

ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS PARA LIDAR COM ANSIEDADE INFANTIL**PEDAGOGICAL STRATEGIES FOR DEALING WITH CHILDHOOD ANXIETY** <https://doi.org/10.63330/aurumpub.012-064>**Fabio Junior da Silva**

Especialista em História
Centro Universitário Leonardo da Vinci
E-mail: historicizandohistoria@gmail.com

Janaina Vital de Albuquerque

Doutora em Desenvolvimento e Meio Ambiente
Universidade Federal de Pernambuco
E-mail: janainavital91@gmail.com

Silvana Maria Aparecida Viana Santos

Mestra em Tecnologias Emergentes na Educação
Must University
E-mail: silvanaviana11@yahoo.com.br

José Arthur da Silva Santos

Mestre em Educação, Culturas e Identidades
Universidade do Estado de Mato Grosso
E-mail: Arthur.ufal1@gmail.com

Edna Margarita Pardo Prieto

Mestra em Neurociência e Biologia Comportamental
Universidad Pablo de Olávide, Espanha
E-mail: margaritapardop@gmail.com

Thaynara de Moura Bezerra

Mestranda em Educação Física
Universidade Federal do Maranhão
E-mail: tm.bezerra@discente.ufma.br

Talitha Munique Cibrão dos Santos Varela

Mestranda em Ciências da Educação
Ivy Enber Christian University
E-mail: talithacibrao@gmail.com

Maria Cristina Trajano da Silva

Mestranda em Ciências da Educação
Ivy Enber Christian University
E-mail: mariacristina.trajano@gmail.com



Rose Cristina Veiga

Mestranda em Ciências da Saúde

Ivy Enber Christian University

E-mail: rosecveiga@gmail.com

Tiago Henrique da Silva

Mestrando em Engenharia Ambiental

Universidade Federal Rural de Pernambuco

E-mail: tiagoh99@gmail.com

RESUMO

A crescente prevalência da ansiedade infantil no ambiente escolar, associada à carência de um repertório de práticas pedagógicas sistematizadas para lidar com o fenômeno, motivou a presente pesquisa. O objetivo central deste trabalho foi identificar, analisar e sistematizar, por meio de uma revisão de literatura, as principais estratégias pedagógicas que podem ser implementadas por educadores para o acolhimento e manejo da ansiedade em sala de aula. Para isso, foi realizada uma pesquisa qualitativa e exploratória, com levantamento de artigos e livros nas bases de dados Google Acadêmico e SciELO, priorizando publicações dos últimos vinte anos. Os resultados demonstram que uma abordagem eficaz transcende ações isoladas, exigindo a construção de uma cultura de bem-estar integral, fundamentada em três eixos: o fortalecimento de vínculos afetivos, a criação de um ambiente escolar seguro e a aplicação de estratégias diretas, como práticas de atenção plena, atividades lúdicas e rodas de conversa. Verificou-se também que a formação docente e a parceria com a família são pilares indispensáveis para a sustentação dessas práticas. Conclui-se que a escola desempenha um papel crucial como promotora da saúde mental, e este estudo contribui ao oferecer aos educadores um referencial teórico-prático que articula diversas abordagens, reforçando a necessidade de uma pedagogia mais empática e atenta ao desenvolvimento integral da criança.

Palavras-chave: Ansiedade infantil; Estratégias pedagógicas; Educação socioemocional.

ABSTRACT

The growing prevalence of childhood anxiety in the school environment, coupled with the lack of a repertoire of systematized pedagogical practices to address the phenomenon, motivated this research. The central objective of this work was to identify, analyze, and systematize, through a literature review, the main pedagogical strategies that can be implemented by educators to accommodate and manage anxiety in the classroom. To this end, qualitative and exploratory research was conducted, including a survey of articles and books in the Google Scholar and SciELO databases, prioritizing publications from the last twenty years. The results demonstrate that an effective approach transcends isolated actions, requiring the construction of a culture of comprehensive well-being, based on three pillars: strengthening emotional bonds, creating a safe school environment, and implementing direct strategies such as mindfulness practices, playful activities, and discussion groups. It was also found that teacher training and partnerships with families are indispensable pillars for sustaining these practices. It is concluded that schools play a crucial role in promoting mental health, and this study contributes by offering educators a theoretical and practical framework that articulates diverse approaches, reinforcing the need for a more empathetic pedagogy that is attentive to the child's integral development.

