



CAMILLE DE CARVALHO E MELLO

Ansiedade em Licenciandos de Ciências Biológicas nos Estágios Finais: Uma Análise dos Sintomas, Fatores de Risco e seu Impacto na Decisão pela Docência

Brasília
2023

Camille De Carvalho e Mello

Ansiedade em Licenciandos de Ciências Biológicas nos Estágios Finais: Uma Análise dos Sintomas, Fatores de Risco e seu Impacto na Decisão pela Docência

Brasília
2023

Ficha catalográfica elaborada automaticamente,
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

Da De carvalho, Camille
Ansiedade em Licenciandos de Ciências Biológicas nos
Estágios finais: uma análise dos sintomas, fatores de risco
e seu impacto na decisão pela docência / Camille De
carvalho; orientador Inês Maria Gandolfo. -- Brasília,
2023.
48 p.

Monografia (Graduação - Ciências Biológicas) --
Universidade de Brasília, 2023.

1. Ansiedade na Formação de Professores em Ciências
Biológicas. 2. Desafios na Carreira Docente em Ciências
Biológicas. 3. Papel do Estágio Supervisionado na Formação
Docente. 4. Transtorno de Ansiedade em Professores em
Formação. 5. Desafios e Apoio na Formação de Professores em
Ciências Biológicas. I. Gandolfo, Inês Maria , orient. II.
Título.

Ansiedade em Licenciandos de Ciências Biológicas nos Estágios Finais: Uma Análise dos Sintomas, Fatores de Risco e seu Impacto na Decisão pela Docência

Camille De Carvalho e Mello

Banca Examinadora

Profª Drª Inês Maria Gandolfo (Orientadora)

Profª Drª Alice M. Ribeiro

Profª Drª Fabricia Teixeira BorgeS

Profª Drª Isabela Machado da Silva

DEDICATÓRIA

Primeiramente, quero dedicar este trabalho à minha mãe, Claudia Aparecida, que sempre foi minha maior fonte de inspiração e apoio na vida. Desde o início, ela acreditou que eu seria capaz de alcançar todos os meus sonhos. Sua dedicação, suporte e o amor incondicional foram fundamentais para minha jornada acadêmica. Ela não apenas apoiou minha decisão de seguir a biologia, mas também esteve ao meu lado em todos os momentos, tanto nos triunfos quanto nas dificuldades. Ela foi a primeira a acreditar em mim e me incentivou a não desistir desta graduação. Além disso, gostaria de dedicar este trabalho ao meu pai, Carlos de Carvalho e Mello Filho, e à minha irmã, Hanna Figueiredo Silva. Eles sempre estiveram ao meu lado, proporcionando suporte e amor, o que me deu a força necessária para chegar até aqui.

Quero também expressar minha gratidão aos meus amigos da graduação, que desempenharam um papel vital nessa longa jornada. Um agradecimento especial à Eliza Teles, Ana Carolina Távora, Luana Alves, Pedro Gomes, Marina Minari, Priscila Alcântara e a todos aqueles que me ajudaram nos momentos de estudo e compartilharam experiências na universidade. Sem a presença de vocês, meu diploma não seria possível. Com vocês, aprendi muito mais do que biologia; aprendi sobre amizade, amor, afeto, solidariedade e companheirismo. Levarei todos vocês para sempre em meu coração.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, não posso deixar de expressar minha profunda gratidão a Deus, pois sem Ele, nada disso seria possível. Deus tem sido minha força, meu refúgio e minha constante inspiração. Ele esteve ao meu lado em todos os momentos desta jornada. Ao estudar ciências, descobri que a fé é algo que não pode ser explicado, mas é tão real quanto a ciência. Quero dedicar um agradecimento especial à minha família: minha mãe, Claudia; meu pai, Carlos; minha irmã, Hanna. Vocês sempre estiveram ao meu lado, acreditando em mim, e amo todos vocês profundamente. Gostaria de expressar minha gratidão ao meu amigo Antonio, que não apenas é um amigo de longa data que guardo em meu coração, mas também me apresentou à minha orientadora, sua mãe, que me orientou com carinho neste trabalho de conclusão de curso. Antonio, sua amizade e apoio significam muito para mim. Além disso, quero agradecer aos professores que estiveram comigo durante minha graduação e que contribuíram para a bióloga que estou me tornando. Um agradecimento especial à Dra. Ana Júlia Pedreira e ao Dr. João Paulo da Cunha Menezes pela presteza em sempre ajudar a esclarecer todas as minhas dúvidas em relação a esta matéria, que não foram poucas. A todos vocês, minha mais profunda gratidão por fazerem parte desta jornada e por tornarem este momento possível.

