



**ESTRESSE INFANTIL:
um estudo sobre o comportamento de crianças de 2º ano no processo de ensino
aprendizagem**

Edna Queiroz Ramos*

Maria Angélica Dornelles Dias**

RESUMO

O artigo apresenta uma pesquisa conduzida numa escola municipal de Sinop - MT que procurou identificar qual o nível de estresse entre as crianças de segundo ano do ensino fundamental. A discussão foi baseada numa pesquisa estudo de caso, observações complementares durante o ano escolar de 2011 e com observação nos meses de junho e julho de 2011. A pesquisa teve como finalidade observar se o método utilizado pelo professor é atrativo as crianças e se o estresse afeta o processo de aprendizagem dentro do ambiente escolar, bem como compreender como se dá a relação entre professor/aluno neste conjunto de situações. Os sujeitos estudados são 11 alunos e 03 alunas com faixa etária entre oito e nove anos de idade originários da zona rural. Dentre estes as crianças que fizeram o teste a psicóloga voluntária, 04 foram diagnosticada com sintomas do estresse. Para a realização da coleta dos dados foi utilizada a Escala de Stress Infantil (ESI) das autoras Marilda Lipp e Maria Diva Monteiro Lucarelli. Para dialogar com as autoras nos embasamos também em Márcia Maria Brignoto. Foram realizados perguntas semi estruturadas para os pais, alunos e professores com intuito de saber como é o dia a dia deste aluno e como ela se comporta em sala de aula.

Palavras-chave: Educação. Ensino fundamental. Estresse infantil. Processo de ensino aprendizagem.

1 INTRODUÇÃO

*Acadêmica do 7º semestre do Curso de Pedagogia, *campus* Universitário de Sinop, UNEMAT. Pertence ao Grupo de Orientação da professora Ma.Maria Angélica Dornelles Dias.

** Professora formada na em Psicologia pela Universidade Católica de Pelotas - UCPel, com Mestrado em Educação pela Universidade Federal de Pelotas – UFPel.

Este artigo objetivou identificar o estresse infantil no processo de ensino aprendizagem em crianças de 2º ano de uma escola pública no município de Sinop – MT. A criança durante seu desenvolvimento cultural e social é levada a se adaptar com as rotinas, regras impostas pelos adultos e cresce num ambiente muitas vezes tumultuado cercado por discussões entre a família e pouco tempo para brincadeiras, neste sentido procurei saber mais se esse ambiente proporciona estresse na criança e quais os fatores que desencadeia uma sintomatologia a qual poderíamos diagnosticar como estresse.

É importante conhecer fatores de stress e sua relação com as dificuldades de aprendizagem, para poder oferecer melhores condições de aprendizagem nas escolas, respeitando as diferenças de cada criança. O estresse é provocado por diversos fatores do cotidiano e está cada vez mais presente entre as crianças, manifestando-se tanto no contexto escolar, como no contexto familiar (LIPP, 2000).

Nos dias atuais, as atribuições, as situações econômicas, a falta de tempo, noites mal dormidas, sobrecarregam o ser humano de informações e este por sua vez perde o sono em pensar em tantas coisas a se fazer ao mesmo tempo. A pressa neste sentido faz parte do nosso cotidiano, porém o estado de tensão devido a esse ritmo super acelerado pode levar ao estresse o qual ocasiona uma série de sintomas que acarretam dificuldades ou desvantagem para sua qualidade física e emocional.

Lipp (2000) faz saber que pode se perceber que o estresse é ocasionado por estímulos internos ou externos por isso se faz necessário identificar esses estímulos definindo-os com clareza, para investigar o comportamento e traçar o perfil da criança estressada no ambiente escolar averiguando assim se ela encontra-se estressada ou com sintomas de estresse e se este é o que leva a queda no aprendizado.

