

A influência dos transtornos de ansiedade no processo de ensino – aprendizagem

The influence of anxiety disorders in the teaching-learning process

⁽¹⁾ Ana Carolina Carneiro Lopes, anaped@uol.com.br

⁽²⁾ Estéfani Gabrieli Aparecida Gonçalves, estefaniga12@gmail.com

⁽¹⁾ Professora Mestra do Centro Universitário de Itajubá – FEPI,

⁽²⁾ Graduanda em Pedagogia no Centro Universitário de Itajubá – FEPI,

Recebido: 03 de setembro de 2020. Revisado: 04 de dezembro de 2020.

RESUMO

Contemporaneamente tem se percebido o grande avanço dos transtornos de ansiedade entre as crianças em idade escolar. Em conformidade a isso, estudo que aborda os transtornos de ansiedade e como estes influenciam no processo de ensino-aprendizagem no ambiente escolar, seja como objeto de estudo, seja como categoria de análise, são importantes por ajudar os profissionais da educação compreenderem melhor esse transtorno. Sob esta perspectiva, o objetivo desta proposta é refletir sobre as principais causas da ansiedade precoce e sua interferência no processo de aprendizagem da criança. Para obter-se o resultado foi realizado uma pesquisa qualitativa em educação, de cunho bibliográfico. A pesquisa discorre em explicar o processo de aprendizagem, compreender como ocorre os transtornos de ansiedade, abrangendo seu conceito, tipologias, seu processo na perspectiva da Neurociências, hereditariedade e o contexto familiar e ressaltar o papel do educador diante a alunos com tal patologia. Nesta perspectiva, conclui-se que algumas crianças não reconhecem suas próprias emoções sobrevivendo no desenvolvimento global.

Palavras-chave: Ansiedade. Transtorno. Aprendizagem.

ABSTRACT

At the same time, there has been a great advance in anxiety disorders among schoolchildren. Accordingly, a study that addresses anxiety disorders and how they influence the teaching-learning process in the school environment, whether as an object of study or as a category of analysis, are important for helping education professionals had better understand this disorder. From this perspective, the objective of this proposal is to reflect on the main causes of early anxiety and its interference in the child's learning process. To obtain the result, a qualitative research in education, of bibliographic nature, was carried out. The research focuses on explaining the learning process, understanding how anxiety disorders occur, covering their concept, typologies, their process from the perspective of Neurosciences, heredity and the family context and highlighting the role of the educator in the face of students with such pathology. In this perspective, it is concluded that some children do not recognize their own emotions that survive in the global development.

Keywords: Anxiety. Disorder. Learning.

INTRODUÇÃO

A pesquisa tem como principal objetivo refletir sobre as principais causas da ansiedade precoce e sua interferência no processo de aprendizagem da criança. A metodologia é pautada em referências de revistas e livros, no qual a pesquisa bibliográfica é de cunho qualitativo em educação.

A patologia ansiosa e a relação com os fatores intrínsecos e extrínsecos serão evidenciadas por meio dos capítulos apresentados. A estrutura da pesquisa inicialmente consiste em abordar como ocorre a aquisição da aprendizagem, destacando que existem fatores que interferem no cérebro humano, enfatizado em especial o transtorno de ansiedade e a maneira do educador frente a esta patologia.

Braga *et al* (2010, p. 95) argumenta que a ansiedade traz “[...] manifestações cognitivas, manifestações somáticas, manifestações comportamentais e manifestações emocionais.” Partindo dessa premissa, houve a reflexão de como os transtornos de ansiedade interferem nas reações fisiológicas e comportamentais na criança em seu processo de aprendizagem.

Os transtornos de ansiedade são mecanismos derivados de certas disfunções

acarretadas no cérebro, incluindo neurotransmissores e demais nervos. Mediante a isso, sabe-se que a ansiedade, o nível de alerta, as emoções e o estresse, por exemplo, influenciam fortemente a aprendizagem (ROTTA; OHLWEILER; RIESGO, 2016, p. 39).

As mudanças na sociedade como a globalização e os avanços tecnológicos, está constantemente afetando o público infantil. Muitas vezes seguindo o exemplo dos pais, fazendo com que sofra influência diretamente e indiretamente em sua vida. A autora Relvas (2011) acredita ainda que “[...] o maior desafio do mundo atual das informações é como organizá-las, como encontrar meios que viabilizem a organização das informações e que permitam torná-las disponível quando necessárias”.

A pesquisa obteve contribuições de bases teóricas referente a patologia e educação. Fundamenta-se, principalmente, nas obras de Relvas (2011), Stallard (2010), Senge (2005), Dumas (2011), Consenza e Guerra (2011), Associação Americana de Psiquiatria (APA), Silva (2011), Teles (2018), Knadel *et al* (2014), dentre outros.

Dessa forma, o trabalho foi dividido em quatro capítulos, inicialmente, pretende-se explicar como ocorre o processo de ensino

aprendizagem, indicando fatores que podem interferir na aquisição do conhecimento, como por exemplo os transtornos de ansiedade. No segundo capítulo aborda-se a compreensão de como ocorre os transtornos de ansiedade no indivíduo englobando seu conceito, tipologias, seu processo na perspectiva da Neurociências, hereditariedade e o contexto familiar. No terceiro capítulo, trata-se do papel do educador como mediador, seu posicionamento diante dos transtornos de ansiedade.

Acredita-se que a pesquisa possa ser objeto de reflexão acerca da ansiedade patológica, principalmente norteando educadores na recepção de alunos ansiosos, oferecendo muito além do que se pode imaginar.

Como o cérebro aprende

O cérebro humano é um poderoso processador de informações baseado nas experiências de vida de um indivíduo. Este processamento de informações atinge áreas perceptivas do cérebro e se depara com estímulos constantemente. Diante disso, Relvas (2011) acrescenta que

[...] a ativação de uma área cortical, determinada por um estímulo, provoca alterações também em outras áreas, pois o cérebro não funciona como regiões isoladas (RELVAS, 2011, p. 35).