“Além de um ato de conhecimento, a educação é também um ato político. É por isso que não há pedagogia neutra.” Paulo Freire.

RESUMO

Este trabalho aborda a ansiedade na formação de professores em Ciências Biológicas, considerando sua importância e impactos no cotidiano docente. Discute-se a ansiedade como uma reação presente em muitos indivíduos, abordando suas manifestações físicas e psicológicas. São explorados os desafios enfrentados pelos professores, desde o primeiro contato com a escola até a desvalorização da profissão, carga horária e baixos salários. O estágio supervisionado desempenha um papel fundamental na formação docente, preparando os estudantes para a realidade futura, embora haja situações que vão além do que é ensinado na graduação. O objetivo deste trabalho é analisar os principais fatores associados ao transtorno de ansiedade em professores em formação e seu impacto na decisão de seguir a carreira docente em ciências biológicas. A abordagem adotada foi descritiva e exploratória, utilizando revisão da literatura, questionário e entrevista semi-estruturada como instrumentos de coleta de dados. Os participantes foram estudantes do curso de Ciências Biológicas da Universidade de Brasília que já haviam concluído os estágios obrigatórios da licenciatura. Os dados foram analisados de forma quantitativa e qualitativa, revelando aspectos importantes na formação de professores em Ciências Biológicas. Os resultados destacam a carga horária dos estágios como um desafio para os estudantes, podendo gerar sintomas de ansiedade e impactar a saúde dos professores em formação. Quanto ao apoio recebido, a maioria relatou ter sido adequado, embora houvesse opiniões divergentes sobre a troca de experiências relacionadas à docência. A ansiedade foi central nas respostas, demonstrando níveis consideráveis de ansiedade em relação aos estágios e à futura docência, devido à desvalorização da profissão e às demandas burocráticas. Os resultados reforçam a importância de oferecer apoio emocional e prático aos futuros professores, criando um ambiente favorável para a troca de experiências e redução da ansiedade. A valorização da profissão docente e a melhoria das condições de trabalho são essenciais para atrair e manter profissionais qualificados na área da educação. Sugere-se que pesquisas futuras explorem a relação entre a formação docente, o reconhecimento da profissão e o bem-estar dos profissionais, além de estratégias pedagógicas para lidar com a ansiedade na prática docente.

Palavras-chave: Saúde mental docente; Formação inicial; Biologia; Prática pedagógica; Educação.

ABSTRACT

This study addresses anxiety in the training of biology teachers, considering its significance and impacts on daily teaching practices. Anxiety is discussed as a prevalent reaction among individuals, encompassing both physical and psychological manifestations. The challenges faced by teachers, including initial school experiences, professional devaluation, heavy workloads, and low salaries, are explored. The supervised internship plays a crucial role in teacher training by preparing students for their future careers, although there are circumstances that extend beyond what is taught during graduation. The objective of this study is to analyze the key factors associated with anxiety disorders in trainee teachers and their impact on the decision to pursue a teaching career in biological sciences. A descriptive and exploratory approach was adopted, employing literature review, questionnaires, and semi-structured interviews as data collection instruments. Participants consisted of students in the Biological Sciences program at the University of Brasília who had completed the mandatory internships. The data were analyzed quantitatively and qualitatively, revealing important aspects of teacher training in Biological Sciences. The results highlight the challenging nature of internship workloads, which can lead to anxiety symptoms and impact the well-being of trainee teachers. Regarding the support received, the majority reported it to

be adequate, although divergent opinions emerged regarding the exchange of experiences related to teaching. Anxiety emerged as a central theme in the responses, indicating considerable levels of anxiety related to internships and future teaching careers, attributed to professional devaluation and bureaucratic demands. These findings underscore the importance of providing emotional and practical support to future teachers, fostering an environment conducive to experience-sharing and anxiety reduction. Valuing the teaching profession and improving working conditions are essential to attract and retain qualified professionals in the field of education. Future research should explore the relationship between teacher training, professional recognition, and well-being, along with pedagogical strategies for addressing anxiety in teaching practice.