2 METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada na Escola de Educação Básica Thiago Aranda Martin, localizada Rua Alexandre Ferronato, nº 1.200, Setor Industrial no Município de Sinop- Mato-Grosso. Fundada dia 25 de Fevereiro de 1997, atende aproximadamente 600 alunos de 1º ao 6º ano do ensino fundamental dividido nos turnos vespertino e matutino. De início foi elaborado perguntas semi-estruturadas e diretivas para pais e professores e alunos bem como observação antes da elaboração das perguntas verificamos o comportamento que as crianças estão tendo na escola com os professores e colegas e seus possíveis reflexos com o ensino aprendizagem. As crianças receberam uma declaração de livre consentimento para que os pais

autorizassem seus filhos a participarem da pesquisa supracitada. Assim que as autorizações me foram entregues iniciamos os questionários da Escala de Stress Infantil (ESI) compreendida no caderno de aplicação de Lipp e Lucarelli. Foram avaliadas 14 crianças sendo 11 do sexo masculino e 03 do sexo feminino todas do segundo ano do ensino fundamental. A faixa etária das crianças era de sete e oito anos de idade todas predominantes da classe média baixa originários da zona rural.

Para a realização da coleta dos dados foi utilizada a Escala de Stress Infantil (ESI) das autoras Lipp e Lucarelli, elaborada em 2005 foi validada e publicada pela Casa do Psicólogo, tendo como finalidade constatar a existência ou não de estresse infantil, e segundo Márcia Maria Brignotto (2010, p. 38):

O instrumento tem por objetivo verificar a presença de stress em crianças de 6 a 14 anos, de ambos os sexos. A ESI é composta por 35 itens relacionados a sintomas físicos, psicológicos, psicológicos com componentes depressivos e psicofisiológicos de stress. Cada item apresenta um círculo dividido em quatro partes. A criança submetida ao teste deve preencher os desenhos indicando a frequência com a qual sente o que está descrito.

Depois de feito do diagnóstico psicológico quatro crianças alcançaram o escore denominado porém de fase de alerta do estresse atingindo a média de 50 pontos na escala sendo considerada segundo Lipp (2000) não sendo estresse permanente ou grave, mas algo que representa para a criança como um desafio a ser superado. Em Lipp (2000, p. 35, grifos do autor):

O diagnóstico pronto e adequado dos sintomas de *stress* é importante porque, além de propiciar o tratamento do próprio do *stress*, apresenta outras implicações que se referem às consequências que o *stress* pode trazer para a criança de imediato e para o adulto que será no futuro.

O estudo contou com a participação de 4 crianças do 2º ano que concordaram em participar da pesquisa voluntariamente com consentimento dos responsáveis. As crianças foram diagnosticadas por meio de instrumento psicológico como previamente estressada. Situação em que Lipp (1996) chama de fase de alerta.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

A mulher foi aos poucos conquistando espaço na sociedade e por consequência o meio social aos poucos impôs uma nova perspectiva à educação infantil. Com a necessidade as mães tiveram que trabalhar, mais cedo e os filhos tiveram que ir para a escola, os filhos

ficaram então sujeitos a novas adaptações.

O stress não surge sozinho. Algo tem que precipitá-lo. Algumas vezes as fontes de stress ou estressores, como é chamado pelos psicólogos, tudo o que gera stress, são eventos que ocorrem na vida da criança e que ultrapassam sua capacidade de adaptação. Noutras vezes, não se justifica fato algum que poderia estar gerando stress, no entanto, a criança começa a apresentar sintomas característicos do problema. (Lipp 2000, p.115).

As crianças que passam por essa sobrecarga de atividades em sua rotina, as vezes sofreram durante anos até que o estresse seja realmente descoberto. Atualmente tem se dada mais atenção ao mal que este pode causar, pois Psicólogos, educadores, sociólogos e pediatras vêm desenvolvendo pesquisas sobre as alterações que o estresse tem causado nas reações físicas, sociais, emocionais e cognitivas da criança. Alguns destes estudos chamam a atenção para o desenvolvimento infantil bem como para o desenvolvimento da sociedade, em virtude das modificações sofridas consequência de um sistema capitalista, a qual tem exigindo adaptações constantes na rotina da estrutura familiar. Lipp (2000, p.11) diz que “É fundamental descobrir a causa do problema e desenvolver estratégias de enfrentamento para lidar não só com o episódio presente, mas também com futuras ameaças de stress excessivo”.