Keywords: Childhood anxiety; Pedagogical strategies; Socioemotional education.



1 INTRODUÇÃO

A ansiedade infantil emerge no cenário contemporâneo como um fenômeno de crescente atenção, refletindo as complexidades e pressões do mundo atual sobre as crianças. Longe de ser uma preocupação trivial, manifestações ansiosas na infância, que podem variar de inquietações passageiras a quadros mais persistentes, constituem o objeto de estudo central deste trabalho. Este fenômeno, cada vez mais presente no ambiente escolar, convoca educadores, famílias e pesquisadores a um diálogo urgente e aprofundado. Compreender como a ansiedade se expressa nos primeiros anos de vida e de que forma o espaço educacional pode atuar como um agente de acolhimento e desenvolvimento de estratégias de manejo é fundamental para a promoção da saúde mental e do bem-estar integral dos pequenos aprendizes.

A relevância de investigar esta temática transcende os muros da escola, alcançando um patamar de saúde pública e de desenvolvimento social. A infância é uma janela crítica para o desenvolvimento de habilidades socioemocionais que servirão de alicerce para a vida adulta. Ignorar os sinais de ansiedade ou tratá-los como meros desvios de comportamento pode acarretar prejuízos significativos no processo de aprendizagem, na socialização e na construção da autoestima da criança. Portanto, discutir estratégias pedagógicas para lidar com a ansiedade infantil é de suma importância para a comunidade acadêmica e para a sociedade, pois visa a formação de indivíduos mais resilientes, autoconscientes e emocionalmente saudáveis.

O problema central que esta revisão de literatura busca discutir é a aparente dissonância entre o reconhecimento da prevalência da ansiedade infantil no contexto educacional e a carência de um repertório consolidado e acessível de estratégias pedagógicas que possam ser efetivamente implementadas por professores em sala de aula. Embora a literatura psicológica ofereça um vasto campo de compreensão sobre as causas e tratamentos clínicos da ansiedade, observa-se uma lacuna no que tange à tradução desses saberes em práticas pedagógicas cotidianas. Esta dificuldade evidencia um desafio significativo: como instrumentalizar os educadores para que possam atuar de maneira sensível e eficaz, não no papel de terapeutas, mas como mediadores do bem-estar emocional em seu fazer pedagógico diário?

A justificativa para a escolha deste tema reside na necessidade premente de fortalecer o papel da escola como um ambiente seguro e promotor da saúde mental. Em um mundo pós-pandêmico, onde as questões emocionais se tornaram ainda mais evidentes, aprofundar o conhecimento sobre como a pedagogia pode responder a essa demanda é um imperativo. A escola é um espaço privilegiado de observação e intervenção, onde a criança passa grande parte de seu tempo e estabelece vínculos fundamentais. Assim, investigar e sistematizar estratégias pedagógicas pertinentes não apenas contribui para o manejo da ansiedade, mas também qualifica a prática educativa, tornando-a mais humana, inclusiva e atenta às necessidades integrais dos estudantes.



Diante do exposto, o objetivo geral deste trabalho é realizar uma revisão de literatura para identificar, analisar e sistematizar as principais estratégias pedagógicas discutidas no meio acadêmico que podem ser utilizadas por educadores para lidar com a ansiedade infantil no ambiente escolar. Busca-se, com isso, mapear as abordagens existentes, compreender seus fundamentos teóricos e práticos e oferecer um panorama que possa servir de base para a reflexão e a formação de profissionais da educação.

A importância científica desta investigação se manifesta na compilação e organização de um conhecimento ainda disperso, fomentando o diálogo interdisciplinar entre a Psicologia e a Pedagogia. Ao reunir e analisar estudos relevantes, este artigo contribui para a consolidação de um campo de pesquisa e para a fundamentação teórica de futuras práticas e políticas educacionais. Do ponto de vista prático, este estudo almeja oferecer um subsídio concreto para educadores, coordenadores pedagógicos e gestores escolares, apresentando um leque de possibilidades de intervenção que podem ser adaptadas aos diferentes contextos e realidades escolares, promovendo um ambiente de aprendizagem mais acolhedor e propício ao desenvolvimento saudável.