Keywords: Keywords: Teacher mental health; Initial training; Biology; Pedagogical practice; Education.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 –	carga horária dos estágios	18
Figura 2 –	Nível de ansiedade dos professores em relação aos estágios	18
Figura 3 –	Apoio e orientação recebidos ao longo dos estágios.	21
Figura 4 –	influência da ansiedade vivenciada nos estágios.	22
Figura 5 –	Compartilhamento e discussão dos medos e ansiedades durante os estágios.	23
Figura 6 –	sintomas físicos da ansiedade	24
Figura 7 –	Sintomas psíquicos da ansiedade	24

SUMÁRIO

1	1- INTRODUÇÃO	8
1.1	OBJETIVOS	9
2	REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	10
2.1	CONTEXTO HISTÓRICO DE ANSIEDADE	10
2.2	FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DE ANSIEDADE EM PROFESSORES.	11
2.3	A FORMAÇÃO DE PROFESSORES.	12
3	METODOLOGIA	14
3.1	PARTICIPANTES	15
3.2	INSTRUMENTOS UTILIZADOS	15
3.3	PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS	15
3.4	ANÁLISE DE DADOS	16
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	16
4.1	Experiências de estágio: Desafios e Impacto Emocional	25
4.2	Fatores Ansiogênicos e Desafios na Formação de Professores	26
4.3	Necessidade de Abordagem Abrangente na Formação de Professores	26
5	CONCLUSÕES	27
6	BIBLIOGRAFIA	29
	ANEXOS	32

1 1- INTRODUÇÃO

A ansiedade é um mecanismo de reação que surge em indivíduos que se sentem ameaçados em determinadas situações. Essa condição é conhecida desde os tempos mais antigos, sendo mencionada em registros bíblicos e mitológicos com outros nomes, como mania e melancolia. Somente a partir do século XVII, a medicina começou a utilizar o termo ansiedade para descrever aspectos biológicos relacionados a condições neurológicas, surgindo então o termo neurose. No século XIX, com os trabalhos de Freud, começou-se a considerar a possibilidade de a ansiedade ser uma condição psicológica, sendo vinculada por ele ao termo “neurose da ansiedade” e associada à mente e ao ambiente (SILVA; MORAES; CANOVA, 2018).

A ansiedade é uma resposta adaptativa frente ao stress, mas quando em níveis elevados, pode ganhar contorno de transtorno psiquiátrico. É desse tipo de ansiedade que discutiremos neste estudo. De acordo com Freitas (2021), os sintomas da ansiedade podem se manifestar de diversas formas, tanto físicas quanto psíquicas, incluindo aumento da frequência cardíaca, sudorese, espasmos musculares, calafrios, falta de ar, inquietação, irritabilidade, alterações no apetite, tensão muscular, dificuldade de concentração, medo excessivo, entre outros.

Para o diagnóstico e o tratamento da ansiedade, são considerados como aspectos relevantes os fatores desencadeantes e os sintomas presentes no contexto do indivíduo. O tratamento geralmente envolve o uso de medicamentos, como benzodiazepínicos, associado ao acompanhamento psicológico. A ansiedade é uma condição que afeta ambos os sexos e está presente em diversas profissões, sendo conhecida como a “doença do século” (SILVA et al., 2018.).

De acordo com a Associação Americana de Psiquiatria (APA, 2014), os transtornos de ansiedade são compostos por diversas condições que se manifestam por meio de sintomas característicos de medo e ansiedade, além de alterações comportamentais evidenciadas. A ansiedade é uma emoção que se manifesta como preocupação com possíveis ameaças futuras e costuma vir acompanhada de sinais físicos, como tensão muscular e estado de alerta elevado, preparando o indivíduo para lidar com possíveis perigos por meio de comportamentos cautelosos ou de evitação.