A criança é envolvida desde o nascimento numa cultura que influencia no seu desenvolvimento e quando a criança interage socialmente aprende a desenvolver novas formas de ver e agir no mundo. A precocidade em que a criança é cobrada na vida social e familiar se transforma em elementos geradores de estresse, por exemplo, submeter à criança em horários para dormir, acordar, brincar, comer provoca não só ansiedade como estresse na vida infantil, esses fatos fazem parte do cotidiano das crianças só que os pais cobram com mais intensidade.

Segundo Lipp (2000, p.16) “O *stress* é uma reação do organismo diante de situações ou muito difíceis ou muito excitantes, que pode ocorrer em qualquer pessoa, independentemente de idade, raça, sexo e situação socioeconômica.” A palavra estresse, na língua portuguesa, é registrada em dicionário¹ como um “[...] conjunto de reações do organismo a agressões de origens diversas, capazes de perturbar-lhe o equilíbrio interno”. Podemos dizer que nosso organismo trabalha em grande harmonia interior, portanto no momento de estresse essa harmonia é afetada, fazendo com que o coração bata acelerado o estômago demore na digestão dos alimentos. Essas reações causam desconforto e numa ação prolongada ocorre uma queda do sistema imunológico podendo manifestar alguma tipo de doença. Em Lipp (2000, p.16):

¹ Aurélio Buarque de Holanda Ferreira

Tratar o sintoma alivia o desconforto atual, preserva a saúde e permite uma qualidade de vida melhor, mas não ensina a criança a lidar com o futuro [...] Considerando que a criança estressada será, muito provavelmente um adulto estressado, torna-se muito importante tratar o *stress* na infância ou na adolescência, não somente a fim de preservar a saúde o bem estar nessa fase especial da vida, mas também para garantir uma sociedade com adultos mais capazes, mais bem ajustados e mais resistentes às inúmeras batalhas e dificuldades que a vida nos traz [...].

Os elementos que causam estresse podem ser físicos ou psicológicos e causa mudança no comportamento habitual das crianças. As mudanças devem ser diagnosticadas e bem definidas, pois sintomas isolados não caracterizam o estresse. Lucarelli (2000, p.43) fala que “[...] é importante saber conceituar o stress infantil, conhecer suas possíveis fontes, bem como sua resposta ou sintomatologia, para ampliar a compreensão do que se deve observar para atribuir a uma criança um quadro de stress”. O estresse se desencadeia em três fases designadas da seguinte forma: fase de alerta, de resistência e de exaustão. Na fase de alerta é onde se inicia o estresse, ou seja, a pessoa se depara com o estressor e nesse momento o organismo fica em estado de alerta. Segundo Lipp (1996, p.23) “Esta reação em momentos de real necessidade, constitui-se em uma defesa automática do corpo”. Ocorre que nesta fase o estressor não exige esforço de adaptação, a adrenalina é eliminada e a pessoa mantém uma condição estável.

Já na fase de resistência Lipp (1996, p.23) diz que é “Quando o estressor é de longa duração, ou sua intensidade é demasiada para a resistência da pessoa, o organismo tenta restabelecer a homeostase de um modo reparador e entra na fase de resistência ao stress.” Isso ocorre devido à intensidade e a capacidade de resistência da pessoa. Nesta fase se os cuidados necessários forem tomados a pessoa consegue restabelecer o equilíbrio e o processo de estresse acaba. Já na fase de exaustão há um desequilíbrio interior onde a pessoa entra em depressão, nesta fase o sistema imunológico é suprimido ficando então o organismo menos resistente. Lipp (1996, p.23) ressalta que “Haverá um aumento das estruturas linfáticas, a exaustão psicológica em forma de depressão normalmente ocorrerá e a exaustão física manifestar-se-á, com o conseqüente aparecimento de doenças”. É importante sempre lembrar que sintomas isolados não podem ser considerados como estresse.

4 ANÁLISE DOS DADOS

Quando o estresse passa pelos pais despercebido e não é tratado corretamente a criança corre o risco de desenvolver alguma patologia associadas, como a depressão (LIPP

2000). Neste sentido buscamos saber como a família dos alunos, sujeitos da pesquisa são compostos e se suas atitudes no convívio familiar faz com que os alunos se sintam estressados. Fizemos a seguinte pergunta:

Você considera os sujeitos da pesquisa estressados e por quê? Qual o conhecimento que você tem sobre o assunto? As respostas obtidas foram as seguintes:

Mãe do aluno A: Sim, porque ele não me ouve, é muito teimoso e aqui pra falar com ele tem que ser no grito. Acredito que o estresse vem de cada um, cada um tem estresse.