O ambiente em que o indivíduo vive está em constante interação através dos cinco sentidos do ser humano: visão, paladar, olfato, tato e audição, desta maneira, as informações são absorvidas no cérebro. Neste âmbito,

[...] a aprendizagem é um evento sináptico, e, no seu transcurso, são produzidas modificações moleculares. Na aprendizagem, há uma etapa de aquisição e outra de consolidação (ROTTA; OHLWEILER; RIESGO, 2016, p. 36)

Embora a aprendizagem seja um processo constante ao longo do cotidiano do indivíduo, é necessário pontuar que,

[...] aprender é um ato desejante, e sua negação é o não aprendido. O desejo é movido pelo inconsciente que, nesse momento do aprender ou não aprender, responde às informações libidinadas (negação, recusas, omissão, rejeição...) (RELVAS, 2011, p. 123).

Além de acarretar o aumento das ligações neurais, Consenza e Guerra (2011, p. 36) argumentam que a aprendizagem está relacionada também a circuitos neuronais interdependentes, este encadeamento acontece quando é aprendido novos conhecimentos baseados aos saberes já existentes.

Na perspectiva de Rotta, Ohlweiler e Riesgo (2016, p. 36), no decorrer da aquisição do conhecimento, é ocasionado o surgimento de novas sinapses e alterações dos neurônios modificáveis já existentes.

Diante disso, os autores Consenza e Guerra (2011, p. 25) completam ressaltando que os neurônios são encarregados no funcionamento do sistema nervoso e responsáveis pela transmissão e processamento de uma informação.

Uma característica marcante do sistema nervoso é então a sua permanente plasticidade. E o que se entende por plasticidade é sua capacidade de fazer e desfazer ligações entre os neurônios como consequência das interações constantes com o ambiente externo e interno do corpo, sendo contínua em toda a vida do indivíduo mesmo que ainda diminuída (CONSENZA; GUERRA, 2011, p. 36).

Na perspectiva neural, pode-se compreender que

[...] o cérebro compreende os dois hemisférios cerebrais, cada um deles consistindo em uma camada mais externa muito enrugada (o córtex cerebral) e três estruturas situadas mais profundamente (os núcleos da base, o hipocampo e os núcleos da amígdala) (KANDEL *et al* 2014, p. 9).

Neste segmento, Kandel *et al* (2014, p. 1226) salienta que diversos estudos foram feitos através de neuroimagens que demonstraram a presença da amígdala e do hipocampo em respectivos estímulos emocionais.

Seguindo na perspectiva da estrutura cerebral, a aprendizagem discorre também devido a junção da relação emocional a aprendizagem implicando em

comportamento social ocorrendo na amígdala. Em vista disso, é realçado que

[...] quanto mais intenso for o estímulo da amígdala, mais forte será o registro; as experiências que mais nos apavoram ou emocionam na vida estão entre nossas lembranças indeléveis. Isto significa que o cérebro tem dois sistemas de memória: um para fatos comuns e outro para fatos imbuídos da emoção (RELVAS, 2011, p. 124).

O córtex cerebral é uma das regiões primordiais no funcionamento do cérebro, pois constantemente está recebendo informações, processando e enviando respostas. Ademais, está ligado a aspectos psíquicos. Em vista disso, a autora Relvas pondera neste âmbito que

[...] o córtex pré-frontal é a região do cérebro responsável pela memória funcional, mas os circuitos que vão do cérebro límbico aos lobos pré-frontais indicam que os sinais de forte emoção (ansiedade, raiva e afins) podem criar estática neural, sabotando a capacidade do lobo pré-frontal de manter a memória funcional. É por este motivo que, quando estamos perturbados emocionalmente, costumamos dizer: “SIMPLESMENTE EU NÃO CONSIGO RACIOCINAR”. A contínua perturbação emocional cria deficiência nas aptidões intelectuais da criança, reduzindo-as e, às vezes mutila a capacidade de aprendizagem (RELVAS, 2011, p. 124). (grifo da autora)

Assim sendo, a memória é evidenciada como principal agente intrínseco responsável por modular as informações advindas das experiências do indivíduo. Sendo assim,

[...] o aprendizado refere-se a uma mudança no comportamento que resulta da aquisição de conhecimento acerca do mundo, e a memória é o processo pelo qual esse conhecimento é codificado, armazenado e posteriormente evocado (KANDEL *et al.*, 2014, p. 1256).

Consenza e Guerra (2011, p. 51) classificam a memória de acordo com a sua duração. Desse modo, ressalta a memória de curta duração ou curto prazo ou de trabalho, responsável por absorver e guardar acontecimentos recentes e a memória de longa duração ou longo prazo, o qual armazena lembranças permanentes. Assim,

[...] a memória de trabalho, ou memória operacional, é uma memória transitória, *on line*, onde são armazenadas e processadas as informações necessárias ao desempenho de uma tarefa que requer a consciência. Podemos identificar como componentes da memória de trabalho uma memória sensorial, um sistema de repetição e também um mecanismo de ativação dos registros armazenados de forma mais permanente no cérebro. O funcionamento da memória de trabalho depende da coordenação executada, principalmente pela região pré-frontal do córtex cerebral. Essa região se ocupa também da memória prospectiva, o “lembrar de lembrar” (CONSENZA; GUERRA, 2011, p. 60). (grifo dos autores)

Consenza e Guerra (2011) ressaltam que as emoções, como ansiedade prolongada, pode ter um efeito contrário no processo de ensino aprendizagem, pois, pode ser prejudicial a atenção, já que

[...] os hormônios glicocorticoides secretados pela suprarrenal atuam nos

neurônios do hipocampo, chegando a destruí-los (CONSENZA; GUERRA, 2011, p. 84).

A aprendizagem ocorre de diversas maneiras e depende de vários fatores. Dentre eles, alguns estímulos negativos podem dificultar o processamento de determinada informação e maturação.

Os transtornos de ansiedade

A ansiedade é considerada uma emoção normal no ser humano, porém se demasiada traz malefícios ao indivíduo, principalmente ao público infantil, pois, é nos anos iniciais escolares que é construído valores fundamentais. Segundo Assis (2007, p. 20), dentre as patologias psicológicas, os transtornos de ansiedade são considerados mais comum iniciarem na infância.

Neste âmbito, o autor destaca alguns impactos causados pelos transtornos de ansiedade ao longo do cotidiano de um indivíduo, tais como:

Os transtornos de ansiedade em crianças e jovens são comuns e constituem o maior grupo de problemas de saúde mental durante a infância. Eles podem causar um efeito significativo no funcionamento diário, criar impacto na trajetória do desenvolvimento e interferir na capacidade de aprendizagem, no desenvolvimento de amizades e nas relações familiares. Muitos transtornos de ansiedade são persistentes e, se não forem tratados, aumentam a probabilidade de

problemas na idade adulta (STALLARD, 2010, p. 10).