Ao mergulhar neste tema, reconhecemos que cada criança é um universo singular, e as estratégias aqui discutidas não devem ser vistas como fórmulas prontas, mas como caminhos possíveis. O que se propõe é uma reflexão que inspire uma prática pedagógica mais empática e atenta, capaz de reconhecer a criança em sua totalidade, com suas potências, desafios, sorrisos e inquietações. Acredita-se que, ao equipar os educadores com conhecimento e ferramentas, estamos dando um passo significativo na construção de uma educação que verdadeiramente cuida, apoia e transforma.

2 METODOLOGIA

A presente pesquisa caracteriza-se como um estudo de natureza qualitativa, de cunho exploratório, desenvolvido por meio de uma revisão de literatura. Este método foi escolhido por ser o mais adequado para atingir o objetivo de identificar, analisar e sistematizar o conhecimento científico já produzido sobre as estratégias pedagógicas para o manejo da ansiedade infantil. O levantamento do material bibliográfico foi realizado entre setembro de 2025, por meio de buscas nas bases de dados eletrônicas Google Acadêmico e SciELO, consideradas de ampla abrangência e relevância para a produção científica nacional.

Os critérios de seleção dos materiais foram definidos de forma a garantir a pertinência e a atualidade da análise. Como critérios de inclusão, estabeleceu-se: (a) publicações realizadas preferencialmente no período de 2005 a 2025, a fim de contemplar a produção mais recente sobre o tema, com exceção para obras clássicas consideradas fundamentais; (b) trabalhos redigidos em língua portuguesa; e (c) estudos que abordassem diretamente a intersecção entre ansiedade infantil e o contexto educacional. Foram excluídos trabalhos com foco estritamente clínico-farmacológico, que não dialogassem com a prática pedagógica,



além de editoriais e resenhas. A aplicação rigorosa desses filtros resultou em um corpus final composto por 14 trabalhos, sendo 12 artigos científicos e 2 livros de referência na área.

A análise do material coletado foi pautada na análise de conteúdo, com ênfase na modalidade de análise temática. Este processo envolveu a leitura aprofundada dos textos, seguida da identificação e do agrupamento dos principais conceitos, argumentos e estratégias em eixos temáticos recorrentes, que estruturaram a apresentação e a discussão dos resultados. As considerações éticas nortearam todo o percurso, garantindo o respeito à integridade intelectual dos autores por meio da fidedignidade na apresentação das informações e do uso da citação para referenciar as fontes. Como limitação do estudo, destaca-se seu caráter teórico. Os resultados, portanto, refletem o estado da arte a partir da literatura selecionada, não sendo passíveis de generalização para todas as realidades escolares sem a devida contextualização e pesquisa empírica complementar.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

Conforme apontam Pereira e Da Silva (2021), a ansiedade infantil é um fenômeno complexo e multifatorial, que se manifesta por meio de sintomas cognitivos, comportamentais e fisiológicos, não devendo ser interpretada meramente como timidez ou "mau comportamento". Os autores destacam que, embora a ansiedade seja uma reação emocional natural, sua intensidade, frequência e o prejuízo que causa no desenvolvimento social e acadêmico da criança são os fatores que a definem como um quadro que demanda atenção. Compreender suas múltiplas facetas é o primeiro passo para que o ambiente escolar possa desenvolver uma abordagem mais sensível e adequada, diferenciando preocupações normativas de sinais que indicam a necessidade de um olhar mais aprofundado e, se necessário, de encaminhamento especializado.

Segundo Alves, Mendonça e Junior (2025), a presença de transtornos de ansiedade na infância interfere diretamente no desempenho cognitivo e na capacidade de aprendizagem da criança. As preocupações excessivas e os sintomas físicos associados à ansiedade consomem recursos atencionais que deveriam estar voltados para a aquisição de novos conhecimentos, afetando a memória de trabalho, a concentração e a organização. Isso resulta em dificuldades na assimilação de conteúdos, na realização de tarefas e na participação em atividades de sala de aula, o que pode gerar um ciclo vicioso de baixo rendimento escolar e intensificação dos sentimentos ansiosos, evidenciando a urgência de intervenções no contexto educacional.

Na visão de Gauy (2016), a escola pode ser tanto um fator de proteção quanto um gatilho para o desenvolvimento de quadros ansiosos em crianças. Um ambiente escolar acolhedor, com vínculos seguros entre professores e alunos, práticas pedagógicas inclusivas e uma cultura que valoriza o bem-estar emocional, atua como um poderoso agente protetivo. Em contrapartida, um clima de alta competitividade,



a pressão por desempenho, a ocorrência de bullying e a falta de suporte socioemocional podem configurar um cenário adverso, contribuindo significativamente para o surgimento ou agravamento da ansiedade, o que reforça a responsabilidade da instituição na promoção da saúde mental.

