



Revista Conexão UEPG
ISSN: 1808-6578
ISSN: 2238-7315
revistaconexao@uepg.br
Universidade Estadual de Ponta Grossa
Brasil

ANSIEDADE DURANTE AVALIAÇÕES ESCOLARES: RELATOS E REFLEXÕES DE AÇÃO EXTENSIONISTA COM ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO TÉCNICO

Ferreira, Marcela dos Santos; Silva, Júlio Cezar Santos da; Santos, Úrsula Pérsia Paulo dos; Magalhães, Cristiane Rosa; Velasco, Fernanda Zerbinato Bispo; Pereira, Raphael Dias de Mello; Silva, Auanna Marques; Rocha, Eduarda Nunes; Lucena, Leticia da Silva; Ferreira, Gabriela Cristina de Souza
ANSIEDADE DURANTE AVALIAÇÕES ESCOLARES: RELATOS E REFLEXÕES DE AÇÃO EXTENSIONISTA COM ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO TÉCNICO

Revista Conexão UEPG, vol. 14, núm. 2, 2018

Universidade Estadual de Ponta Grossa, Brasil

Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=514161375012>

DOI: <https://doi.org/10.5212/Rev.Conexao.v.14.i2.0012>



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional.

ANSIEDADE DURANTE AVALIAÇÕES ESCOLARES: RELATOS E REFLEXÕES DE AÇÃO EXTENSIONISTA COM ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO TÉCNICO

Marcela dos Santos Ferreira
Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da
Fonseca (CEFET), Brasil
cceccella@hotmail.com

DOI: <https://doi.org/10.5212/Rev.Conexao.v.14.i2.0012>

Redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=514161375012>

Júlio Cezar Santos da Silva
Centro de Educação Federal Celso Suckow da Fonseca
(CEFET), Brasil
jcesarsantos@gmail.com

Úrsula Pérsia Paulo dos Santos
Centro de Educação Federal Celso Suckow da Fonseca
(CEFET), Brasil
santospersia@gmail.com

Cristiane Rosa Magalhães
Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da
Fonseca (CEFET), Brasil
magalhaesscr@gmail.com

Fernanda Zerbinato Bispo Velasco
Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da
Fonseca (CEFET), Brasil
fe.velasco@hotmail.com

Raphael Dias de Mello Pereira
Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da
Fonseca (CEFET), Brasil
rdias_46@hotmail.com

Auanna Marques Silva
Curso Técnico em Enfermagem do Centro de Educação
Federal Celso Suckow da Fonseca (CEFET), Brasil
au.annams@gmail.com

Eduarda Nunes Rocha
Curso Técnico em Enfermagem do Centro de Educação
Federal Celso Suckow da Fonseca (CEFET), Brasil
dudanunez@gmail.com

Letícia da Silva Lucena
Curso Técnico em Enfermagem do Centro de Educação
Federal Celso Suckow da Fonseca (CEFET), Brasil
leticialucenasilva@gmail.com

Gabriela Cristina de Souza Ferreira
Curso Técnico em Enfermagem do Centro de Educação
Federal Celso Suckow da Fonseca (CEFET), Brasil
edsouza145@gmail.com

Recepción: 17 Enero 2018
Aprobación: 05 Abril 2018

RESUMO:

O objetivo do presente trabalho foi descrever a experiência de uma ação extensionista, executada por meio de rodas de conversa, que tinha como proposta sensibilizar alunos do ensino médio técnico quanto à necessidade de reconhecer manifestações de ansiedade e a procura de ajuda, assim como disseminar orientações que auxiliam na redução da ansiedade no contexto escolar. Essa atividade teve como referência o projeto de extensão "Prevenção de Riscos e Agravos à Saúde da População: contribuições para a Prática Assistencial no Nível Técnico em Enfermagem". O trabalho contou com facilitadores compostos por alunos do terceiro ano médio técnico em Enfermagem, sob supervisão docente. As rodas de conversa permitiram a observação do ponto de vista dos alunos sobre a ansiedade, em especial os fatores desencadeantes de reações ansiosas, assim como foram momentos de discutir orientações sobre o manejo das reações ansiosas.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade, Avaliação da aprendizagem, Alunos do ensino médio técnico.