Historicamente o papel do professor sempre foi o de transmitir conhecimento ao longo dos séculos. No entanto, a modernização trouxe mudanças significativas na forma como as pessoas aprendem e como a educação é transmitida atualmente. Além disso, os professores enfrentam diversos desafios, como questões financeiras e estruturais, dificuldades na relação com os alunos e com as famílias dos alunos, além da exaustiva jornada de trabalho e baixa remuneração.

A indisciplina e o desinteresse dos alunos, a insegurança, a violência no ambiente de trabalho e a desvalorização da profissão também são fatores que contribuem para tornar a profissão de professor uma das mais estressantes atualmente, bem como uma das mais desvalorizadas. Essa situação atravessa todos os níveis e modalidades de ensino e está presente tanto nas instituições particulares como públicas, porém, é mais intensificada na rede pública (DEFFAVERI; MÉA; FERREIRA, 2020).

Segundo Tostes (2018), o professor tem assumido mais funções ao longo dos anos, sem receber a devida valorização, o que tem sobrecarregado e desqualificado a profissão. Além disso, há um aumento de contratos temporários e perdas de garantias, e os professores são frequentemente responsabilizados pela ineficácia da escola, sem considerar as precárias condições de ensino e a falta de perspectivas de emprego para os estudantes, mesmo depois de

formados.

Essas condições têm gerado graves consequências na saúde mental dos professores, com o aumento do adoecimento psíquico, constituindo-se em um problema preocupante em todo o mundo, segundo a Organização Internacional do Trabalho (OIT, 2017). Nos últimos anos, o estudo da neurociência relacionada à aprendizagem têm se intensificado devido às rápidas mudanças no perfil dos estudantes e à crescente demanda por conteúdos rápidos e imediatos. Isso torna o trabalho do professor cada vez mais desafiador, já que suas práticas de ensino podem se tornar obsoletas rapidamente.

Nesse contexto, a introdução dos licenciandos em estágios finais ao ambiente escolar, por meio do estágio supervisionado realizado nos últimos semestres da graduação, tem revelado aspectos importantes sobre as emoções que futuros docentes desenvolvem nesse exercício inaugural, sendo comum observar reações de medos, angústias e ansiedades em relação à realidade escolar. Aprender a lidar com essas emoções é crucial para o desenvolvimento profissional, uma vez que os aspectos emocionais e cognitivos estão interligados e podem influenciar positiva ou negativamente a aprendizagem dos alunos no ensino de ciências (GOMES et al., 2018).

A escolha do tema do meu TCC não foi uma escolha aleatória, mas sim uma situação em que senti que o tema me escolheu. Além de ser um tema de extrema relevância atualmente, devido à sua presença significativa na vida dos professores, foi um tema que despertou um interesse pessoal profundo em mim. A minha própria experiência com ansiedade ao longo dos anos, especialmente durante os estágios, me levou a compreender a importância de abordar e compreender essa questão no contexto da formação docente. Por isso eu sinto uma conexão íntima com o tema. Ao longo dos anos, tenho enfrentado desafios relacionados à ansiedade, e nos últimos anos, esse processo se intensificou devido a diferentes razões, incluindo o desejo de concluir minha graduação e questões pessoais que vão além do ambiente acadêmico. Quando fiz meus estágios, senti um grande medo e tive crises de ansiedade ao pensar em enfrentar a sala de aula pela primeira vez. Tinha receio de não saber o que dizer, de não ter respostas para as perguntas dos alunos, de não ser bem recebida por eles e, principalmente, enfrentar o meu maior medo de falar em público, algo que me acompanha desde a infância. Adiei os estágios várias vezes por causa desses medos, mas percebi que enfrentá-los seria a melhor opção. Recebi apoio fundamental da minha professora na época, que me tranquilizou em relação a essas questões.

Foi a partir desse apoio e da prática que descobri que lidar diretamente com esses desafios seria a melhor forma de aprender a enfrentá-los. A prática se tornou meu maior aliado para desenvolver habilidades e superar os desafios da docência. Por essa razão, escolhi esse tema para o meu TCC, pois quero explorar e compreender melhor a ansiedade no contexto da formação de professores e assim, quem sabe, ajudar outros alunos que estejam passando por essa situação.

