximo, buscamos e demos informações e técnicas que ajudassem a minimizar a ansiedade e trazer mais segurança.

JUSTIFICATIVA

Para iniciar a pesquisa, enviamos um formulário inicial de pesquisa digital aos alunos do Ensino Médio da escola E.E. Dr. Cesário Coimbra, onde buscamos ver dados que comprovassem nosso questionamento, obtivemos dados que 69,5% dos alunos que responderam, assumem possuírem ansiedade no dia a dia, enquanto 21,4% não tiveram certeza na hora de responder. Na mesma pesquisa, 97,3% disseram que gostariam de receber mais informações sobre esse tema. Esses resultados demonstram a necessidade da inclusão do assunto no ambiente escolar, buscando dar suporte para os alunos lidarem com suas habilidades socioemocionais.



FIGURA 1 - FOTO DOS ALUNOS PARTICIPANDO DO "JOGO DE PALAVRAS" INDO COLAR NO PAINEL SUAS EMOÇÕES.

METODOLOGIA

Aplicamos um formulário inicial online, onde objetivamos descobrir quais demandas trabalhar sobre ansiedade em nossa escola. Fizemos um aprofundamento no referencial teórico e elaboramos um projeto de intervenção pedagógica que pudesse corresponder aos dados encontrados. Fizemos parceria junto ao curso de psicologia da universidade FHO - Uniararas. Na intervenção foi trabalhado com os alunos o que é ansiedade, alguns de seus distúrbios, houve um jogo de palavras, as palavras selecionadas apontaram-se como causadoras de ansiedade nessa faixa etária, sendo elas: Futuro, Escolha de Carreira, Vestibular e Primeiro Emprego. E, por fim, duas técnicas que tranquilizam e controlam a ansiedade e foi exposto algumas redes de apoio existentes em nossa cidade. Ao final da intervenção, os alunos responderam um questionário que tinha por objetivo verificar o grau de eficácia e ajuda que a tal trouxe para a vida deles. Houve muitos relatos falando da melhoria e auxílio que a ação teve na vida deles.

RESULTADOS

Na primeira pesquisa houve 187 participantes, onde diagnosticamos as maiores dúvidas sobre o assunto. Durante o processo de intervenção tivemos 220 participantes, os quais ao final responderam o último questionário, que buscava ver o impacto que as informações causaram nos participantes. Em uma das perguntas deste último questionário, 196 participantes afirmam que a intervenção tirou as dúvidas existentes sobre a ansiedade, 16 alunos afirmaram que ainda ficaram com algumas dúvidas e 8 não tiveram suas dúvidas sanadas. Isso nos mostrou que mesmo a intervenção sendo satisfatória para quase 90% dos estudantes, ainda sim é preciso um reforço e um trabalho contínuo de toda a comunidade escolar, para que os resultados possam ser potencializados. Comparando com os dados do questionário inicial, anterior a intervenção pedagógica, houve um aumento de 46% no total de alunos que se sentem mais preparados para lidar com o assunto.

Você se sente mais preparado para lidar com essa situação?

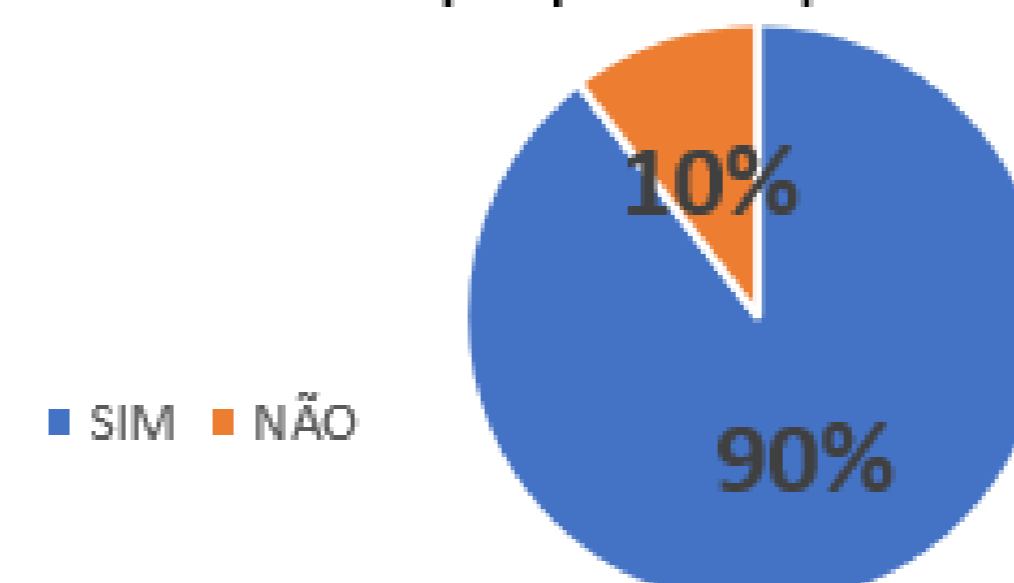


FIGURA 2 - VOCÊ SE SENTE MAIS PREPARADO PARA LIDAR COM ESSA SITUAÇÃO?

As informações dadas durante a intervenção tiraram suas dúvidas sobre como lidar em um momento de ansiedade?