ABSTRACT:

This article describes the experience of an outreach university action carried out by means of conversation circles that aimed to develop the awareness of technical high school students about the need to recognize manifestations of anxiety and the search for help. Another aim was to disseminate guidelines that help reduce anxiety in the school context. The activity was based on the outreach project Prevention of Risks and Diseases to Population Health. The facilitators involved in the activity were high school students from the third year of the Technical Nursing course under the supervision of teachers. The conversation circles allowed the observation of students' point of view about anxiety, in particular the factors that trigger anxiety, in addition to providing moments for discussing guidelines for managing anxiety reactions.

KEYWORDS: Anxiety, Learning assessment, Technical high school students.

INTRODUÇÃO

Alcançar bons rendimentos nas avaliações regulares do ensino médio/técnico vai muito além dos conhecimentos adquiridos por meio dos estudos, inclui também o estado psicológico dos discentes para cumprir tais tarefas. Os contextos avaliativos podem desencadear situações de tensão que podem gerar respostas diversas, como falta de ar, perda de voz, síncope, cefaleia, fadiga, entre outras. As avaliações escolares, a depender da maneira como são conduzidas pelo binômio docente/discente, estabelecem um gatilho para reações ansiosas, que podem impulsionar ou debilitar o desempenho escolar.

A ansiedade nos estudantes vem se tornando um foco de estudos de diversas áreas de conhecimento, especialmente aquelas que se interessam pelo público adolescente, como a Psicologia e a Pedagogia, já que é um grupo de pessoas que se encontra em uma fase da vida na qual ocorrem mudanças em vários aspectos, sejam orgânicas, psicológicas, comportamentais e escolares. Por conta dessas transformações, Pinto (2006, p. 59) afirma que "mais do que em qualquer outra época da vida, é na adolescência que a ansiedade aparece com mais intensidade".

Ao direcionar os estudos para a ansiedade nos estudantes adolescentes, observa-se que, dentro do contexto escolar, a situação que mais deflagra essas reações está associada com as avaliações. As manifestações decorrentes dessa perturbação podem surgir no momento crucial de uma prova, um dia ou uma semana antes, ou desde o momento em que se sabe da necessidade de realizá-la. De acordo com Weiss (2010, p. 169), situações mal-conduzidas na escola podem gerar e exacerbar a condição de ansiedade dos alunos. A autora alerta que a aprendizagem é acompanhada de "um nível de ansiedade ótimo...", contudo, a ultrapassagem desse

limite acarreta prejuízos nesse processo, podendo ser encontrados adolescentes em condições patológicas sem atendimento adequado por parte da escola e/ou da família, bem como adolescentes medicalizados inapropriadamente.

Em se tratando de ansiedade nos adolescentes, Brito (2001) destaca alguns tipos mais comuns, como fobias, ansiedade de separação, estresse pós traumático, ansiedade social e ansiedade generalizada. Todavia, neste estudo, a ansiedade que se propôs a estudar nos adolescentes secundaristas nos contextos escolares é a ansiedade de prova, sendo definida como

Reações psicológicas, fisiológicas e comportamentais que ocorrem em associação com a preocupação com os resultados negativos resultantes do fracasso ou mau desempenho em situações de avaliação antes, durante e depois de um período de exames (GONZAGA, 2016, p. 25).

As investigações sobre a ansiedade de prova geraram conhecimentos que demonstram que o desempenho escolar é afetado por esse tipo de sentimento. De forma a constatar esse achado, inúmeros instrumentos de avaliação da ansiedade em situações de testagem vêm sendo aplicados a esses jovens, evidenciando que a alta ansiedade impede o aluno de apresentar um bom desempenho nas tarefas que envolvem uma determinada disciplina, "prejudicando-o tanto nas situações em que ocorre a ansiedade quanto em tarefas que deverão ser realizadas posteriormente, como um exame de vestibular, ou até mesmo nas situações vivenciadas no dia a dia" (CARMO; SIMIONATO, 2011, p. 318).

De forma a mostrar o quanto o assunto é importante e afeta um quantitativo significativo de pessoas, o Programa Internacional de Avaliação de Estudantes (PISA) realizou um estudo nessa área, mostrando que os alunos brasileiros estão entre os que ficam mais estressados durante os estudos (56%). Esses jovens também ocupam o primeiro lugar no ranking dos ansiosos para as provas, mesmo quando se preparam (OECD, 2017).

Nessa perspectiva, para que ocorra uma transformação na situação, se faz imprescindível que os atores envolvidos em tal contexto escolar, incluídos aqui família, docentes, estudantes e instituição escolar, estejam mobilizados para tal fim. Entretanto, para que isso ocorra, todos devem estar preparados para o manejo da ansiedade.