1.1 OBJETIVOS

O objetivo deste trabalho é analisar os principais fatores associados ao transtorno de ansiedade licenciandos em ciências biológicas e como isso pode impactar a sua decisão para a docência em ciências biológicas.

Os objetivos específicos foram:

- I- Descrever como se caracteriza o transtorno de ansiedade em licenciandos em biologia.
- II- Descrever os sintomas de ansiedade em licenciandos de ensino de ciências biológicas na Universidade de Brasília.
- III- Analisar os principais fatores que influenciam o transtorno de ansiedade em licenciandos nos estágios finais da licenciatura e como isso pode impactar a sua decisão para a

docência em ciências biológicas.

2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

2.1 CONTEXTO HISTÓRICO DE ANSIEDADE

Desde a antiguidade, a ansiedade é reconhecida como um problema de saúde. Filósofos antigos como os estóicos e epicuristas já desenvolviam técnicas terapêuticas que são semelhantes às praticadas pelos profissionais de hoje. Ao longo dos séculos, a ansiedade sempre foi um tema relevante nos relatos médicos. O DSM-5 nomeou termos específicos para a classificação de transtornos de ansiedade nos manuais diagnósticos contemporâneo, agrupando os transtornos de ansiedade em três grandes espectros como ansiedade, transtorno obsessivo-compulsivo e transtornos relacionados a trauma e estressores de acordo com características em comum (CROCQ, 2015).

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais:

Os transtornos de ansiedade incluem transtornos que compartilham características de medo e ansiedade excessivos e perturbações comportamentais relacionadas. medo é a resposta emocional à ameaça iminente real ou percebida, enquanto ansiedade é a antecipação de ameaça futura. Obviamente, esses dois estados se sobrepõem, mas também se diferenciam, com o medo sendo com mais frequência associado a períodos de excitabilidade autonômica aumentada, necessária para luta ou fuga, pensamentos de perigo imediato e comportamentos de fuga, e a ansiedade sendo mais frequentemente associada a tensão muscular e vigilância em preparação para perigo futuro e comportamentos de cautela ou esquivia (2017, pg 189).

Desde os tempos antigos, o homem tem estudado o comportamento humano, criando diversas classificações para descrever os transtornos mentais. A Associação Americana de Psiquiatria publicou o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-I) em 1952. Desde então, esse manual tem sido atualizado frequentemente e hoje o DSM-V e o CID-11 são as classificações mais usadas. Ansiedade, medo e fobia também já eram usados na antiguidade. Na Idade Média, a ansiedade era vista como um tipo de deficiência moral. No Século XIX, o psiquiatra Sigmund Freud introduziu o conceito de “Neurose de Ansiedade” que deu origem ao transtorno atual de ansiedade (FROTA, 2022).

A palavra ansiedade vem do latim “anxius” que é derivado da palavra “agere”; “anxius” tem o sentido de angústia e agitação e “agere” tem sentido de sufocar ou estrangular, que por sua vez são sentimentos experimentados quando o sujeito está passando por um processo ansioso. A ansiedade é uma emoção básica e natural que todas as pessoas sentem. É usada como instinto de sobrevivência para lidar com situações estressantes, como uma “rota de fuga”. Quando a ansiedade é muito intensa, ela pode ser um sinal de alerta de uma condição patológica. Sintomas físicos e psíquicos são comuns, como uma agitação constante sem motivo explícito, causando consequências emocionais e físicas desagradáveis para o indivíduo (ANDRADE et al., 2019).

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, as pessoas com transtorno de ansiedade social do tipo somente desempenho têm ansiedade acerca de eventos em que elas têm que executar qualquer tarefa, como falar em público ou entregar um trabalho. Esta preocupação interfere em papéis como aqueles desempenhados na escola, trabalho ou em eventos que requeiram que elas falem ou executem uma tarefa frente a um público.

2.2 FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DE ANSIEDADE EM PROFESSORES.

O estresse é um fator alarmante no cotidiano dos professores e pode levar a reações psicológicas, emocionais, mentais, físicas e químicas que, em conjunto, podem levar a pessoa ao processo de esgotamento, no qual o indivíduo não tem mais controle sobre a situação ou o que o estressa, surgindo assim mais doenças em sua vida. Entre essas doenças, destacam-se úlceras estomacais, aumento da pressão arterial, perda de peso, diabetes tipo 2, problemas pulmonares, cerebrais e musculares, afetando a saúde geral do corpo.