Mãe da aluna B: Não acho que ela seja estressada, porque estresse é coisa de rico. Eu nunca ouvi falar sobre isso.

Avó do aluno C: Acredito que sim, mas não é todo dia que ele é estressado e nervoso. Eu já ouvi falar sobre o estresse na televisão através do jornal, mas nunca me importei com isso, ainda mais criança com estresse eu já vi falar em adulto.

Mãe do aluno D: Olha ele é ansioso pra ir pra escola, brincado ele não fica brincando por muito tempo porque logo ele enjoa, eu acredito que alguma coisa ele tem. Eu acho que posso falar que é por experiência, porque eu me considero estressada.

Dada à importância e a atenção que os pais devem estar em relação ao estresse que seu filho fica exposto no cotidiano, há de se pensar que tais situações nesse contexto, deve ser proporcional as suas habilidades, a sua maturidade, seu estágio de desenvolvimento bem como sua resistência em saber lidar com as circunstâncias.

Ao questionar os professores se existem em sala alunos em situação de estresse e qual seu olhar sobre a compreensão do estresse na relação do aluno com o processo da aprendizagem a resposta de ambos foi que: Não acreditavam ter alunos com essa situação, justificando que:

A professora Z: Vê o comportamento das crianças como normal para a fase de desenvolvimento que se encontram. Percebe que os alunos conseguem fazer durante as aulas todas as atividades propostas de acordo com seu alcance. Os alunos bagunçam, são agitados.

Às vezes eu me estresso e tenho que ser mais firme e ríspida em chamar a atenção deles.

A professora V: A rotina da aula leva em consideração as condições do aluno para que responda as atividades solicitadas em sala, como consegue fazer de acordo com seus limites. Acho que eles agem de acordo com sua idade, estão numa fase que talvez não entendam que tem que ficar sentados assistindo aula, ficam querendo sair a todo momento, para ir ao banheiro, tomar água, sempre tem uma desculpa para dar um passeio lá fora.

O professor W: Acredito que para que se chegue a um resultado satisfatório sem maiores desgastes físicos e emocionais tem que haver basicamente o interesse do aluno. Acredito que o comportamento dos meus alunos seja normal, nada que me faça pensar que algum deles estejam estressados.

Notamos através das respostas dos professores que os alunos em sala de aula fazem as atividades de acordo com suas capacidades o que os leva a pensar que não há probabilidade de o aluno apresentar situações de estresse, devido ao comportamento dos alunos observados por eles em sala e, por olharem a turma de forma homogênea. O professor W acredita que o aluno tem que se interessar pelo conteúdo em sala mas refletindo num olhar teórico vimos que não é bem assim Leite por exemplo (2006, p. 301), nos faz a seguinte colocação:

[...] a aprendizagem, para ocorrer, depende do interesse do aluno. Porém, o professor é responsável por propiciar situações favoráveis para que esse interesse surja e a aprendizagem aconteça. Educação e cultura são as bases para qualquer sociedade em desenvolvimento.

Nos momentos de observação em sala percebemos que os professores seguem uma metodologia de uma rotina mecanicista e pré-estipulada para as aulas. Cobram dos alunos o acompanhamento no ritmo do trabalho programado, portanto, a percepção dos professores é de que respeitam os limites de maturação cognitiva, mas segundo as observações de sua prática em sala, foi percebido que o que acontece é uma metodologia de ensino onde depois de elaborado o conteúdo para as práticas, o professor tem um tempo hábil para fazer determinada intervenção, porque independente do ano que o aluno esteja ele está sendo sempre preparado para às séries seguinte.