A observação constante dos alunos mostra que eles têm a percepção de que essas manifestações produzem um incômodo orgânico e um mau desempenho escolar. Mas também identificam que são a causa para críticas que caracterizam tais reações como "frescura" de alunos que não estudaram ou uma justificativa para não realizar a avaliação.

Partindo da necessidade de os adolescentes enfrentarem esses sintomas desagradáveis, surgiu o desejo de desenvolver uma ação extensionista que promovesse auxílio aos estudantes, que percebem neles e em seus colegas a presença de manifestações que o manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (DSM-5) considera indícios de ansiedade, a exemplo de: tremores ou sensação de fraqueza, tensão ou dor muscular, inquietação, fadiga fácil, falta de ar ou sensação de fôlego curto, palpitações, sudorese, mãos frias e úmidas, boca seca, vertigens e tonturas, náuseas e diarreias, rubor ou calafrios, polaciúria (aumento do número de urinadas), "bolo" na garganta, impaciência, resposta exagerada à surpresa, dificuldade de concentração ou memória prejudicada dificuldade de conciliar e manter o sono, e irritabilidade (APA, 2014).

Desse modo, este artigo teve como objetivo expor o desenvolvimento de uma ação extensionista voltada para sensibilizar alunos do ensino médio quanto à necessidade de reconhecer manifestações de ansiedade e a procura de ajuda. A partir do momento em que os alunos reconhecem algumas reações ansiosas em suas vidas, a ação também intencionou disseminar orientações que os auxiliassem na redução da ansiedade associada ao contexto escolar.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um relato de experiência que objetiva descrever o desenvolvimento de uma ação extensionista ocorrida na Semana de Extensão em 2017, no Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca, da Unidade de Nova Iguaçu (CEFETINI). A atividade teve como facilitadores alunos do terceiro ano do ensino médio técnico em Enfermagem da mesma instituição e foi executada com a orientação do enfermeiro professor da disciplina de Saúde Mental, entre outros docentes.

As ações desenvolvidas fazem parte das propostas do projeto de extensão intitulado "Prevenção de Riscos e Agravos à Saúde da População: Contribuições para a Prática Assistencial no Nível Técnico em Enfermagem", que está voltado para definir condutas prioritárias para o atendimento das necessidades humanas básicas da população; identificar a população e a faixa etária mais acometidas pelos riscos e pelos agravos; e estimular a discussão sobre as temáticas relacionadas à prevenção de agravos à saúde da população, e os fatores de risco e determinantes de saúde.

De forma a cumprir os objetivos propostos para a atividade de extensão, foi definido que dois componentes seriam imprescindíveis para a sua execução: a revisão de literatura sobre ansiedade no meio escolar e a definição do tipo de estratégia que seria utilizada para a educação em saúde.

A revisão de literatura foi necessária para ampliar o conhecimento dos alunos integrantes do projeto, de forma a definir qual conteúdo sobre ansiedade estaria presente na intervenção educativa. A partir do levantamento do material bibliográfico, definiu-se que seriam abordados os seguintes tópicos: identificação das manifestações da ansiedade, auxílio profissional, alimentação, atividade física, relaxamento e técnicas de respiração.

Em relação à estratégia metodológica empregada para implementar a ação extensionista, decidiu-se pelas rodas de conversa. De acordo com Melo e Cruz (2014, p. 31), a técnica "permite que os participantes expressem, concomitantemente, suas impressões, conceitos, opiniões e concepções sobre o tema proposto, assim como permite trabalhar reflexivamente as manifestações apresentadas pelo grupo".

As rodas de conversa foram adotadas também porque são instrumento adequado ao público-alvo da atividade em questão. Conforme Melo e Cruz (2014, p. 32), são uma "possibilidade metodológica para uma comunicação dinâmica e produtiva entre alunos adolescentes".

Os convites para a participação nas rodas de conversa foram feitos verbalmente a alunos, visitantes e colaboradores durante a Semana de Extensão, ocorrida em outubro de 2017 no CEFETINI. Os contatos com os alunos foram rápidos e fáceis, pois eles se mostraram receptivos e curiosos com o que aconteceria no encontro. A partir de então, ficaram agendados dois encontros, organizados de acordo com a disponibilidade dos participantes.

Houve preponderância de estudantes do próprio centro de ensino, no entanto, docentes também participaram, assim como alunos de outras instituições, tendo-se como média de participação 20 pessoas e duração média de duas horas. As rodas de conversa aconteceram em sala de aula, onde as cadeiras foram organizadas em um círculo, no qual os sujeitos da pesquisa se posicionaram para a conversa. O início da conversa compreendeu um agradecimento pela participação e novamente foi informado o motivo do encontro.