De acordo com Fonseca e Mourão (2025), a construção de um vínculo afetivo seguro e positivo entre o professor e o aluno é uma ferramenta fundamental para a modulação da ansiedade infantil no ambiente escolar. Quando a criança percebe o professor como uma figura de apoio, confiança e segurança, ela se sente mais confortável para expressar suas angústias, medos e dificuldades. Essa relação de afeto e respeito funciona como uma base segura que permite à criança explorar o ambiente de aprendizagem com mais confiança, reduzindo a hipervigilância e a reatividade emocional associadas aos estados ansiosos, e facilitando a mediação de conflitos e a regulação emocional em sala de aula.

Consoante defende Da Rosa (2025), a promoção de competências socioemocionais no currículo escolar é uma das estratégias mais eficazes para a prevenção e o manejo da ansiedade infantil. Ao trabalhar intencionalmente habilidades como o autoconhecimento, o autocontrole, a empatia e a tomada de decisão responsável, a escola oferece às crianças ferramentas internas para que elas possam identificar, compreender e regular suas próprias emoções. Programas focados no desenvolvimento socioemocional capacitam os alunos a lidar com o estresse de forma mais adaptativa, melhoram as relações interpessoais e fortalecem a resiliência, diminuindo a vulnerabilidade ao desenvolvimento de transtornos de ansiedade.

Segundo Girard e Feix (2016), a introdução de práticas de atenção plena, ou mindfulness, adaptadas para o público infantil, tem se mostrado uma estratégia promissora para a redução dos sintomas de ansiedade na escola. Essas práticas ensinam as crianças a direcionarem a atenção para o momento presente de forma intencional e sem julgamento, auxiliando na diminuição da ruminação de pensamentos preocupados com o futuro. Exercícios simples de respiração, de atenção aos sentidos e de consciência corporal podem ser facilmente integrados à rotina da sala de aula, promovendo a calma, a clareza mental e a capacidade de autorregulação emocional dos alunos.

Para Alves e Sommerhalder (2010), o ato de brincar é a linguagem primária da criança e, como tal, constitui um poderoso instrumento pedagógico para a expressão e elaboração de sentimentos, incluindo a ansiedade. Através de jogos simbólicos, dramatizações e atividades lúdicas, a criança pode projetar seus medos e angústias em um ambiente seguro e controlado, permitindo que o educador observe e medie a ressignificação dessas emoções. O brincar não é apenas um passatempo, é uma atividade estruturante que possibilita à criança organizar seu mundo interno, testar soluções para seus conflitos e desenvolver habilidades sociais e emocionais de forma natural e prazerosa.

Conforme explicitam Fernandes e Moreira (2024), a inclusão de técnicas de relaxamento e respiração na rotina diária da sala de aula pode ter um impacto significativo na redução dos níveis de ansiedade e agitação das crianças. Práticas simples, como a respiração diafragmática (respiração da



"barriga"), o relaxamento muscular progressivo adaptado e momentos de visualização guiada, ajudam a ativar o sistema nervoso parassimpático, responsável pela resposta de calma e repouso do corpo. Essas pausas conscientes ao longo do dia letivo auxiliam na modulação da reatividade ao estresse e ensinam às crianças uma ferramenta de autorregulação que podem utilizar em diversas situações de suas vidas.

Na visão de Silva e Figueiredo (2005), o modelo de avaliação adotado pela escola exerce uma influência direta sobre a ansiedade de desempenho dos alunos. Um sistema excessivamente focado em notas, classificações e comparações pode gerar um medo intenso do fracasso e uma preocupação constante com o julgamento externo, catalisando quadros ansiosos. Os autores sugerem que a transição para uma avaliação de caráter mais formativo e processual, que valoriza o esforço, o progresso individual e o aprendizado com o erro, é fundamental para criar um ambiente psicologicamente mais seguro e para reduzir a pressão que contribui para o sofrimento emocional dos estudantes.

