

TÉCNICAS DE INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAIS: TRABALHANDO A ANSIEDADE NO CONTEXTO ESCOLAR

Eduarda dos Santos Lima ¹
Juliana Diniz da Silva ²
Luiz Davi Bezerra da Silva ³
Vitória Karolinne Dantas de Figueiredo ⁴
Viviane Andrade Barros ⁵
Leconte de Lisle Coelho Junior ⁶

RESUMO

O presente trabalho tem como finalidade apresentar o relato de experiência de um projeto de técnicas de intervenção psicossocial tendo como objetivo trabalhar a ansiedade no contexto escolar com cerca de 28 estudantes (idades variando de 11 até 15 anos) específicos de turmas e idades diferentes, esse quantitativo variava de acordo com cada encontro em decorrência a faltas dos estudantes e aparecimento de novos estudantes. Existiam várias demandas que poderiam ser trabalhadas com eles, porém o fator ansiedade era algo mais recorrente e que estava de certa forma ligada às outras demandas apresentadas. Devido a tais motivos e a uma indicação da própria escola foi escolhido trabalhar o tema da ansiedade a partir da utilização de dinâmicas mais interativas e utilização de uma parte mais teórica para trazer informações relevantes para os alunos. Além da questão da ansiedade também foram trabalhados aspectos teóricos e práticos da psicomotricidade a partir da utilização de dinâmicas que trabalhavam e estimulavam os aspectos dos elementos de base da psicomotricidade tendo em vista que os aspectos cognitivos e motores quando trabalhados em conjunto podem trazer vários benefícios para o indivíduo. Por conta de o tempo de intervenção não ter sido de longa duração, o feedback que recebemos sobre as práticas estavam ligados aos comentários positivos dos alunos, na qual ajudou os estudantes no processo de compreensão da ansiedade e de estratégias para lidar melhor com ela, bem como também proporcionou o conhecimento de técnicas para trabalhar a ansiedade de forma positiva

Palavras-chave: Psicologia; Escola; Ansiedade; Intervenção psicossocial.

INTRODUÇÃO

A aprendizagem no ambiente escolar é propiciada por diversos fatores, dentre esses o cognitivo, o social e o emocional. O aprender vai além da capacidade intelectual da pessoa, pois depende também da forma como ela se relaciona com os seus pares, com o professor e como sente e percebe esse ambiente escolar. Essa afirmação pode ser sustentada por meio de diversos

¹ Graduando do Curso de Psicologia da Uninassau - PB, duda982138370@gmail.com;

² Graduado pelo Curso de Psicologia da Uninassau - PB, Julianadiniz775@gmail.com;

³ Graduando do Curso de Psicologia da Uninassau - PB, davisilva.adm29@gmail.com;

⁴ Graduando pelo Curso de Psicologia da Uninassau - PB, vitoriakdantas@gmail.com;

⁵ Graduando pelo Curso de Psicologia da Uninassau - PB, andrade.b.viviane@gmail.com;

⁶ Professor orientador: Docente doutor Curso de Psicologia da Uninassau, - PB, lecontecoelho@gmail.com.

estudos sobre os fatores associados ao desempenho acadêmico (Berger, et al 2011; Oliveira & Soares, 2011; Cia, et al, 2012; Tinajero, et al, 2012).

A ansiedade, segundo Dalgalarrodo (2000), pode ser compreendida como um incômodo desagradável interno, que interfere no humor, deixando a pessoa com uma sensação desconfortável, uma inquietação interna junto às percepções negativas sobre o futuro e manifestando sintomas somáticos e fisiológicos, como sudorese, tensão muscular, tonturas, entre outros, e sintomas psíquicos, por exemplo, apreensão e desconforto mental.

Segundo Camargo (2009), vários fatores influenciam no desempenho escolar das crianças e adolescentes, principalmente a ansiedade e se ela for patológica. Sentimentos de cobrança, exigências nas tarefas, enfraquece o nível de concentração, podem se esforçarem, mas o medo e a insegurança de errarem e a baixa concentração, impede um bom desempenho no processo de aprendizagem.