A ansiedade no contexto escolar foi apresentada por meio de uma rápida explanação sobre o assunto e a seguir uma questão norteadora foi exposta: como o corpo reage diante de uma avaliação escolar? A partir de então, conforme o rumo da conversa, os alunos eram provocados a falar de outros temas relacionados com a ansiedade, mas que estavam dentro da programação estabelecida a partir da revisão de literatura.

Todas as etapas de desenvolvimento do projeto foram registradas em diário de campo, onde também constam as observações dos integrantes do projeto de cada roda de conversa realizada. Posteriormente, esse instrumento serviu de fonte de dados para a etapa de análise.

Para analisar os dados, foi utilizada a análise de conteúdo proposta por Bardin (2011), que estabelece três fases: a pré-análise, a exploração do material e o tratamento de resultados.

Os dados a serem analisados constavam no diário de campo, onde, por meio de uma leitura flutuante, foi possível estabelecer quais dados seriam inicialmente analisados. Na fase de exploração dos registros do diário de campo, foi utilizada a contagem frequencial manual de palavras, que posteriormente foram codificadas em unidades de significância.

A definição das categorias a serem analisadas se deu pela codificação e identificação das unidades de significâncias em questão. Com as categorias estabelecidas, se estabeleceu uma análise reflexiva e crítica dos dados.

O projeto de extensão que originou a atividade aqui relatada respeita todos os princípios éticos regulamentados na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde, tendo aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), sob parecer nº 1.615.195.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

roda de conversa foi o momento em que se pôs em prática o conhecimento adquirido na revisão de literatura. A sua escolha se mostrou oportuna em relação ao tipo de público e à temática escolhida. Foi o espaço para os participantes manterem um diálogo que resultou em um maior conhecimento sobre a ansiedade no contexto escolar e suas próprias emoções.

A partir dos encontros os adolescentes foram incentivados a refletir sobre a ansiedade como uma reação que deve ser pensada, no sentido de que é algo que pode ser controlável e que, para isso, devem reconhecer atitudes favoráveis ou não à manutenção desses sentimentos. Todavia, os encontros não teriam significância se não fossem acompanhados do ato de refletir sobre a problemática, o que é uma característica primordial para que os objetivos dessa estratégia metodológica fossem alcançados, o que vai ao encontro do pensamento de Sampaio et al. (2014, p.1301), que identifica que

O espaço da roda de conversa intenciona a construção de novas possibilidades que se abrem ao pensar, num movimento contínuo de perceber - refletir - agir - modificar em que os participantes podem se reconhecer como condutores de sua ação e da sua própria possibilidade de ser mais.

Como resultado das rodas de conversa, foram obtidas informações úteis que serviram de base para consolidar o entendimento dos integrantes do projeto de como a ansiedade relaciona-se com os momentos avaliativos que ocorrem durante o processo educativo.

A partir das falas dos participantes das rodas de conversa, podem-se estabelecer aspectos relevantes sobre o assunto estudado e que serão categorizados e discutidos a seguir, de acordo com a proposta metodológica deste estudo.

A- CONHECENDO A ANSIEDADE

Este assunto, como já determinado pelos procedimentos metodológicos, foi o primeiro a ser introduzido na roda de conversa e foi foco de discussão após os participantes serem incentivados a descrever as suas reações orgânicas e psicológicas diante de avaliações escolares. Alguns alunos já descreviam suas manifestações como ansiedade, enquanto outros não as reconheciam como tal ou as descreviam como estresse.

Os alunos compreenderam que a ansiedade, ao mesmo tempo em que pode ser benéfica, também pode ser prejudicial à vida. Dessa forma, não foi estimulada a percepção de que ansiedade sempre é patológica, pois, de acordo com Silva (2011, p. 15),

A ansiedade é uma reação natural do organismo, ou seja, um instinto desenvolvido de sobrevivência para que o ser humano reaja diante do perigo. Porém quando excede o nível de normalidade, é necessária uma análise dos sintomas. Pode acontecer tanto em crianças quanto em adultos.

Fundamentados no princípio de que a ansiedade pode ser benéfica ou não, os participantes conseguiram enxergar, por meio de seus próprios exemplos, em que ponto a ansiedade é uma reação que merece ser valorizada como prejudicial e não como "frescura" e que existem maneiras de enfrentá-la.