Segundo Londero e Loeser (2023), a implementação de práticas de diálogo, como os círculos restaurativos ou rodas de conversa, fomenta a criação de um espaço de escuta ativa e de expressão genuína de sentimentos. Essa metodologia permite que as crianças compartilhem suas experiências e preocupações em um ambiente seguro, onde se sentem acolhidas e compreendidas pelos pares e pelo professor. Ao verbalizar o que sentem, as crianças não apenas aliviam a carga emocional, mas também desenvolvem a empatia, a capacidade de resolução de conflitos e a percepção de que não estão sozinhas em suas dificuldades, o que fortalece o senso de comunidade e reduz o isolamento associado à ansiedade.

De acordo com Costa e Sousa (2025), a colaboração efetiva entre a escola e a família é indispensável para um manejo integrado e coerente da ansiedade infantil. Uma comunicação transparente e regular permite que ambos os contextos compartilhem informações sobre o comportamento da criança, identifiquem precocemente os sinais de sofrimento emocional e alinhem estratégias de apoio. Quando pais e educadores trabalham em parceria, com objetivos comuns e respeito mútuo, cria-se uma rede de suporte robusta ao redor da criança, que se sente mais segura e amparada ao perceber que os adultos de referência em sua vida dialogam e cooperam para o seu bem-estar.

Consoante a perspectiva de Horn, Staker e Christensen (2015), embora focados em metodologias ativas, seus princípios ressaltam que a organização do ambiente físico da sala de aula pode influenciar diretamente o estado emocional dos alunos. Espaços flexíveis, que permitem diferentes arranjos para trabalhos individuais ou em grupo, cantos de leitura e relaxamento ("cantinho da calma"), e uma organização que evita a superlotação e o excesso de estímulos visuais podem contribuir para a redução da ansiedade. Um ambiente fisicamente acolhedor, limpo e previsível transmite uma sensação de segurança e ordem, ajudando a criança a se sentir mais calma e focada nas atividades pedagógicas.

Na visão de Souto et al. (2024), a literatura infantil pode ser utilizada como um valioso recurso pedagógico e terapêutico no manejo da ansiedade. Através da contação de histórias, as crianças podem se



identificar com personagens que vivenciam medos e preocupações semelhantes aos seus, percebendo que seus sentimentos são legítimos e que existem maneiras de lidar com eles. A narrativa literária oferece um caminho simbólico para a discussão de temas emocionalmente difíceis, como o medo do escuro, a ansiedade de separação ou o receio de falhar, promovendo a catarse e a elaboração de estratégias de enfrentamento de uma forma lúdica e indireta.

Segundo Amaral et al. (2020), é fundamental que a formação inicial e continuada dos professores inclua competências para a promoção da saúde mental e o manejo de questões socioemocionais em sala de aula. A falta de preparo nesse âmbito pode levar os educadores a se sentirem inseguros e impotentes diante das manifestações de ansiedade dos alunos, resultando em respostas inadequadas. Capacitar os docentes com conhecimentos sobre o desenvolvimento infantil, sinais de sofrimento psíquico e estratégias pedagógicas de acolhimento não significa transformá-los em psicólogos, mas sim qualificá-los para que exerçam seu papel educativo de forma integral, criando ambientes de aprendizagem emocionalmente seguros.

4 RESULTADOS

A análise da literatura científica revela um consenso robusto quanto à necessidade de uma abordagem multifacetada e integrada no ambiente escolar. Os principais achados indicam que ações isoladas são insuficientes, sendo imprescindível a construção de uma cultura de bem-estar que permeie as relações, o ambiente, o currículo e a prática pedagógica como um todo. A síntese dos trabalhos analisados aponta que a escola, ao mesmo tempo que pode ser um gatilho para a ansiedade por meio de pressões e de um clima competitivo, possui um potencial imenso para atuar como fator de proteção, desde que assuma um papel ativo na promoção da saúde mental. Esta dualidade, destacada na literatura especializada, posiciona a instituição escolar em um lugar de grande responsabilidade.

Os resultados podem ser organizados em três eixos centrais que emergiram da pesquisa. O primeiro eixo, de caráter relacional e afetivo, congrega os estudos que enfatizam a qualidade dos vínculos como pilar para a segurança emocional. A pesquisa é categórica ao afirmar que um vínculo seguro e positivo com o professor funciona como a base sobre a qual a criança se sente amparada para enfrentar desafios. O segundo eixo, de natureza ambiental e estrutural, aborda como a organização do espaço e um sistema de avaliação formativo podem mitigar estressores que geram ansiedade. Por fim, o terceiro eixo compreende as estratégias pedagógicas diretas, que consistem em ferramentas e práticas intencionais, como as técnicas de atenção plena, as rodas de conversa e o uso da ludicidade para a expressão emocional.