De acordo com Assis (2007), os transtornos psiquiátricos podem interferir no funcionamento de tarefas cotidianas do indivíduo independentemente de sua faixa etária.

Segundo a DSM-IV (American Psychiatric Association, 1994) e a CID-10 (World Health Organization, 1982),

[...] os transtornos ansiosos estão classificados em categorias diagnósticas, que são agrupadas em cinco grupos de transtornos: transtorno de ansiedade generalizada, transtorno de pânico, transtorno obsessivo-compulsivo, transtornos fóbicos, e transtorno de estresse pós-traumático (BRAGA *et al*, 2010, p. 95).

Desse modo, a Classificação Internacional das Doenças de 1975 (CID-9) conceitualiza o “estado de ansiedade” como

[...] as manifestações físicas e mentais da ansiedade que não podem ser atribuídas a um perigo real e que ocorrem em forma de ataques ou como um estado persistente (CID-9, 1975). (grifo do autor)

Diante do conceito de medo, no qual está estreitamente relacionada a condição de crise ansiosa, o medo é considerado

[...] um sentimento universal: todos sentem, e diversos estudos demonstram ser uma emoção primária (inata) do ser humano, necessária para proteção e perpetuação da espécie. Está incrustada em nosso DNA e faz parte da nossa existência. Sua abrangência vai desde a decisão de lutar ou fugir até o acúmulo traçoeiro

que deságua no estresse e na ansiedade, levando ao esgotamento físico e mental (SILVA, 2011, p. 25).

Em vista disso, Silva (2011) acrescenta que, o medo pode ser considerado como “luta ou fuga” (grifo do autor, p.25) e é o principal fator que circunda os transtornos mentais, conhecidos como transtornos de ansiedade. As sensações que envolvem a reação de medo agem como instinto de defesa podendo ser exprimidas por um medo anormal através de sintomas físicos como: taquicardia, sudorese, boca seca, sensação de formigamentos, tremores, entre outros. O autor acrescenta ainda que,

[...] estar ansioso é tudo isso acompanhado por manifestações orgânicas tais como palpitações (taquicardia), suor intenso (sudorese), tonturas, náuseas, dificuldade respiratória, extremidades frias etc. Assim, os transtornos de ansiedade correspondem aos estados de ansiedade (estar ansioso) em indivíduos que possuem uma personalidade ansiosa de fundo ou base (ser ansioso). Logo, fisiologicamente pensando, quando o ser se une ao estar em uma personalidade já ansiosa, estados severos de desconforto e sofrimento são gerados (SILVA, 2011, p. 26-27).

Por mais natural que esta emoção seja no organismo humano, é possível ressaltar a importância de diferenciar o medo da ansiedade exacerbada. Sob perspectiva da autora Laura, pondera-se que,

[...] contudo, é importante não confundir medo com ansiedade. Medo é a resposta a qualquer ameaça direta (percebida ou real), e ansiedade

é causada devido à previsão de ameaças potenciais. Ansiedade é uma preparação para a preocupação, medo e desconforto, e geralmente é uma resposta exagerada para uma circunstância danosa sob um ponto de vista subjetivo (LAURA, 2019, p. 8-9).

Neste contexto, Clark e Beck (2014, p. 25) afirmam que “[...] *o medo está no cerne de todos os estados de ansiedade* (grifo dos autores)”. Deste modo, o medo é o estado psicológico subjacente a ansiedade.

Mediante o exposto, Clark e Beck (2012, p. 44) consideram a ansiedade como um

[...] produto de um sistema de processamento de informação que interpreta uma situação como ameaçadora aos interesses vitais e bem-estar do indivíduo.

De acordo com Dumas (2011, p. 395-396), “[...] a ansiedade tem modalidades múltiplas de expressão.”

Em consonância a este aspecto,

[...] a ansiedade afeta cerca de 16% das crianças, causando impacto significativo sobre seu desenvolvimento. As crianças com transtorno de ansiedade têm mais problemas na escola (tanto acadêmicos quanto sociais) e muito mais chances de se tornarem adultos com problemas psicológicos (LEAHY, 2011, p. 13).

Além disso, pondera-se alguns sintomas psíquicos que podem se sobressair nestes transtornos, como

[...] a tensão, a apreensão, a insegurança, a dificuldade de concentração, a sensação de

estranheza, o nervosismo e outros sintomas afins (SILVA, 2011, p. 130-131).

A ansiedade também se manifesta em sintomas implícitos, levando a algum tipo de ansiedade específica. Desse modo, é possível afirmar que,

[...] o mecanismo da ansiedade está por trás de quadros como perfeccionismo, com autocobranças e exigências bastante absurdas, bem como baixa auto-estima, medos, fobias, falta de confiança, depressão, transtornos obsessivo-compulsivos e mesmo simples manias, sendo que todos esses comportamentos foram interpretados, portanto incorporados, pela criança como necessários à sua sobrevivência (POSSATO, 2013, p. 39).

De acordo com Silva (2011), existe uma grande parcialidade de pessoas que apresentam transtorno de ansiedade, porém não procuram tratamento adequado, mantendo os sintomas em segredo. Não se sabe ao certo se é decorrente de tabus que circundam a temática, vergonha ou receio do diagnóstico.

Em conformidade com Sanches (2010) a ansiedade demasiada, prejudica a sensação de bem estar, influencia na felicidade, compromete a saúde e consequentemente infere na socialização e interação profissional e relacionamentos.

Diante ao anteposto, Neufeld (2015) ressalta que a falta do diagnóstico e tratamento perante o quadro sintomático de

distúrbios ansiosos tendem a piorar ao longo da vida, até que o indivíduo atinja a fase adulta. O mesmo ainda relata que diversos pacientes notaram que tal patologia iniciou quando ainda eram crianças.