A psicomotricidade possui vários conceitos que mudam de acordo com o período e o autor estudando, porém o que se pode ver em comum entre eles é a importância a atividade motora e psíquica no que diz respeito o processo de desenvolvimento do indivíduo. Conforme XISTO (2012, p. 1826) apud FONSECA (1988): "diz que a psicomotricidade atualmente é concebida como a integração superior da motricidade, produto de uma relação entre indivíduo e meio, na qual a consciência se forma e se materializa", o que nos traz a correlação entre os aspectos motores, psicológicos e sociais estudados pela psicomotricidade.

A psicomotricidade é um campo bastante amplo de atuação que pode ser posto em prática em diversos contextos e práticas tendo em vista que a mesma estuda tanto os aspectos psíquicos quanto a motricidade. Conforme cita FERNANDES (2018, p. 703) apud FONSECA (2010): "(...) a psicomotricidade está enquadrada num campo multidisciplinar, que estuda as relações e as influências recíprocas e sistêmicas entre o psiquismo e a motricidade", ou seja, ocorre a necessidade de se avaliar o indivíduo em ambos os âmbitos tendo em vista que estão interligados e que um irá influenciar o outro.

Ainda segundo FERNANDES (2018, p. 703): "a dimensão motora é indissociável da energia psíquica, ou seja, é inseparável do pensamento que expressa a intencionalidade de cada movimento (ideomotricidade), assim como, das emoções". Tal citação traz novamente à tona a importância de uma avaliação mais ampla nos indivíduos que envolva tanto os fatores psíquicos quanto os motores tendo em vista que estão interligados é que os indivíduos são seres biopsicossociais.

O presente projeto terá como objetivo trabalhar a temática de ansiedade e os elementos de base da psicomotricidade no contexto escolar a partir da utilização e aplicação de técnicas psicossociais e dinâmicas de grupo. Tendo como público-alvo os estudantes do ensino fundamental e médio.

METODOLOGIA

Para a realização do projeto de intervenção no ambiente escolar com foco no trabalho da ansiedade ele foi dividido em seis propostas de intervenção que foram divididas em quatro encontros conforme planejados e tendo como público-alvo de cerca de 28 estudantes (idades variando de 11 até 15 anos) específicos de turmas e idades diferentes de uma escola estadual de ensino fundamental e médio, esse quantitativo variava de acordo com cada encontro em decorrência a faltas dos estudantes e aparecimento de novos estudantes. Tais propostas serão mais bem explicadas nos próximos parágrafos:

1. Dinâmica de quebra gelo:

É distribuído aleatoriamente entre todos os participantes do grupo um número, o aplicador fala o número e todos os que receberam esse número formam um grupo, no total cada grupo é formado por três pessoas. É proposto a esses pequenos grupos que estabeleçam um diálogo afim de entrar três características em comum entre eles. É dado um tempo para esse diálogo e no final o grupo todo se reuniu novamente cada integrante dos pequenos grupos fala sobre uma característica que eles encontraram.

Passo a passo da dinâmica:

- Separar os pequenos grupos por um sorteio aleatório;
- Propor a identificação de três características;
- Disponibilizar um tempo para o diálogo;
- Reunir o grupo todo e cada participante falar sobre uma característica encontrada;
- Trazer a reflexão sobre as semelhanças encontrada.

A intenção dessa dinâmica e de estabelecer um primeiro contato com o grupo, criando um clima favorável para as demais dinâmicas que serão aplicadas, como também trazer a consciência que o outro, apesar de poder ser um desconhecido, possui características semelhantes às suas, que em certa medida estabelece um elo entre as partes. Após esse primeiro momento, se dará início a outra atividade.

2. Dinâmica da folha de papel:

Será pedido inicialmente que os participantes formem um círculo e será entregue a cada um uma folha de papel em branco, após a entrega das folhas será pedido que os participantes balançam as folhas o máximo que conseguirem e prestem atenção na folha e no barulho que ela faz e logo em seguida será pedido que eles amassem as folhas e em seguida amasse ainda mais até formar uma bolinha de papel.

Com a bolinha de papel feita será pedido que os participantes desfaçam a bolinha e balancem novamente a folha prestando atenção ao seu novo formato e ao barulho que ela faz. Como realizado por Couto e Macedo (2019, p. 59):

“[...]um dos coordenadores menciona sobre a metáfora em que somos como este papel: iniciamos no grupo mais enrijecidos, fazendo “muito barulho” nossos pensamentos, angústias, medos (alguns significados trazidos por elas); a fase de amassar o papel é a maneira como fomos lidando, ao longo do tempo, com nosso sofrimento, dando-lhe “uma forma”, dando-lhe sentidos”.