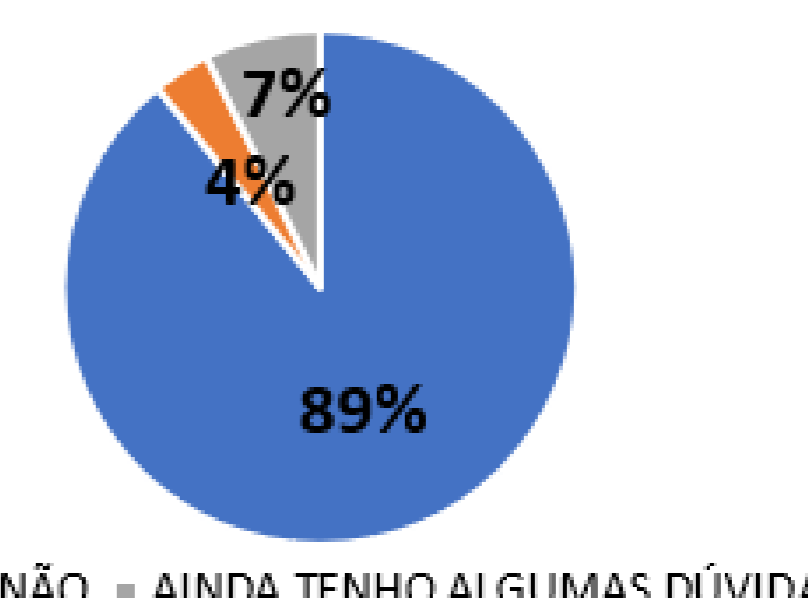


FIGURA 3 - AS INFORMAÇÕES DADAS DURANTE A INTERVENÇÃO TIRARAM SUAS DÚVIDAS SOBRE COMO LIDAR EM UM MOMENTO DE ANSIEDADE?

Foi importante para você receber essas informações?

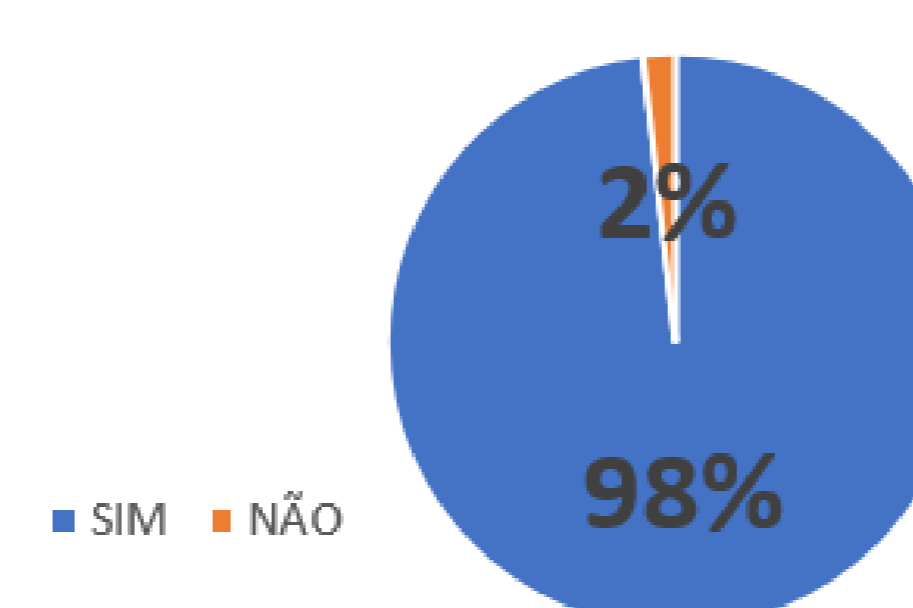


FIGURA 4 - FOI IMPORTANTE PARA VOCÊ RECEBER ESSAS INFORMAÇÕES?

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final de todo o processo, foi possível verificar que a ansiedade é algo presente na vida dos jovens do Ensino Médio. Decisões importantes ligadas a vestibular, futuro, primeiro emprego e escolha de carreira são alguns fatores que causam emoções relacionadas ao medo e insegurança em cada estudante. Por isso é de extrema importância e totalmente válido realizar um projeto de intervenção pedagógica para abordar o tema, trazendo segurança e empatia no ambiente escolar. Mesmo não se apresentando como uma solução total, o projeto trouxe informações que permitiram com que os alunos sentissem com mais segurança para lidar com a ansiedade própria ou de algum colega que precise dessa rede de apoio.

REFERENCIAL TEÓRICO

CHADE, Jamil; PALHARES, Isabela. BRASIL TEM MAIOR TAXA DE TRANSTORNO DE ANSIEDADE DO MUNDO, DIZ OMS. O Estado de S. Paulo, 23 de fevereiro de 2017.

ESTADO DE SÃO PAULO: Secretária da Educação. Resolução 48, de 1 de outubro de 2019. Institui o CONVIVA SP - Programa de Melhoria da Convivência e Proteção Escolar no âmbito da rede estadual de educação e dá outras providências.

SOARES, Adriana Benevides; MARTINS, Janaína Siqueira Rodrigues. ANSIEDADE DOS ESTUDANTES DIANTE DA EXPECTATIVA DO EXAME - Paidéia (Ribeirão Preto) vol.20 no.45 Ribeirão Preto Jan/Apr 2010.