Os transtornos de ansiedade na infância se deparam ao conflito de obter o diagnóstico precocemente, assim, de acordo com o autor

[...] muitas crianças não têm consciência da resposta de ansiedade ou dos seus sintomas psicológicos, o que, em alguns casos, pode ser mal-interpretado por estas e/ ou por seus pais como sinais de que esteja doente. Um melhor conhecimento e identificação mais apurada desses sintomas desafiam tais crenças sobre doenças e permite que a criança intervenha e maneje ativamente a sua resposta de ansiedade (STALLARD, 2010, p. 117).

Silva (2011, p. 177) complementa que o ambiente familiar propiciado a criança pode ser agente favorecedor para o desenvolvimento da ansiedade exacerbada em crianças no seu processo de criação. A autora pondera que os pais perfeccionistas, críticos, supersticiosos e até mesmos fóbicos estão continuamente exigindo sempre mais de seus filhos, fazendo com que a criança se sinta mais ansiosa que o normal e com medo de fracassar, e assim decepcionar seus pais. A relação parental ainda, interfere na visão do mundo infantil,

fazendo com que as crianças vivenciem um mundo assustador.

Situações propulsoras de ansiedade acontecem naturalmente na vida de qualquer indivíduo. Estes eventuais acontecimentos podem ou não desencadear um transtorno de ansiedade, sendo mais comum quando já há uma predisposição para eclodir tal patologia. Os autores contribuem sob a perspectiva de que,

[...] certas variações genéticas podem predispor uma pessoa à ansiedade. Entretanto, tal predisposição pode não se manifestar até ser despertada por intensa situação estressante ou traumática. Assim, a manifestação de um Transtorno de Ansiedade pode depender de uma interação entre genes e ambiente (ASBAHR; LABBADIA; CASTRO, 2017, p. 25).

É significativo abordar a contribuição da globalização que a sociedade vem sofrendo contemporaneamente. O século XXI é marcado pelo capitalismo, conseqüentemente cada vez mais tecnológico, disputa entre os cidadãos para que consigam se sobressair e ter uma vida melhor. Dentre estas inovações, os pais acabam tendo suas horas contadas para ser atenciosos com as necessidades de seus filhos. Sendo assim,

[...] para suprir a ausência, equivocadamente presenteiam os filhos com excesso de objetos, de coisas, de consumismos, de descartáveis; são presentes

embrulhados em angústia, que podem aumentar a ansiedade no estabelecimento de laços pessoais (PRESTES, 2010. p. 207).

De acordo com Magalhães e Camargo (2013), a família pode ser o principal agente contribuidor para o desenvolvimento de transtornos patológicos. Esta contribuição é devido a estrutura em que a criança se encontra – social, econômica e afetiva – sendo elas positiva ou negativa. Alguns indivíduos desencadeiam os transtornos psiquiátricos como resultado da convivência ou até mesmo pelo fator genético, especialmente quando há histórico dentro do ambiente familiar.

Além disso, outro aspecto contribuidor para o desenvolvimento patológico da ansiedade é a negatividade parental, fator o qual faz com que a criança veja o mundo de forma hostil, fazendo com que sua sensibilidade para aspectos ameaçadores se torne de grande magnitude.

[...] a negatividade parental é conceitualizada como crítica excessiva ou rejeição e ausência de acolhimento emocional (STALLARD, 2010, p. 58).

Em consonância a afirmação, o ambiente familiar é o agente construtor de valores básicos para a formação humana. Desta maneira, o relacionamento familiar é

[...] o primeiro ambiente social na vida das pessoas. É no seio familiar que cada um forma muitas das características básicas de sua

personalidade, cria confiança nos vínculos afetivos, constrói autoestima, desenvolve-se psicologicamente e aprende a se ver como um indivíduo com sua própria identidade (MAGALHÃES; CAMARGO, 2013, p. 40).

Sob a perspectiva familiar, é contemplado a propensão de

[...] uma vulnerabilidade biológica através da genética e do temperamento na forma de hipersensibilidade ao estresse e desafios predispõe as crianças ao desenvolvimento de transtornos de ansiedade (STALLARD, 2010, p. 15).

Visto que os fatores genéticos ponderam primordialmente no Transtorno de Ansiedade, é salientado aspectos que,

[...] de fato, como consenso atual sobre a genética dos Transtornos de Ansiedade, sugere-se que o que é herdado é uma predisposição geral para a ansiedade. Como exemplo de pesquisas com genes específicos associados aos transtornos ansiosos, pode-se citar a associação entre Transtornos de Ansiedade e o gene transportador da serotonina 5-HTT. Tal gene auxilia na regulação da concentração da serotonina presente em tecidos cerebrais (pesquisas mostram que uma variação desse gene é mais frequente em indivíduos com Transtorno de Ansiedade Generalizada em relação à população geral, além de estar associada à baixa produção da serotonina) (ASBAHR; LABBADIA; CASTRO, 2017, p. 26).

De acordo com Magalhães e Camargo (2013, p. 41), é imprescindível deixar claro que a genética não é determinante para o desenvolvimento de patologias psicológicas, o que ocorre é a predisposição herdada através dos genes como

estimulador, ou seja, se há histórico de tal transtornos no ambiente familiar serão necessários cuidados para evitar fatores disparadores para que a doença venha à tona.

De acordo com Beck e Clark (2014, p. 26) a ansiedade demasiada e patológica muitas vezes é expressa inconscientemente, ou seja, “[...] no estado ansioso seu modo de pensar, sentir e se comportar é diferente do que quando você não está ansioso”.

É primordial evidenciar que o quadro sintomático não segue uma regra, pois, segundo Teles (2018, p. 62), cada indivíduo deve mostrar de maneira individual as manifestações da ansiedade patológica. O autor Teles (2018, p. 55) ressalta ainda que “[...] um cérebro ansioso, que se apega aos seus medos e busca evidências que corroborem sua insegurança”.

Consoante a isso, Teles (2018) afirma que no corpo humano existe uma vasta rede de nervos distribuídos denominados de sistema autônomo, o qual é responsável pelo “[...] ritmo do coração e da respiração, o funcionamento intestinal, a troca de calor, a troca de pele, entre outras coisas”. O autor ainda acrescenta que esse sistema pode ser classificado entre sistema simpático e sistema parassimpático.