Logo depois das reflexões será pedido que os participantes da dinâmica peguem suas folhas e façam barcos para simbolizar o melhor que puderam fazer em sua caminhada com as condições que traziam consigo (Couto e Macedo, 2019, p. 59), após as flores serem feitas os participantes deverão entregar sua flor para a pessoa que está a sua direita e em seguida será aberto um momento para que eles falem sobre a dinâmica para logo em seguida ser finalizado o momento.

Passo a passo da dinâmica:

- Entrega das folhas de papel e passos iniciais da dinâmica (balançar as folhas e percepção do som que fazem) e momento de reflexão (entre-se inicialmente no grupo mais enrijecido e fazendo barulho);
- As folhas devem ser amassadas até que sejam formadas bolinhas de papel e reflexão (amassar o papel representado como lidamos com as situações dando a elas formas e sentidos);
- As bolinhas de papel serão desfeitas e as folhas deverão ser novamente balançadas sendo pedido que seja observado o novo formato da folha e o novo som que faz e reflexão (nova forma, menos barulhento e mais maleável) - momento de fala dos participantes;
- Elaboração dos barcos e entrega ao membro que está à direita;
- Momento de fala dos participantes e finalização da dinâmica.

A seguir, em continuidade das atividades, a descrição sobre uma atividade de quebra-gelo utilizada para que os estudantes pudessem se conhecer melhor.

3. Dinâmica bate bola:

Formando uma grande roda e com distância entre si um dos participantes deve pegar uma bolinha e jogar para outro colega. Quem pegar a bolinha fala um pouco de si, o que gosta de fazer, qual matéria se dar bem, a matéria que não gosta e o que não gosta de fazer e outros itens a serem escolhidos. Quem deixar a bolinha cair ou jogá-la para alguém que já se apresentou paga uma punição divertida tendo como propósito fazer a conexão dos membros participantes, promover integração, é possível conhecer mais o outro e se aproximar dele cotidianamente.

Passo a passo da dinâmica:

- Jogar a bolinha para um colega.
- Quem pegar a bolinha vai falar sobre si.
- Jogar a bolinha para outro colega.
- Quem deixar a bolinha cair ou jogá-la para alguém que já pegou, terá uma punição divertida.

E a fim de trabalharmos uma intervenção terapêutica de uma forma mais lúdica e interativa, traremos a arteterapia como atividade proposta, conforme mostrar a seguir.

4. Arteterapia:

Segundo Barros e Ferreira (2016), o processo criativo e a subjetividade humanas são muito importantes no campo de estudo da intervenção psicoterapêutica, o que faz da arte uma importante ferramenta terapêutica para o tratamento de diversas patologias psíquicas. Sendo assim, a arteterapia pode ser utilizada como uma forma de permitir a autoexpressão por parte dos participantes do presente estudo.

Enquanto prática, a arteterapia pode utilizar várias formas de manifestação: pintura, escrita, desenho, música, poesia, escultura, e outras formas de expressão artística. Tendo isto em mente, propomos um momento de autorreflexão para os estudantes sobre o que é a ansiedade e como isso interfere no dia a dia, utilizando as diversas maneiras de expressão artística para que os alunos se sintam livres para expressar o que este momento de ansiedade lhes proporciona. Será então proposto que os alunos escolham uma forma de arte que lhes seja interessante e se expressem de forma livre, podendo ou não, posteriormente, discorrer um pouco sobre sua obra. O objetivo é permitir a livre expressão artística, deixando sua criatividade solta, visando a externalização de suas emoções visando o relaxamento psíquico.

5. Reflexões acerca da ansiedade:

Trazer discussões e reflexões acerca da conscientização e identificação de gatilhos, da autoavaliação da ansiedade e do suporte social e trazendo também a técnica da respiração diafragmática para auxiliar no controle da ansiedade.

6. Psicomotricidade:

Trazer as seguintes dinâmicas para o trabalho e estimulação dos elementos de base da psicomotricidade fazendo a correlação de uma prática cognitiva e motora:

- Alongamentos;
- Dinâmica do bambolê;
- Dinâmica do “nó humano”;
- Dinâmica do bastão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

I. Primeiro encontro - 06/10/2022

Foram 22 alunos no primeiro encontro. Foi observado que a maioria das falas dos alunos era parecida, eles traziam muito no discurso seu desgosto por ter que ir à escola. Neste dia foram aplicadas duas dinâmicas, a bate bola e a dinâmica da folha de papel.