B- QUANDO A ANSIEDADE SURGE

Em relação às situações que desencadeiam crises ansiosas, os alunos conseguiram estabelecer alguns momentos em que notam que as manifestações aparecem, como antes das provas de exatas, das provas do curso técnico ou depois de receberem uma nota muito ruim.

Por meio da identificação das situações que levam à ansiedade, constatou-se que existem provas específicas que produzem essas reações ansiosas, o que é útil para a programação da prevenção, pois os alunos sabem exatamente em qual dia e momento o problema pode ocorrer.

Com a descrição dos alunos de que as disciplinas da área de exatas são as mais associadas com o surgimento da ansiedade, pode-se identificar o que Carmo e Simionato (2012, p. 318) retratam como "ansiedade a números" ou "ansiedade matemática", como "a ansiedade específica ao uso e aplicação de cálculos e outras relações numéricas".

C - FALTA DE APOIO

Os estudantes que participavam das rodas de conversa e eram originários da própria instituição de ensino apresentavam um relato em comum, que era a falta de apoio de seus colegas e familiares, assim como da própria instituição. Enquanto outros alunos, que não pertenciam à instituição, relataram que os funcionários das suas escolas proporcionavam apoio nos momentos das crises ansiosas.

De acordo com o Programa Internacional de Avaliação de Alunos, ações de diretores, professores e pais são essenciais para reduzir o estresse e acolher os estudantes. O que fundamenta o discurso dos alunos mostrando a importância de relações mais fortes em escolas e pais, para que os adolescentes tenham o apoio de que necessitam, seja acadêmico ou psicológico, contribuindo, dessa forma, para o bem estar de todos os alunos (OECD, 2017).

D- O OLHAR DOS DOCENTES

A participação de docentes na roda de conversa, que a princípio seria para alunos, foi de extrema importância para mostrar aos estudantes que os professores nem sempre sabem lidar com as reações ansiosas, assim como os docentes têm a oportunidade de perceber como algumas disciplinas e métodos avaliativos impactam a vida desses estudantes.

De acordo com Programa Internacional de Avaliação de Alunos, determinadas atitudes de docentes podem contribuir para o aumento ou a redução da ansiedade dos estudantes. E de acordo com resultados de pesquisas, quando os professores adaptam as aulas para as necessidades individuais dos discentes, os níveis de tensão com os testes caem significativamente (OECD, 2017).

A estratégia de conversar sobre ansiedade, tendo no mesmo grupo estudantes e professores, foi de grande valia, pois permitiu que viessem à tona medos, dúvidas e receios de ambos os lados. Dessa forma, as rodas de conversa fizeram com que os participantes saíssem do encontro com vontade de mudanças, o que é considerado um ótimo ganho para um projeto curto.



Figura 1- Encontro de alunos e professores nas rodas de conversa

Fonte: os autores

E- O QUE FAZER PARA ENFRENTAR AS REAÇÕES ANSIOSAS

A princípio, os estudantes foram apresentados aos fatores ou situações associadas ao contexto escolar que são ansiogênicos e não ansiogênicos. A partir de então, foram distinguindo quais deles estavam presentes em suas vidas.

A importância desse reconhecimento se faz necessária para que os sintomas no futuro possam ser controlados. De acordo com Silva (2011, p. 22), "Identificar os pensamentos negativos, refletir sobre suas causas e tentar substituí-los por outros positivos é fundamental para o sucesso na hora dos exames".

Partindo da história dos próprios alunos, foram introduzidas informações nas rodas de conversa que pudessem auxiliá-los, tais como: preparo para uma avaliação, atividade física, técnicas de relaxamento e de respiração, e a alimentação, que funciona tanto como um gatilho para a ansiedade como um redutor dela.

Todas essas informações discutidas com os alunos tiveram como objetivo mostrar as inúmeras possibilidades de enfrentamento da ansiedade, como descreve Silva (2011, p.22):

Do ponto de vista fisiológico, manter o corpo descansado com atividades físicas moderadas (principalmente aeróbicas) proporciona maior oxigenação no cérebro. Outro fator fisiológico que deve ser observado é a qualidade do sono, a alimentação saudável, evitar preocupações excessivas. Todos esses fatores interferem no sistema nervoso central (SNC), influenciando na concentração e, conseqüentemente, no desempenho dos estudos.

Todo o conhecimento acerca das medidas auxiliaadoras de combate à ansiedade foi abordado de forma que houvesse uma explicação científica para que tais medidas surtissem efeito benéfico e, dessa forma, elas se tornaram mais críveis.