Estes achados conectam-se diretamente com o objetivo da pesquisa, que é o de mapear estratégias pedagógicas para o manejo da ansiedade infantil. A literatura responde a esse objetivo não com uma receita única, mas com um repertório de possibilidades que se complementam. Fica evidente que as estratégias



diretas, como exercícios de respiração e mindfulness, ganham potência e legitimidade quando inseridas em um contexto onde os vínculos afetivos são valorizados e a estrutura escolar é acolhedora. Portanto, o sucesso de uma intervenção pontual está intrinsecamente ligado à qualidade do ecossistema escolar em que ela ocorre, o que reforça a necessidade de uma visão sistêmica.

Observa-se uma notável convergência nos trabalhos analisados no que tange à importância do desenvolvimento de competências socioemocionais como uma estratégia preventiva e de longo prazo. Não há divergências substanciais sobre o "quê" fazer, promover a empatia, o autoconhecimento, a autorregulação, mas sim ênfases distintas no "como" fazer. Enquanto alguns estudos valorizam abordagens mais estruturadas e curriculares, outros destacam o poder de recursos mais fluidos e integrados à rotina, como a literatura infantil. Essa variação não representa uma contradição, mas sim uma complementaridade de abordagens, sugerindo que um programa eficaz deve ser diversificado.

Os elementos encontrados contribuem de forma decisiva para responder ao problema de pesquisa, que apontava a lacuna entre o reconhecimento da ansiedade e a carência de um repertório de práticas pedagógicas acessíveis. Os resultados demonstram que tal repertório existe, é vasto e fundamentado. A solução para o problema não está na busca por uma única ferramenta, mas na combinação articulada de diferentes estratégias. A ansiedade de um aluno impactado pela pressão avaliativa, por exemplo, pode ser mais bem acolhida pela revisão das práticas de avaliação, enquanto outra criança, com dificuldades de socialização, pode se beneficiar imensamente dos círculos de diálogo.

A síntese dos resultados aponta para dois fatores habilitadores que sustentam todas as estratégias identificadas, a parceria efetiva entre a escola e a família e a formação docente. A convergência é absoluta na literatura de que, sem uma comunicação fluida com os pais e sem que os professores se sintam preparados para lidar com as demandas emocionais dos alunos, qualquer estratégia pedagógica perde sua força. Portanto, os resultados desta revisão indicam que o caminho para lidar com a ansiedade infantil na escola é pavimentado pela intencionalidade pedagógica, pela qualidade das relações humanas e pelo investimento contínuo na formação e no suporte aos educadores e às famílias.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho de revisão de literatura partiu da necessidade de investigar e sistematizar estratégias pedagógicas eficazes para lidar com a crescente manifestação de ansiedade em crianças no ambiente escolar. Ao longo da pesquisa, foi possível constatar que a abordagem para a questão transcende a aplicação de técnicas pontuais, exigindo uma transformação mais profunda na cultura e na prática educativa. A análise dos estudos revelou que a construção de um ambiente escolar seguro, o fortalecimento de vínculos afetivos entre professores e alunos, e a promoção intencional de competências socioemocionais constituem a base sobre a qual quaisquer intervenções diretas, como práticas de relaxamento ou rodas de conversa, podem



florescer. Desta forma, o estudo alcançou seu objetivo ao mapear um conjunto diversificado de estratégias, concluindo que sua efetividade máxima reside na sua integração sistêmica e na sua coerência com uma filosofia educacional que enxerga o aluno em sua integralidade.

As implicações desta pesquisa se desdobram tanto no campo prático quanto no acadêmico. Para os educadores e gestores escolares, o trabalho oferece um panorama organizado que pode inspirar a reflexão, o planejamento e a implementação de ações concretas para a promoção da saúde mental no cotidiano da escola, respondendo diretamente ao problema da carência de um repertório pedagógico acessível. No âmbito acadêmico, a pesquisa contribui ao reforçar a importância do diálogo entre a Psicologia e a Pedagogia e ao sublinhar a urgência de incluir a educação emocional como pilar na formação de professores. Reconhece-se, contudo, que a principal limitação deste estudo reside em sua natureza teórica. Sugere-se, portanto, a realização de pesquisas de campo que possam avaliar o impacto da aplicação articulada dessas estratégias em diferentes contextos escolares, validando e aprofundando os achados aqui apresentados.