Bate bola

No primeiro encontro para iniciarmos a prática foi aplicada a dinâmica bate bola, pedimos para que fosse realizado um círculo e em seguida foi explicado como seria a dinâmica. Com uma pequena bolinha foi pedido que eles jogassem um para o outro em sequência aleatória e quem pegasse a bolinha falaria um pouco de si do que gostava de fazer, o que não gostava de fazer entre outros elementos.

Quem jogar para a mesma pessoa que já pegou uma vez ou deixá-la cair terá que pagar uma punição divertida. O intuito foi fazer com que eles se entrosassem e que pudessem se conhecer mais, até mesmo encontrarem alguma característica parecidas de suas vivências diárias. Após a aplicação dessa dinâmica, foi exposto aos alunos sobre a diferença da ansiedade normal e da ansiedade patológica

Dinâmica da folha de papel

Inicialmente foi pedido que os estudantes formassem um círculo e a cada um foi dado uma folha de papel. Para iniciar a dinâmica foi pedido que eles balançassem a folha o máximo que conseguissem como ela reagia e o som que fazia logo em seguida se foi pedido que eles fossem amassando a folha enquanto a observavam, tentassem desamassá-la e a balançassem novamente observando sua nova forma, marcas e o som que fazia agora. Fazendo uma referência a nós quando entramos em um grupo inicialmente estamos rígidos e fazendo muito barulho, porém com o tempo e com as experiências vamos nos tornando mais maleáveis e flexíveis tendo em vista que essas experiências são o que nos moldam e nunca seremos da mesma forma como iniciamos.

Para finalizar foi pedido que com a mesma folha eles fizessem um barquinho de papel deixando livre para eles se ajudarem ou pedirem ajuda aos aplicadores, tendo finalizado todos os barcos foi instruído aos estudantes que fechassem os olhos e pensassem que estavam colocando coisas boas dentro do barco, foi colocada uma música que simulava as ondas do mar e no término da música eles deveriam passar seu barco para quem estivesse a sua direita para representar momentos em que damos um pouco do que temos de bom ao outro, de como ter alguém para nos ajudar é bom e como passar por situações se torna bem mais fácil quando dividimos com diárias.

Para finalizar o encontro foi pedido aos alunos que escreverem em um papel sobre uma situação que lhe causasse ansiedade e algo que lhe relaxasse.

De forma geral a atividade foi realizada dentro do planejado mesmo havendo alguns imprevistos: momentos em que os alunos começavam a conversar durante a aplicação e o barulho que surgiu durante o momento da música em detrimento a uma reforma que estava ocorrendo próximo a escola. Tais fatores não interferiram nos resultados do projeto como um todo já que foi possível de certa forma contorná-los.

II. Segundo encontro - 13/10/2022

No segundo encontro tivemos 19 alunos, onde alguns faltaram devido a ser uma semana com muitos feriados. Ainda assim, não foi uma diferença gritante de alunos participantes entre o primeiro e segundo encontro. Este segundo foi feito em duas etapas, primeiro a aplicação da dinâmica de quebra gelo e para encerrar, tivemos um momento voltado para uma experiência com a arteterapia.

Quebra gelo

No segundo encontro para iniciarmos a prática foi aplicada a dinâmica de quebra gelo, no qual foi distribuído de forma sorteada um número entre 1 a 6 para cada aluno e foram formados 5 grupos com 3 pessoas e 1 grupo com 4 pessoas. E foi proposto que eles em diálogo encontrassem uma característica em comum entre todos do grupo. Após dado 10 minutos para o diálogo eles compartilharam com todos quais foram as características encontradas, a maior parte dos grupos tiveram facilidade para encontrar e trouxeram mais de uma característica, com exceção do grupo formado por 4 pessoas, esse apresentou dificuldade para encontrar uma característica e a única encontrada naquele momento foi que eles estudavam na mesma escola.