Estudos científicos relacionam a qualidade de vida e a saúde dos professores a questões como estresse e ansiedade, que não apenas impactam a vida dos professores, mas também a qualidade do ensino dos alunos. Muitos casos de licença médica são registrados devido a problemas como esses, e os fatores causadores desse processo são, na maioria das vezes, as cargas excessivas de trabalho, aspectos ambientais e físicos do trabalho, crescimento de carreira e baixa remuneração (FREITAS; CALAIS; CARDOSO, 2018).

De acordo com Freitas et al. (2018), a ansiedade é uma condição voltada para o futuro, que causa sintomas de tensão corporal e física, devido à falta de controle e previsibilidade. Segundo Colares et al. (2015), os estudos mostram a insatisfação estrutural dos professores, incluindo salários baixos e baixa qualidade de vida. A maioria dos professores relata uma má qualidade de vida e a falta de programas preventivos para lidar com essa situação na vida.

É importante destacar que pesquisas indicam que as mulheres são mais afetadas pela ansiedade, possivelmente devido às múltiplas tarefas que muitas desempenham, como cuidar da casa, trabalhar como professora e cuidar dos filhos, o que pode levar a problemas físicos e psicológicos. As mulheres tendem a assumir mais responsabilidades e cargas de trabalho, pois precisam lidar com os papéis sociais, profissionais e familiares, de acordo com Colares et al. (2015). Além disso, têm sempre que provar que são tão capazes quanto os homens, embora recebam menores salários.

Segundo Freitas (2021), os distúrbios de saúde mental são difíceis de diagnosticar, pois muitas vezes exigem a avaliação de mais de um profissional. Isso pode levar as pessoas a não buscarem ajuda. Esses sinais podem passar despercebidos, o que é preocupante, pois a falta de tratamento pode piorar a situação e levar a problemas mais graves, como a depressão e a ansiedade. Profissionais como os professores são particularmente afetados por esses problemas, devido ao contato direto com o público, a carga horária e as atividades do meio de trabalho. Os sintomas de ansiedade e depressão são, muitas vezes, a causa de afastamento desses profissionais, levando-os a desenvolverem doenças relacionadas ao trabalho.

A formação de indivíduos requer que os professores estejam bem preparados não só pedagogicamente, mas também emocional e socialmente, com o intuito de promover o desenvolvimento integral dos alunos. Para isso, é necessário que os professores estejam psicológica e fisicamente saudáveis, uma vez que eles desempenham um papel fundamental no estímulo ao pensamento crítico e na formação dos alunos. A saúde mental e física dos professores é, portanto, um fator determinante para a qualidade do ensino e para o sucesso dos alunos (FREITAS, 2021).

De acordo com Wagner et al (2022), o mal-estar do professor tem sido causado por mudanças no papel do professor ao longo dos anos, provocado por diversos fatores. Esses fatores vêm ocasionando sintomas físicos de ansiedade, como a insônia, e sintomas psíquicos, como sentimentos de incerteza, insegurança e desmotivação. Além disso, o transtorno de ansiedade também pode ser um dos fatores para o distanciamento entre professor e aluno, gerando comportamentos evitativos por parte do docente.

O trabalho é importante para a vida de qualquer indivíduo, pois garante seu sustento e

satisfação pessoal. Entretanto, más condições no ambiente de trabalho podem trazer prejuízos físicos e emocionais. Professores têm sua saúde e desempenho afetados pela ausência de bons recursos e salários, pela carga de trabalho excessiva, e por problemas de comportamento dos alunos. Além disso, ainda são cobrados frequentemente e sofrem desgaste na autoestima, sentimento de impotência, além de falta de reconhecimento (DIAS; NASCIMENTO, 2020)