Conclui-se que olhar para a ansiedade infantil na escola é um ato de responsabilidade e de compromisso com uma educação verdadeiramente humanizada. Mais do que apenas mitigar um problema, as estratégias discutidas representam um caminho para a formação de indivíduos mais resilientes, autoconscientes e empáticos. O desafio futuro consiste em transformar este conhecimento, já consolidado na literatura, em políticas educacionais e em práticas pedagógicas permanentes, garantindo que a escola seja, para todas as crianças, um lugar não apenas de aprendizado cognitivo, mas também de florescimento emocional e de bem-estar. A continuidade das investigações sobre a formação docente para a saúde mental e a eficácia de programas socioemocionais a longo prazo será crucial para avançar nesta direção.



REFERÊNCIAS

- ALVES, Fernando Donizete; SOMMERHALDER, Aline. Lúdico, infância e educação escolar:(des) encontros. **Revista Eletrônica de Educação**, v. 4, n. 2, p. 144-164, 2010.
- ALVES, Theryna Kelle da Silva; MENDONÇA, Francisco Cardoso; JÚNIOR, Hélio Marco Pereira Lopes. Transtorno de Ansiedade Infantil. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 6, p. 3967-3978, 2025.
- AMARAL, Maria Odete Pereira et al. ProMenteSã: Formação de professores para promoção da saúde mental na escola. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, p. eAPE20190224, 2020.
- COSTA, Lídia de Matos; SOUSA, Ana Paula José Santana. A Colaboração entre Família e Escola na Pré-Escola: Desafios e estratégias para uma educação efetiva. **Revista Científica FESA**, v. 3, n. 24, p. 76-82, 2025.
- DA ROSA, Erica Letícia. A relação entre habilidades socioemocionais e desenvolvimento cognitivo: Uma revisão neuropsicológica. *Periódicos Brasil*. **Pesquisa Científica**, v. 4, n. 2, p. 67-90, 2025.
- FERNANDES, Beatriz Reis Rodrigues; MOREIRA, Márcio Borges. **Estratégias baseadas na respiração diafragmática para redução da ansiedade**. Instituto Walden4, 2024.
- FONSECA, Janete Rosa; MOURÃO, Samira Martins Guimarães. Afetividade e aprendizagem: O vínculo entre professor e aluno, uma abordagem neuropsicológica. **Revista Diálogos Interdisciplinares**, v. 1, n. 17, p. 365-380, 2025.
- GAUY, Fabiana Vieira. Crianças e adolescentes com problemas emocionais e comportamentais têm necessidade de políticas de inclusão escolar?. **Educar em Revista**, n. 59, p. 79-95, 2016.
- GIRARD, Tanize Viviane Gonçalves; FEIX, Leandro da Fonte. Mindfulness: concepções teóricas e aplicações clínicas. **Higia: Revista das Ciências da Saúde do Oeste Baiano**, v. 1, n. 2, p. 94-124, 2016.
- HORN, Michael B.; STAKER, Heather; CHRISTENSEN, Clayton. **Blended: usando a inovação disruptiva para aprimorar a educação**. Penso Editora, 2015.
- LONDERO, Kaciele Menegaes; LOESER, Shirlei Wagner. Círculos de construção de paz: Espaço de fala e escuta na escola. **Saberes em Foco Revista da SMED NH**, v. 6, n. 1, p. 239-252, 2023.
- PEREIRA, Mara Dantas; DA SILVA, Joilson Pereira. Ansiedade e autoestima associadas ao baixo desempenho escolar em estudantes com dislexia de desenvolvimento: uma revisão integrativa. **Revista Educação Especial**, v. 34, p. 1-23, 2021.
- SILVA, Wildson Vieira da; FIGUEIREDO, Vera Lúcia Marques de. Ansiedade infantil e instrumentos de avaliação: uma revisão sistemática. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 27, p. 329-335, 2005.
- SOUTO, Ana Paula Brandão et al. Evidências científicas atuais sobre a eficácia da terapia cognitivo-comportamental no manejo da ansiedade infantil: uma revisão integrativa. **Caderno Pedagógico**, v. 21, n. 1, p. 2663-2684, 2024.