Técnicas para aliviar a ansiedade

Dando continuidade foram apresentadas duas técnicas para auxiliar no controle da ansiedade, sendo elas o "meu lugar relaxante" que consiste em você fechar os olhos e se imaginar no seu lugar ideal, que pode ser algum lugar que já tenha ido ou não, desde que seja um local que lhe gere conforto e nele se deveria prestar atenção ao que está a sua volta e nas sensações que são geradas como o objetivo de tirar o foco do gerador de ansiedade e acalmar. Já a segunda técnica seria a das "atividades alternativas" que como o nome sugere são atividades que auxiliam no controle da ansiedade sendo que são bastante subjetivas e dependem de cada indivíduo enquanto para um ouvir música pode ser uma ótima técnica para outro pode ser uma atividade física.

Arteterapia

No dia 13/10/2022, foi levado para os alunos a proposta de uma experiência com argila, pensando na arteterapia como forma de ajudar tais alunos a expressarem o que quisessem no momento. Foi deixado livre o tema, então os alunos puderam fazer suas obras sem restrições.

No começo alguns dos alunos estavam receosos em participar, mas aos poucos todos se envolveram. Foi formado uma mesa no centro da sala de aula, reunindo os alunos ao redor com papel para que pudessem colocar a argila na mesa sem sujar a sala e utilizando água para molhar a argila quando necessário.

Os alunos brincaram e parecerem se divertir com a argila, alguns fizeram formas mais simples como bolinhas e corações, mas outros fizeram esculturas mais complexas, fazendo bonequinhos ou gatinhos. Ao serem questionados o motivo de fazer tais peças, a maioria não soube explicar suas motivações. Uma possível razão para isso poderia ser a timidez em ter que explicar suas obras. De forma geral, foi uma atividade produtiva, onde os alunos expressaram seu contentamento dizendo que haviam gostado da experiência.

III. Terceiro encontro - 10/11/2022

No terceiro encontro os alunos foram reunidos para uma série de pequenas palestras onde os presentes autores falaram sobre os seguintes tópicos: Conscientização e identificação de gatilhos, autoavaliação da ansiedade e suporte social. Para finalizar o encontro foi aplicado junto aos alunos a técnica de respiração diafragmática. Participaram 28 alunos neste dia, mais do que no primeiro e segundo dia.

De forma geral, neste dia, os alunos pareciam mais dispersos. Vieram mais alunos do que antes, o que pode ter acarretado numa dinâmica diferente de interação entre o grupo, já que havia alunos novos no encontro que ainda não haviam participado de nenhum encontro prévio.

Os alunos prestavam atenção, mas havia os dispersos, porém, ainda assim todos participaram. Eles pareciam menos animados que nos outros encontros, mais quietos. Foi observado que alguns alunos não queriam participar e ficaram rindo durante as explicações, houve muita conversa neste dia por parte dos alunos.

IV. Quarto encontro - 17/11/2022

No quarto e último encontro, os alunos foram reunidos na quadra da escola para que fossem realizadas as atividades. Foi um encontro diferente dos outros pois, apesar de já terem tido um momento prático com a arteterapia no segundo encontro, não foi um momento prático voltado para o movimento como foi este último.

Neste encontro, os alunos foram convidados a irem para a quadra e formarem um círculo. Com o círculo formado, o encontro foi dividido em quatro momentos em que foram aplicadas dinâmicas voltadas para a psicomotricidade.

Alongamentos

Iniciamos o encontro com os alunos na quadra da escola, optamos por começar com os alongamentos corporais, para que eles pudessem relaxar e soltar o corpo, visto que posteriormente realizamos dinâmicas que envolvem muita movimentação.

Dinâmica do bambolê

Após os alongamentos, os alunos formaram um círculo e foram instruídos a segurarem os braços uns dos outros. Com o círculo fechado, foram colocados dois bambolês em extremidades da roda e passado aos alunos para que tentassem levar os bambolês em sentido horário para dar uma volta completa no círculo, mas sem que soltasse as mãos e desfizesse o

círculo. De maneira geral, o resultado foi esperado. Houve bastante risada e os alunos pareceram se divertir e foram bastante participativos. Alguns alunos acabaram desistindo da brincadeira, pois alegaram não querer passar vergonha, mas de uma forma geral, a grande maioria foi participativa e interagiu com a dinâmica conforme instruído, conseguindo passar o bambolê pela roda sem desfazê-la, utilizando da cooperação entre o grupo e utilizando os movimentos de seus corpos para executar a atividade proposta.