Deste modo, salienta-se que esse processo se propicia diante de uma constante oscilação

[...] entre os dois sistemas, havendo predomínio ora de um, ora de outro, dependendo da situação. Diante de alguma tensão, predomina o sistema simpático; durante a calma, predomina o parassimpático. De modo geral, nos transtornos de ansiedade há uma perturbação nesse equilíbrio, pois existe uma ativação excessiva do sistema simpático, uma hiperatividade desse sistema que ativa o alerta do organismo, com reações corporais exageradas e fora de contexto. Por isso [...] que nesses casos há um quadro de disautonomia [...] (TELES, 2018, p. 23).

Diante da disautonomia o autor Teles (2018, p. 59) ainda ressalta que o ansioso em períodos onde se encontra calmo, sente desconfortável com a quietude na mente, fazendo-o que busque algo a fazer. Nesta perspectiva o autor destaca também que o quadro ansioso manifesta a existência da eliminação

[...] de substâncias no sangue, feita pela glândula suprarrenal, ou adrenal. Essa pequena glândula [...] fica na parte superior de cada um dos rins, libera hormônios relacionados ao estresse, tais como adrenalina e cortisol (TELES, 2018, p. 24).

Diante a isto, Consenza e Guerra (2011, p. 44) estabelecem que o principal neurotransmissor responsável pela regulação no estado de alerta, vigilância e atenção é a noradrenalina,

[...] antecipando a necessidade iminente de fugir ou de se defender. O

corpo lança uma corrente de hormônios vasoconstritores e aceleradores de frequência cardíaca, entre os quais, estão a epinefrina, norepinefrina e o esteroide cortisol. O coração começa a bater mais rápido e mais forte, a pele fica fria e arrepiada, os olhos se dilatam para enxergar melhor e as áreas do cérebro envolvidas na tomada de decisões recebem a informação de que é hora de agir (RELVAS, 2011, p. 48).

Estes impactos é de maior magnetude enquanto a idades escolares, em especial na infância, onde há a construção de valores e conhecimentos bases para as demais ao longo da vida.

O aluno ansioso e o papel do educador na sala de aula

É importante ressaltar o papel do educador como mediador no processo de ensino - aprendizagem e seu posicionamento diante dos transtornos de ansiedade.

No Brasil (1996), a partir da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (nº 9.394), e da construção dos Parâmetros Curriculares Nacionais, a abordagem do tema Saúde foi ganhando mais consistência nas escolas, passando a ser integrado como um tema transversal, permeando todo o currículo escolar e, assim, possibilitando uma abordagem mais ampla dos diversos aspectos vinculados ao processo de saúde individual e coletiva. Os Parâmetros Curriculares Nacionais estão em congruência com os princípios de promoção de saúde em escolas indicados pela OMS, ou seja, buscam a sustentação da saúde e do aprendizado, além de integrar profissionais de saúde, educação, pais,

alunos e membros da comunidade, ajudando a transformar a escola em um lugar saudável e propício ao bem-estar, ao crescimento e ao desenvolvimento (VIEIRA *et al*, 2014, p. 17).

A priori é importante enfatizar que algumas crianças

[...] ao entrar na escola, a criança pode desenvolver alguns transtornos psicológicos, como a timidez, a insegurança, a ansiedade, a baixa autoestima, a necessidade de afirmação e a falta de motivação (RELVAS, 2011, p.60).

Diante desta concepção do modo educacional abordado no mundo contemporâneo,

[...] o antigo paradigma defendia um ideal de razão livre do peso da emoção. O novo paradigma incita o ser humano a harmonizar a cabeça e o coração (RELVAS, 2011, p. 129) .

Consoante a isso, para que ocorra a aprendizagem é necessário considerar os conhecimentos prévios do aluno, bem como suas experiências e capacidades a serem desenvolvidas, as quais

[...] influenciam como nós lidamos com o conteúdo (por exemplo, matemática e linguagem) e refletem o nível (isto é, a quantidade) daquilo que sabemos e podemos fazer. Os estilos são como nós preferimos pensar e aprender. Consideramos ter mais capacidade melhor do que ter menos capacidade; mas não consideramos um estilo melhor do que outro. Um estilo pode ser mais eficiente em um problema em particular, mas todos são, por definição, igualmente úteis (WILLINGHAM, 2011, p. 139).

Consoante a isso, segundo Kutcher, Wei e Estanislau (2014, p. 63) os transtornos patológicos podem ser prejudiciais na aquisição da aprendizagem, principalmente de ansiedade, o que faz com o que as duas causas principais

[...] para que problemas como esses sejam tão comuns [...] são a falta de informação pública a respeito de saúde mental e o estigma associado a essas condições (KUTCHER; WEI; ESTANISLAU, 2014, p. 63).

Nesta perspectiva é importante ressaltar aspectos a serem conhecidos, valorizados, seu quadro sintomático e estratégias a serem desenvolvidas dentro da sala de aula, para que os alunos ansiosos se sintam acolhidos e reconhecidos por suas habilidades, bem como reconhecer os benefícios que a ansiedade pode lhes proporcionar.

A ansiedade age como um sistema de alerta biológica no indivíduo não interferindo no processo de aprendizagem.

O autor Teles (2018, p. 26) considera o cérebro ansioso como o cérebro da urgência, o qual tem o potencial de pensar de maneira distinta de um cérebro tranquilo, tendo

[...] o melhor rendimento cerebral é alcançado ativando o modo certo na situação certa! Ativar o modo de urgência em situações [...] normais [...] produz resultados cognitivos ruins [...].

Os transtornos ansiosos podem gerar prejuízos no seu desenvolvimento na sala de aula. Pois,

[...] jovens afetados por transtornos mentais apresentam com mais frequência rendimento acadêmico inferior, evasão escolar e envolvimento com problemas legais, e a demanda de alunos com algum tipo de problema emocional/comportamental vem preocupando educadores, que, nos últimos anos, passaram a demonstrar altos índices de afastamento do trabalho. Nesse contexto, a falta de informações confiáveis e de orientação especializada vem causando insegurança, que, por sua vez, é um fator relevante para a distorção do olhar do professor, que passa a considerar como transtorno mental o que não é, e vice-versa (VIEIRA et al, 2014, p. 13).

A atenção de um ansioso se fragmenta em diversas facetas em sua manifestação. Diante disso, o autor Teles (2018) afirma que,

[...] ansiosos podem apresentar uma conexão excessiva com o futuro e suas alternativas e, pois isso, se desconectarem do presente, perdendo a atenção e a oportunidade de executar adequadamente atividades importantes. Além disso, apresentam pressa em fazer as coisas, correndo contra o tempo sem necessidade, realizando tarefas sem cuidado e com alta taxa de erro. Outro aspecto são as preocupações paralelas, que geram um eterno modo multitarefa que fragmenta o rendimento (TELES, 2018, p. 86).