5 CONCLUSÃO

Analizamos os fatores psicológicos, físicos, psicofisiológicos e reações psicológicas com componente depressivo. Dividindo da seguinte forma: 05 dos alunos não apresentaram reações adversas aos sintomas de estresse, 05 alunos apresentaram reações classificando-os em fase de alerta². Somente 04 alunos apresentaram indícios do sintoma de estresse nos quais a pesquisa se deu. Os resultados da amostra ficaram da seguinte forma: Os alunos (B), aluno (C) e aluno (D) apresentaram pontuação para classificá-los na fase de resistência³, e somente o aluno (A) alcançou pontuação classificando-o na fase de exaustão⁴, onde o estressor permanece atuando por mais tempo.

O estresse infantil pode muitas vezes passar despercebido, causando indisposições às crianças, e vir afetar o seu comportamento escolar, como mostra este estudo. Dessa forma, acredita-se que a informação e a conscientização de pais e professores sobre este assunto, é extremamente importante para amenizar o sofrimento infantil. Os pais e professores devem diminuir as exigências quando percebido o nível baixo de elaboração para reagir às mudanças e ao novo. Devem brincar mais com o aluno/filho, fazer passeios, algo que faça com que a criança tenha no adulto uma pessoa com quem possa contar, sem críticas destrutivas ou recriminações. O diálogo, ainda é o método recomendado, em qualquer situação, como uma forma de carinho e atenção no combate ao estresse infantil.

CHILDREN'S STRESS:

a study about the behavior of children in the 2nd grade of the teaching-learning process

ABSTRACT⁵

This article presents a survey conducted in a Municipal School of Sinop-MT, that sought to identify the stress level among 2nd grade-children of elementary school. The discussion was based on a research case study. Additional observations during the school year of 2011 and with complementary observation during the months of June and July/2011. The

² In: LIPP, Marilda Emanuel Novaes; LUCARELLI, Maria Diva Monteiro. Escala de Stress Infantil. São Paulo: Casa do psicólogo, 2005. Fase de alerta, considera-se como uma fase transitória de stress, que não deve ser vista como envolvendo stress emocional permanente ou grave, mas representa uma reação do organismo a algo presente, no momento, que representa um desafio para a criança.

³ Fase de resistência, caracteriza-se por um excesso de fontes de stress na vida da criança, que estão levando a utilizar muita energia para seu enfrentamento. O organismo entra nesta fase quando o estressor permanece por muito tempo.

⁴ Fase de exaustão, Caracteriza-se como a fase mais grave do stress, na qual a criança adoece física ou psicologicamente.

⁵ Transcrição realizada pela acadêmica Daiane Freitas Costa, do Curso de Letras – UNEMAT/Sinop e revisão pela professora Maria Amélia [Meloca] Counter São José, da UNEMAT – Sinop/MT. (CRLE – Revista **Eventos Pedagógicos**).

research aimed to verify whether the method used by the teacher is attractive to children and whether stress affects the learning process within the school environment, as well as understand the relationship between the teacher and students in every different situation. 11 male students and 3 girls aged between 8 and 9 years old coming from the countryside were observed. Among the children who took the test, 4 were diagnose with stress symptoms by the voluntary psychologist who worked with them. To gather the data we used the children`s stress scale by Marilda Lipp and Maria Diva Monteiro Lucarelli. In order to dialogue with the authors we have also founded our work on Marcia Maria Brignoto. Semi-structured questionnaires were also prepared aiming to identify both how the routine of these students is and how they behave in class.

Keywords: Education. Elementary School. Children`s Stress. Teaching-Learning Process.

REFERÊNCIAS

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Mini aurélio Século XXI o mini dicionário da língua portuguesa**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2001.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes (org.). **Crianças estressadas causas sintomas e soluções**. Campinas: Papyrus, 2000.

_____. Pesquisas sobre stress no Brasil saúde, ocupações e grupos de risco. In: VILELA, Maria Vieira. **Sintomas e fontes de stress em escolares de 1ª a 4ª série**. Campinas: Papyrus, 1996.

_____; LUCARELLI, Maria Diva Monteiro. **Escala de Stress Infantil**. São Paulo: Casa do psicólogo, 2005.

_____. O stress está dentro de você. In: BIGNOTO, Márcia Maria; TRICOLI, Valquíria Aparecida Cintra (Org.). **Aprendendo a se estressar na infância**. São Paulo: Contexto, 2000.

WINNICOTT, Donald. **O brincar e a realidade**. 2. ed. Rio de Janeiro: Imago, 1975.