Dinâmica do “nó humano”

Ainda em círculo foi instruído aos estudantes que olhassem a pessoa que estava a sua direita e prestassem atenção nela, logo em seguida eles deveriam se misturar e desfazer o círculo. Dando continuidade à dinâmica foi escolhido um dos estudantes e ele deveria dizer o nome da pessoa que estava a sua direita e que em seguida pegasse na mão esquerda dele, o mesmo foi feito com a segunda pessoa e assim sucessivamente até que os alunos acabassem formando um “nó” humano.

Com o nó formado se foi pedido para que em equipe eles tentassem arrumar uma forma de desfazer aquele nó sem soltar as mãos voltando a formar um círculo. Eles tiveram um pouco de dificuldade no início ficando um pouco eufóricos, porém a partir do momento em que começaram a se ajudar e a trabalhar em conjunto e com um pouco de ajuda dos aplicadores conseguiram finalizar a dinâmica formando novamente o círculo sendo mostrado a eles que quando trabalhamos em equipe podemos passar por diversas situações de maneira mais fácil.

Dinâmica do bastão

Na dinâmica do bastão nós reunimos os alunos em círculo, dez de cada vez, lhe entregamos um bastão de aproximadamente um metro, solicitamos que colocassem eles em pé, de forma que cada um segura no topo, a mediadora da dinâmica estava ao lado e foi solicitado que ao dizer esquerda todos os alunos soltavam seu bastão e pegavam o bastão que estava a sua esquerda, o objetivo era que nenhum bastão caísse ao chão, exercitando assim a atenção, concentração, consciência corporal e habilidades de trabalho em grupal, o participante que deixasse o bastão cair era eliminado e assim seguíamos a dinâmica.

Todos os participantes compreenderam muito bem o que foi solicitado, e foram muito participativos, demonstrando habilidades e se divertindo bastante.

Por fim, finalizamos a dinâmica, agradecemos a participação em todos os dias que estávamos lá e entregamos mimos em forma de agradecimento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto de técnicas de intervenção psicossocial tinha como objetivo trabalhar a ansiedade com estudantes que a escola via como tendo uma maior necessidade e demanda recorrente. No que diz respeito ao cronograma de atividades, todas foram realizadas conforme o previsto sem muitos imprevistos que pudessem atrapalhar o projeto já que os contratemplos encontrados foram bem resolvidos sem trazer prejuízos para as práticas.

Já no que diz respeito ao trabalho a ansiedade não podemos afirmar com cem por cento de certeza, pois devido ao tempo não conseguimos receber um feedback completo dos estudantes se o projeto os ajudou de alguma forma. Porém o pouco de feedback que tivesses dos alunos mostrou que eles gostaram das atividades e propostas como um todos, tendo em vista que alguns demonstraram interesse de que tivessem mais atividades.

Ao analisar o projeto e as práticas realizadas como um todo conseguimos obter bons resultados e uma ótima adesão e participação por parte dos estudantes além de um grande apoio por parte da escola, embora vale a pena ressaltar que se tivéssemos a possibilidade de obter um feedback dos alunos teríamos conseguido resultados mais visíveis o que possibilitaria identificar o sucesso ou não das ações e de pontos que poderiam ser melhorados.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, Patricia L. **CONTEXTUALIZAÇÃO DA TERAPIA DE GRUPO: UMA PEQUENA APRESENTAÇÃO DA HISTÓRIA E DO DESENVOLVIMENTO DE ALGUMAS PROPOSTAS DE TRABALHOS COM GRUPO**. Revista IGT na Rede, v.8, nº 15, p. 217-227, 2011. Disponível em: <<https://biblat.unam.mx/hevila/IGTnarede/2011/vol8/no15/4.pdf>>. Acesso em: 06 de nov. de 2021.

BARROS, Mayra Fernanda; FERREIRA, Leonardo Carrijo. **A ARTE COMO ESTRATÉGIA DE INTERVENÇÃO PSICOTERAPÊUTICA. PSICOLOGIA E SAÚDE EM DEBATE**. Suplemento - I Simpósio Científico De Práticas Em Psicologia. Pg. 1-4. novembro, 2016. Disponível em: <<http://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/52/38>>. Acesso em 22 de setembro de 2022.

BERGER, C.; Alcalay, L.; Torreti, A.; & Milicic, N. (2011). **SOCIO-EMOTIONAL WELL-BEING AND ACADEMIC ACHIEVEMENT: EVIDENCE FROM A MULTILEVEL APPROACH**. Psicologia: reflexão e crítica 24(2), p. 344-351.