De acordo com Teles (2018, p. 88) os alunos ansiosos muitas das vezes tem crise de ansiedade devido ao compartilhamento

de um determinado ambiente, os quais, muitas das vezes foge de seu controle, fazendo com que a pessoa fique

[...] metódica e muito desconfortável quando está fora dos limites de sua zona de conforto, replicando rotinas e fazendo algumas coisas sempre do mesmo jeito, como uma forma de se defender da vulnerabilidade (TELES, 2018, p. 88).

Ressaltando o controle, muitas crianças não desenvolvem esta aptidão de lidar com suas manifestações patológicas, ficando confusas, fazendo com o que sintam medo de situações que não são reais.

Algumas crianças acham inicialmente muito difícil a tarefa de identificação dos seus pensamentos. Elas podem precisar de uma ajuda guiada mais intensa para sintonizar com a ideia de que elas têm um “autodiálogo” e para que consigam identificar seus pensamentos automáticos (STALLARD, 2010, p. 134). (grifo do autor)

Com intuito de esclarecer os pensamentos incontroláveis ou automáticos, deve ser evidenciado que as situações se tornam exorbitantes pelo olhar de um ansioso patológico, gerando ações antecipatórias, desse modo,

[...] toda [...] amplificação e antecipação são involuntárias, não propositais e muitas vezes incontroláveis. O indivíduo pode até ter certa consciência de que suas percepções estão amplificadas, mas, sem ajuda, tem poucas ferramentas de enfrentamento e pode acabar por desenvolver saídas disfuncionais como evitação, compulsões, tiques, entre outros comportamentos

patológicos relacionados (TELES, 2018, p. 55).

Desse modo a ansiedade ocasiona decisões precipitadas, sendo assim,

[...] acima do ponto de equilíbrio, surge o prejuízo. Um aluno excessivamente tenso sente-se desconfortável, respira errado, transpira além da conta, sente um receio paralisante, titubeia na hora de encontrar a resposta, comete erros no gabarito e por aí vai. Pode apresentar brancos, falta de criatividade, pensamentos intrusivos recorrentes e negativos, sofrendo de forma exagerada por uma ou outra questão e comprometendo o rendimento final da prova. O excesso de estresse dificulta o gerenciamento do tempo, gera mais tensão muscular e atrapalha até a caligrafia da resposta dissertativa ou da redação (TELES, 2018, p. 85).

Dentre suas tipologias, se faz essencial a identificação e tratamento adequado para que não haja consequências maiores no desenvolvimento escolar da criança. Como exemplo de uma tipologia de transtornos de ansiedade pode-se ser citado o Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC) que

[...] se não for tratado adequadamente, o TOC pode ter um impacto devastador na educação de uma criança. A demora para realizar os rituais pode interferir na atenção e nos deveres em classe e em casa. Uma criança, ou adolescente, distraída por medos obsessivos muitas vezes parece desatenta. Além disso, os sintomas que ocorrem na escola podem resultar em problemas sociais, pois os pacientes tentam escondê-los e, para isso, tendem a se isolar ou a reduzir o contato com os colegas (ROSÁRIO; VELLOSO; MASTROROSA, 2014, p. 123).

Os rituais podem ser diversificados, a partir do tipo de ansiedade e o que a criança encontra para fugir de tal comportamento, como por exemplo os tiques.

A presença de tiques [...] não afeta o nível de inteligência da criança, mas pode interferir bastante no aprendizado por vários motivos. Por exemplo, os tiques podem reduzir a capacidade de atenção e concentração da criança durante as aulas e provas ou comprometer sua autoestima, além de haver o risco de essas crianças serem vítimas de bullying (ROSÁRIO; VELLOSO; MASTROROSA, 2014, p. 127).

Alguns comportamentos tendem a promover o isolamento e a inadequação da expressão de sentimentos, o que pode ocasionar aspectos de agressividade e introspecção, inferindo na interação com o meio e gerando uma intolerância maior do que os que não apresentam a patologia.

Essa baixa tolerância pode trazer conflitos internos, derrubando a autoestima, ou externos, com familiares, colegas de trabalho e amigos, passando uma imagem de alguém que quer que as coisas ocorram sempre do seu jeito, ou dentro de sua janela de controle e expectativa. A irritabilidade pode gerar mudanças rápidas de humor, trazendo certa instabilidade e uma baixa resistência ao imprevisível (TELES, 2018, p. 58).

Os autores Rosário, Velloso e Mastrorosa (2014) ressaltam ainda que em crianças, os pensamentos obsessivos tem magnetude pormenor em relação aos

adultos devido a falta de questionamentos, porém, ainda pode gerar compulsões

[...] para aliviar uma sensação muito ruim de mal-estar, ansiedade, incompletude ou imperfeição, sem nenhum relato de medo (ou pensamento) específico relacionado a elas (ROSÁRIO; VELLOSO; MASTROROSA, 2014, p. 120).

Além disso, segundo o autor Teles (2018, p. 86-87) em um momento de crise de ansiedade, há um problema de evocar as memórias, gerando o famoso branco, o qual não significa que a informação não fosse compreendida e sim encobrida pela tensão exorbitante.

O excesso de pensamentos, além de exigir ações involuntárias da criança também resulta na constante capacidade de se desenvolver perante as habilidades criativas. Nesta perspectiva, é comum encontrar crianças ansiosas com o senso criativo mais aguçado. Isto se dá devido a motivação que os

[...] ambientes criativos costumam atrair e valorizar os mais ansiosos, como agências de publicidade, setores de marketing e criação, espaços artísticos etc. Isso decorre de vários aspectos da personalidade mais ansiosa que favorecem esse ramo de atuação. São pessoas com as emoções mais à flor da pele, com um entusiasmo diferente. Como essa mente busca constantemente alternativas, não se sente confortável e não aceita o lugar-comum (TELES, 2018, p. 87).

Diante de uma sala de aula do século XXI, Relvas (2011) abtente-se que a

educação vem se firmando em convivências sociais como resultado da união da razão e emoção, para que ostente uma aprendizagem significativa.