As condições de trabalho são muito importantes para o desempenho dos professores e também para o bom desenvolvimento das relações de ensino e aprendizagem. Quando o professor trabalha em más condições, isso afeta diretamente o desempenho dele, acarretando problemas de saúde física e mental, além de prejudicar o relacionamento com a profissão. Por isso, as políticas e programas de cuidado da saúde têm que ser colocados em execução, para valorizar e melhorar o trabalho do professor (GOMES; NUNES; PÁDUA, 2019)

A falta de bem-estar docente é uma condição que acontece muitas vezes na vida do licenciando, uma vez que enfrentar situações de vivências do dia a dia no desenvolvimento profissional pode levar a momentos de ausência de bem-estar e ansiedade. Isso mostra a importância de oferecer suporte e formação adequados aos professores em início de carreira para lidar com essas situações desafiadoras. O choque com a realidade é outro dilema enfrentado pelos professores iniciantes, pois muitas vezes a experiência prática é diferente das expectativas idealizadas durante a formação. Para completar, os professores iniciantes também enfrentam sentimentos como ansiedade, medo, solidão ou abandono, o que afeta tanto seu bem-estar emocional quanto o profissional (DOS SANTOS; FERREIRA; FERRAZ, 2020)

2.3 A FORMAÇÃO DE PROFESSORES.

A formação prática é fundamental para complementar a formação teórica e metodológica do professor, permitindo a validação dos conhecimentos e proporcionando uma experiência real da rotina docente. No entanto, essa vivência muitas vezes gera medos e inquietações nos futuros professores, manifestando-se por meio de sintomas de ansiedade em relação ao futuro. Compreender essas emoções é essencial para compreender o processo de formação e mitigar tais sintomas, contribuindo positivamente para a formação dos professores (SILVA; PEREIRA, 2020).

A formação de professores, os alunos devem realizar um estágio supervisionado. Esse estágio é essencial para que o futuro professor possa unir a parte teórica aprendida à prática profissional. Para isso, existem disciplinas específicas de preparação para um melhor desempenho na prática. Além disso, todas as atividades realizadas durante o curso de formação pré-estágio devem seguir a ação-reflexão-ação para uma melhor formação humana e para uma análise crítica dos conteúdos.

O estágio supervisionado marca o início da carreira profissional, pois é o primeiro contato com a realidade da profissão. Vale ressaltar que os estágios supervisionados são realizados já no final do curso, o que mostra a necessidade de aliar a parte teórica à prática pedagógica, por meio de disciplinas específicas, com sua futura profissão pelo contato com a realidade profissional ainda durante sua graduação (MACHADO; BIERHALZ, 2019).

De acordo com Machado e Bierhalz (2019), a realização de estágios de formação profissional oferece aos licenciandos diversas experiências que auxiliam o seu desenvolvimento. Durante essas vivências, podem surgir sentimentos que embasam o desenvolvimento pessoal e auxiliam o candidato a compreender melhor o processo de formação na profissão desejada. Dessa forma, a vivência no estágio promove reflexões acerca dos desafios e responsabilidades da profissão buscada.

De acordo com Santos (2014), é importante que os estabelecimentos de ensino repensem formas de oferecer segurança, motivação e estabilidade para o início da carreira

docente. Isso permitirá que um professor recém-chegado possa se sentir aceito e estimulado, mudando o conceito negativo sobre o chamado “professor iniciante”. Juntamente com isso, Silva (2017) relata que é importante que o docente ajude os alunos durante as atividades a se sentirem motivados e comprometidos. Isso pode ser alcançado buscando reconhecer os seus sentimentos e emoções e procurando promover sensações positivas, enquanto resolve problemas ou dificuldades.

O Estágio Curricular Supervisionado (ECS) é um instrumento importante na formação profissional. O estagiário pode, por meio dele, identificar se está apto para seguir carreira na docência. As práticas educativas dentro dessa experiência promovem o desenvolvimento de habilidades significativas, além de contribuir na construção de um perfil profissional bem definido, relacionado à docência. A relação entre teoria e prática é muito importante para o desenvolvimento escolar.

Alguns fatores influenciam isso, como o ambiente na escola, as relações entre professores e alunos e os sentimentos do professor. É necessária a separação da parte teórica com a prática para que o aluno desenvolva uma consciência crítica e reflexiva. O papel do professor é o de planejar o conteúdo e as atividades com diferentes metodologias, assim desenvolvem-se habilidades teóricas e práticas. Desta forma, os estágios são essenciais para o desenvolvimento de um professor, pois lhe ensina a ver a sala de aula como professor, não só como aluno (MARQUES, 2018).