CAMARGO, Eduardo Vieira. **A ANSIEDADE E SEUS EFEITOS NA APRENDIZAGEM.** Departamento de psicologia, sociologia e filosofia, Universidade de León, Espanha, p. 3-21, 2009.

CIA, F.; Barham, E. J.; & Fontaine, A. M. G. V. (2012). **DESEMPENHO ACADÊMICO E AUTOCONCEITO DE ESCOLARES: CONTRIBUIÇÕES DO ENVOLVIMENTO PATERNO.** Estudos de Psicologia 29(4), 461-470.

COUTO, Cristiane; MACEDO, Maria Luisa. **ESTUDO DE CASO: UM GRUPO TERAPÊUTICO PELO OLHAR DA GESTALT-TERAPIA.** Santa Cruz do Sul, 2019. Disponível em: <<https://online.unisc.br/acadnet/anais/index.php/boletimsis/article/view/20386/1192612914>>. Acesso em: 15 de nov. de 2021.

DALGALARRONDO, P. (2000). **PSICOPATOLOGIA E SEMIOLOGIA DOS TRANSTORNOS MENTAIS.** PORTO ALEGRE: ArtMed.

FARIAS, A.; ANDRADE, S. F. O.; COELHO JUNIOR, L. L. **PSICOLOGIA SOCIAL DA SAÚDE:** Estudos interdisciplinares. João Pessoa: Ideia, 2018.

FERNANDES, Jorge Manuel Gomes de Azevedo et all. **PSICOMOTRICIDADE, JOGO E CORPO-EM-RELAÇÃO: CONTRIBUIÇÕES PARA A INTERVENÇÃO.** Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional. 2018, v. 26, n. 03, pp. 702-709. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/cadbto/a/GvcTLxsggPQrY4xzZcSZgDM/?lang=pt#>>. Acesso em: 18/11/2022.

MELO, A. FILHO, O. CHAVES, H. **CONCEITOS BÁSICOS EM INTERVENÇÃO GRUPAL.** PsiBr, 2014. Disponível em: <<https://psibr.com.br/leituras/psicologia-clinica/conceitos-basicos-em-intervencao-grupal>>. Acesso em: 06 de nov. de 2021.

OLIVEIRA, M. B.; & Soares, A. B. (2011). **AUTO-EFICÁCIA, RACIOCÍNIO VERBAL E DESEMPENHO ESCOLAR EM ESTUDANTES.** Psicologia: Teoria e Pesquisa 27(1), 33-39.

SILVA, Liandra Nogueira Soares et all. **GUIA PRÁTICO PARA CONTROLAR A ANSIEDADE.** Ministério Público do estado do Piauí, Teresina, 2020. Disponível em: <<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjczs2Hldf7AhWpHbkGHbCGChIQFnoECAwQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.mppi.mp.br%2Finternet%2Fwp-content%2Fuploads%2F2020%2F08%2F1-Ebook->>



MPPI_Guia-pratico-para-controlar-a-ansiedade-

1.pdf&usg=AOvVaw13HUfcLYYfGWADNuVAbS8y >. Acesso em: 15/11/2022.

TINAJERO, C.; Lemos, S. M.; Araújo, M.; Ferraces, M. J.; & Páramo, M. F. (2012).

COGNITIVE STYLE AND LEARNING STRATEGIES AS FACTORS WHICH AFFECT ACADEMIC ACHIEVEMENT OF BRAZILIAN UNIVERSITY STUDENTS.

Psicologia: Reflexão e Crítica25 (Psicol. Reflex. Crit., 2012 25(1)), 105–113.

XISTO, Patricia Baldecera; BENETTI, Luciana Borba. **A PSICOMOTRICIDADE: UMA FERRAMENTA DE AJUDA AOS PROFESSORES NA APRENDIZAGEM ESCOLAR.** Monografia. P. 1821-1836, 2012. Disponível em:

<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwiPuf6_1bf7AhXyGLkGHZUUBz8QFnoECCwQAQ&url=https%3A%2F%2Fperiodicos.ufsm.br%2Fremoa%2Farticle%2Fdownload%2F6190%2F3690%2F27360&usg=AOvVaw3rU5aBcz oPDUOC7okc_bCP>. Acesso em: 18/11/2022.