Sobretudo, este cenário traz um modelo de expectativas sob olhares distantes da sociedade, o mesmo que quando observado de perto, é evidente a vasta lista de desafios e conquistas.

O papel do educador frisa a importância da mediação entre conhecimentos e as crianças. Sabe-se que cada indivíduo aprende de maneira distinta, podendo ser comparada só a ela mesma, o que torna o trabalho do educador enriquecedora. Mediante a isso,

[...] ensinar é uma tarefa que, por si só, impõe desafios diários e variados ao educador. Ensinar uma criança com qualquer dificuldade ou problema, pessoal ou familiar, é ainda mais desafiador, pois as adversidades frequentemente afetam o processo de aprendizado. O inverso também é verdadeiro, já que uma criança com dificuldades de aprendizagem também pode passar a apresentar alterações em seu funcionamento pessoal ou familiar (FLEITLICH-BILYK et al, 2014, p. 25).

Relvas (2011, p. 125) acrescenta sobre o maior desafio do educador no século presente é saber como organizar, encontrar informações que permitem torná-las úteis quando requisitada. Este fator é considerável ainda mais necessário no

aluno ansioso, o qual a tensão atrapalha a evocação da informação retida na memória.

Neste segmento, é possível frisar que

[...] o educador tem importante papel e real responsabilidade em relação ao processo de aprendizagem de seus alunos, torna-se extremamente importante que ele esteja atento para identificar o mais rápido possível qualquer problema que possa comprometer o aprendizado da criança (FLEITLICH-BILYK et al, 2014, p. 25).

Sobre a relevância do papel do educador para a aprendizagem do aluno ansioso, bem como a sala toda, deve-se explicar os efeitos positivos que o professor terá diante dos comportamentos dos alunos, fazendo que eles tenham

[...] a árdua – e compensadora – tarefa de atuar no desenvolvimento de seus alunos, não apenas acadêmico, mas também como indivíduos saudáveis. Portanto, se considerarmos o conceito de saúde descrito neste capítulo, os professores já atuam no processo “saúde-doença” de seus alunos de diversas maneiras, como, por exemplo, ao desenvolverem vínculos baseados na afetividade, na empatia, na escuta reflexiva e respeitosa, na consideração pelas qualidades do aluno visando ao fortalecimento de sua autoestima, etc. Os professores influenciam positivamente quando interagem de forma motivadora e criativa, informando e encorajando nas tomadas de decisão, fomentando a autonomia, sem recorrer a regras e dogmas preestabelecidos que possam defasar-se com o tempo (VIEIRA et al, 2014, p. 20). (grifos dos autores)

Faz necessário o atendimento individualizado ao aluno que apresenta comportamentos diferenciados, analisar seu

quadro sintomático e fazer uma série de estudos, no qual, ressaltando a ansiedade como assunto que vem se destacando em um mundo globalizado. Dessa maneira, Tacla *et al* (2014, p. 52) destaca-se que o

[...] objetivo, ao apresentar ao educador esse conjunto de conhecimentos, não é sobrecarregá-lo, mas empoderá-lo, sendo uma escolha dele utilizá-los ou não.

Diante da observação,

[...] o professor, ao perceber a necessidade de avaliação de saúde mental, deve, de maneira sensível e respeitosa, comunicar aos pais da criança que algo está acontecendo (em algumas escolas, essa comunicação é feita por meio de uma figura centralizadora, como um coordenador pedagógico, professor mediador escolar comunitário ou diretor). Essa abordagem, se estabelecida em um contexto de parceria, já pode trazer resultados positivos, pois, frequentemente, a família está tão envolvida em seus problemas que não identifica o período difícil que o jovem atravessa. O profissional da educação deve acolher as preocupações dos pais e da criança e oferecer conforto e suporte. Em casos mais graves, um encaminhamento para profissionais especializados pode se fazer necessário, e a escola pode auxiliar conhecendo e apontando os serviços disponíveis na região (FLEITLICH-BILYK *et al*, 2014, p. 30).

De acordo com Taclas *et al*. (2014, p.51) existem influências que são capazes de interferir ou atribuir estímulos no aprendizados dos alunos em classe. Estas influências são protagonizadas por ações promovidas pelo professor, tais como um

bom gerenciamento de sala de aula, envolvendo um ambiente dinâmico, interagindo sempre com as crianças, fazendo com que eles se tornem ativos e participativos, além de construir valores e interesses; o apoio da família é de extrema importância; o vínculo entre aluno e professor, fazendo com que os alunos se sintam acolhidos e parte em relação a turma; propiciar momentos de relações sociais; sempre motivar o aluno, e demonstrar a cultura da escola bem como o comprometimento aos estudos.

O sistema educacional por si, ainda carrega paradigmas sobre a avaliação dos alunos, afirmando que o

[...] “sucesso acadêmico” deveria ser definido de maneira muito mais ampla do que as notas que os alunos recebem. [...] as escolas têm sido cada vez mais pressionadas a provar seu desempenho por meio de números (Ideb, rankings, etc.) [...] (TACLA *et al*, 2014, p. 56).(grifo dos autores)

Deste modo, são desconsiderados aspectos afetivos como grandes aliados da aprendizagem significativa, os quais deve ser relevados pelos educadores de tal maneira que abrange não só de forma somativa, mas como uma avaliação que

[...] caracteriza-se por um momento de reflexão crítica e tomada de decisão para o professor. Serve para desvelar o processo para conhecer. Sem avaliar não se conhece e sem conhecer não se pode confiar (PRESTES; MORO, 2010, p. 255).

Diante disso, Willingham (2011, p. 176) afirma que a avaliação torna-se um instrumento de retorno sobre o que foi ensinado, evidenciando o que foi absorvido pelo aluno e se há lacunas sobre o conteúdo, a metodologia a ser revista. Porém, para alguns tipos de avaliações, podem ser observados as expressões dos alunos durante as aulas, a participação e envolvimento dos mesmos, mas acrescenta que este tipo de observação requer cautela, pois

[...] a expressão de chateação de seus alunos diz a você que eles não estão ouvindo, mas não diz o que deveria ser diferente. Você está ocupado ensinando e não pode se dar ao luxo de observar o que está acontecendo na sala de aula. É difícil pensar sobre como as coisas estão indo quando você está tentando fazê-las ir bem (WILLINGHAM, 2011, p. 176).