CONCLUSÕES

Os relatos mostraram que a ansiedade tem se constituído vivência constante na trajetória acadêmica dos estudantes do ensino médio e técnico, revelando que tanto o ser como o estar ansioso podem interferir no seu processo de viver. O ingresso nas instituições de ensino médio parece ser o momento de manifestações de preocupações, dúvidas, insegurança, medo e estresse, que são aspectos potenciais desencadeadores de episódios de ansiedade.

Diante do exposto, o estudo revelou o olhar dos estudantes a respeito de suas vivências com a ansiedade, tanto no âmbito acadêmico como em outros contextos da vida, o que se reflete em sua saúde mental, deixando-os mais irritados, estressados, com autoestima diminuída e desestimulados.

Esse contexto aponta para a necessidade de preparo dos estudantes para o desenvolvimento do cuidado de si. As situações estressantes vivenciadas pelos estudantes são responsáveis por grande parte das manifestações ansiosas, e para que isso seja enfrentado, cada estudante deve buscar e receber ajuda de forma que consiga combater a ansiedade e, com isso, melhorar seu bem-estar no ambiente escolar.

REFERENCIAS

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtorno - DSM-5. Tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento et al. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- BARDIN, Laurence. Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70, 2011. 229 p.
- BRITO, Isabel. Ansiedade e depressão na adolescência. Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar, [S.l.], v. 27, n. 2, p. 208-14, mar. 2011. Disponível em: <http://www.rpmgf.pt/ojs/index.php/rpmgf/article/view/10842>. Acesso em: 25 fev. 2018.
- CARMO, João dos Santos; SIMIONATO, Aline Morales. Reversão de ansiedade à matemática: alguns dados da literatura. Psicologia em Estudo, [S.l.], v. 17, n. 2, p.317-327, jun. 2012. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1413-73722012000200015>. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722012000200015&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 25 fev. 2018.
- GONZAGA, Luiz Ricardo Vieira. _Enfrentando provas escolares: relações com problemas de comportamento e rendimento acadêmico no ensino médio._259 f. Tese (Doutorado) - Curso de Psicologia, PUC - Campinas, Campinas, 2016.
- MELO, Marcia Cristina Henares de; CRUZ, Gilmar de Carvalho. Roda de Conversa: uma proposta metodológica para a construção de um espaço de diálogo no Ensino Médio. Imagens da Educação, [s.l.], v. 4, n. 2, p.31-39, 16 maio 2014. <http://dx.doi.org/10.4025/imagenseduc.v4i2.22222>. Disponível em: http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ImagensEduc/article/view/22222/pdf_5. Acesso em: 25 fev. 2018.
- MENDES, Alessandra Campanini; CARMO, João dos Santos. Estudantes com grau extremo de ansiedade à matemática: identificação de casos e implicações educacionais. Psicol. educ., São Paulo, n. 33, p. 119-133, dez. 2011. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-69752011000200007&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 25 fev. 2018.
- OECD. PISA 2015 Results (Volume III): _STUDENTS' WELL-BEING. Paris: OECD Publishing, 2017. Disponível em: <https://www.oecd.org/education/pisa-2015-results-volume-iii-9789264273856-en.htm>. Acesso em: 25 fev. 2018.
- PINTO, Ênio Brito. Ansiedade na adolescência. _Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies, Goiânia, v. XII, n. 2, p.59-66, 2006. Disponível em: <http://docplayer.com.br/23997989-Revista-da-abordagem-gestaltica-phenomenological-studies-issn.html>. Acesso em: 25 fev. 2018.
- SAMPAIO, Juliana et al. Limites e potencialidades das rodas de conversa no cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano. Interface - Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu, v. 18, n. 2, p.1299-1311, dez. 2014.://dx.doi.org/10.1590/1807-57622013.0264. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-32832014000601299&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 25 fev. 2018.
- SILVA, Cleimar Rosa da. _Ansiedade no meio escolar. 2011. 30 f. TCC (Graduação) - Curso de Biologia, Consórcio Setentrional de Educação a Distância, Brasília, 2011.
- WEISS, Maria Lúcia Lemme. A avaliação e a instituição escolar. In: BOSSA, Nadia Aparecida; OLIVEIRA, Vera Barros de (Orgs.). Avaliação psicopedagógica de criança de 7 a 11 anos. Petrópolis: Vozes, 2010, p. 166-173.