Portanto, a avaliação quando diversificada, se torna um poderoso instrumento nas mãos do educador, no qual pode se revelar meios para a reflexão e ajustes de uma educação de sucesso.

CONCLUSÃO

A aprendizagem depende de diversos fatores intrínsecos e extrínsecos, que correlacionam com diversos estímulos propiciadas a essa criança em idade escolar,

principalmente nas idades escolares. Os conhecimentos são atribuídos ao aluno, de maneira que essa informação se torne significativa as suas experiências, de tal maneira que se sofrer interferências como os transtornos de ansiedade pode ocorrer uma falha na retenção e evocação da aprendizagem.

A patologia que acomete o indivíduo causando uma ansiedade exacerbada requer conhecimento de ambas pessoas que convivem com esta criança em idade escolar, como a família e educadores, para que entendam suas tipologias, conceito, suas interferências e tratamento, pois, a criança em idade escolar ainda não consegue reconhecer suas emoções que se encontram em desequilíbrio, fazendo-o que tenha comportamento diferenciado, evitando a progressão do quadro sintomático e até mesmo evitando situações que são disparadores de crises ansiosas. Neste âmbito, é válido ressaltar a importância do educador, frente a este transtorno, pois, é participante da construção de sua identidade, ou seja, evidentemente que o professor será mediador entre a criança ansiosa e o conhecimento, mas também compreender como ele aprende e sua dificuldade escolar decorrente da ansiedade, providenciando

metodologias que inclua este aluno, fazendo com que realce suas aptidões e habilidades sociais, cognitivas e emocionais.

A pesquisa aponta significativos princípios que denotam a influência da ansiedade na aprendizagem e no desenvolvimento global do aluno, pois, o desenvolvimento saudável não ocorre isoladamente, sendo assim, depende de vários aspectos para que ocorra aprendizagem significativa.

REFERÊNCIAS

- ASBAHR, F. R.; LABBADIA, E. M.; CASTRO, L. L. **Ansiedade na infância e adolescência: SPADA: programa de intervenção cognitivo-comportamental.** Barueri, SP: Manole, 2017.
- ASSIS, S. C. *et al.* **Ansiedade em crianças: um olhar sobre transtornos de ansiedade e violências na infância.** Rio de Janeiro: 2007.
- ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA (APA). **Manual de diagnóstico e estatístico de transtornos mentais.** Porto Alegre: 5. ed. Artmed, 2014.
- BRAGA, J. E. F. *et al.* Ansiedade Patológica: Bases Neurais e Avanços na Abordagem Psicofarmacológica. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, Paraíba, v. 14, n. 2, p. 93-100, 2010.
- CAMARGO, J. A.; MAGALHÃES, N. **Não é coisa da sua cabeça: o que você precisa saber sobre ansiedade, depressão e outros transtornos emocionais que atingem uma em cada três pessoas.** LOCAL: Gutenberg, 2012.
- CLARK, D. A.; BECK, A. T. **Terapia cognitiva para os transtornos de Ansiedade: ciência e prática.** Porto Alegre: Artmed, 2012.
- CLARK, D. A.; BECK, A. T. **Vencendo a ansiedade e a preocupação com a terapia cognitivo-comportamental: manual do paciente.** Porto Alegre: Artmed, 2014.
- COSENZA, R. M.; GUERRA, L. B. **Neurociência e educação: como o cérebro aprende.** Porto Alegre: Artmed, 2011.
- DUMAS, J. E. **Psicopatologia da infância e da adolescência.** 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2011.
- KANDEL, E. R. *et al.* **Princípios de neurociências.** Porto Alegre: 5. ed. AMGH, 2014.
- KUTCHER, S.; WEI, Y, ESTANISLAU, G. M. **Educação em saúde mental: uma nova perspectiva.** In ESTANISLAU, G. M. BRASSAN, R. A. (org.). Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- LAURA. **Ansiedade: o melhor guia para superar a dor, depressão e medo.** São Paulo: Copyright, 2019.

LEAHY, R. L. **Livre de ansiedade**. Porto Alegre: Artmed, 2011.

NEUFELD, C. B. **Terapia cognitivo - comportamental em grupo para crianças e adolescentes**. Porto Alegre: Artmed, 2015

PRESTES, I. C. P.; MORO, C. DE S. **Psicologia e Educação**. Curitiba: IESDE Brasil S.A., 2010.

RELVAS, M. P. **Neurociências e transtornos de aprendizagem: as múltiplas eficiências para uma educação inclusiva**. 5. Ed. Rio de Janeiro: Wak Ed., 2011.

ROTTA, N. T.; OHLWEILER, L.; RIESGO R. DOS S. **Transtornos da aprendizagem: abordagem neurobiológica e multidisciplinar**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2016.

SANCHES, L. **Ansiedade: Viver no Futuro**. **Revista Zen Energy**, p. 52-55, jan. 2010. Disponível em: http://www.espaco-vida.com/ZEN_012_ansiedade.pdf

SENGE, P. M. *et al.* **Escolas que aprendem: Um guia da Quinta Disciplina para educadores, pais e todos que se interessam por educação**. Porto Alegre: Artmed, 2005.

SILVA, A. B. B. **Mentes ansiosas: medo e ansiedade além dos limites**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.

STALLARD, P. **Ansiedade: terapia cognitivo - comportamental para crianças e jovens**. Porto Alegre: Artmed: 2010.

POSSATO, L. **Ansiedade sob controle: dicas e técnicas de relaxamento, meditação, Ifagenia e biodança**. São Paulo: Lúmen Editoria, 2012.

TACLA, C. *et al.* **Aprendizagem socioemocional na escola**. In ESTANISLAU, G. M. BRASSAN, R. A. (org.). **Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

TELES, L. **O cérebro ansioso: aprenda a reconhecer, prevenir e tratar o maior transtorno moderno**. São Paulo: Alaúde Editorial, 2018.

VIEIRA, M. A. *et al.* **Saúde Mental na Escola**. In ESTANISLAU, G. M. BRASSAN, R. A. (org.). **Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

WILLINGHAM, D. T. **Por que os alunos não gostam da escola? Respostas da ciência cognitiva para tornar a sala de aula atrativa e efetiva**. Porto Alegre: Artmed, 2011.