Os licenciandos lidam todos os dias com desafios e problemas nas escolas, o que pode gerar altos níveis de ansiedade e preocupação. A falta de aconselhamento e orientação adequados, além de espaços para discussão, autonomia e reflexão, podem aumentar significativamente os sintomas de ansiedade. Uma formação mais abrangente e relevante é essencial para o gerenciamento da ansiedade e garantir que os professores desenvolvam habilidades de autorregulação emocional e enfrentamento de dificuldades (MACHADO; DOS SANTOS; DA SILVA, 2020).

De acordo com Viveiro e Campos (2014), o ensino e a aprendizagem envolvem uma conexão entre o conhecimento adquirido na escola e a realidade dos alunos. O professor desempenha a função de mediador entre o aluno e o conhecimento, facilitando e auxiliando o processo. Porém, não é suficiente o conhecimento especializado, a formação dos professores deve oferecer uma visão abrangente e um conhecimento teórico-profissional e prático, para que os mesmos sejam profissionais mais completos, e não apenas especialistas em determinada área.

A formação dos professores em estágio final da graduação em biologia é um processo crucial que integra a teoria e a prática pedagógica. O estágio supervisionado, realizado nos últimos semestres, marca o início da transição do aluno para o papel de professor, proporcionando a oportunidade de aplicar os conhecimentos adquiridos de forma concreta. Esse contato efetivo com a sala de aula não apenas valida a formação teórica, mas também suscita sentimentos de ansiedade em relação ao futuro profissional. Compreender e abordar essas emoções é essencial para o desenvolvimento integral do futuro educador, contribuindo positivamente para sua formação (SILVA; PEREIRA, 2020)

O contexto da sala de aula desempenha um papel crucial na decisão dos graduandos em biologia pela docência. O contato contínuo ao longo da jornada acadêmica com a sala de aula com as primeiras matérias relacionadas à educação, embora não efetivo nos primeiros anos, gradualmente molda a percepção do aluno sobre o papel do professor. No estágio final, o aluno se prepara para assumir plenamente o papel de professor, deixando de ser apenas um ajudante na sala de aula na preparação de atividades. A necessidade de aliar a teoria à prática pedagógica, conforme ressaltado por Machado e Bierhalz (2019), destaca a importância dos

estágios supervisionados como uma ponte entre a formação acadêmica e a realidade profissional.

A relação entre teoria e prática, centralizada no Estágio Curricular Supervisionado, é essencial para o desenvolvimento escolar e a construção de um perfil profissional consistente. Nesse estágio, os licenciandos não apenas identificam sua aptidão para a docência, mas também enfrentam desafios e problemas reais nas escolas. Marques (2018) destaca a necessidade de separação entre teoria e prática, promovendo uma consciência crítica e reflexiva no licenciando. Além disso, a ansiedade enfrentada pelos futuros professores, conforme apontado por Machado, dos Santos e da Silva (2020), destaca a importância de uma formação mais abrangente, oferecendo suporte emocional e ferramentas para lidar com os desafios da carreira docente. Em última análise, a formação dos professores deve transcender o conhecimento especializado, visando criar profissionais completos e preparados para os desafios da educação (VIVEIRO; CAMPOS, 2014).

Os licenciandos que participam desses estágios supervisionados finais da licenciatura encontram-se em uma fase crucial de sua formação, prontos fundamentalmente para integrar teoria e prática no ambiente educacional. O primeiro estágio, voltado para o ensino de ciências no ensino fundamental, oferece aos licenciandos a oportunidade de aplicar seus conhecimentos em um contexto real de sala de aula. Ao longo dessas experiências, os futuros professores desenvolvem habilidades pedagógicas, compreendem a dinâmica do ensino fundamental e enfrentam os desafios específicos associados à educação básica. Essa etapa, que abrange um número significativo de horas, possibilita a imersão gradual no cenário educacional, auxiliando na construção de uma base sólida para a carreira docente.

No segundo estágio, dedicado ao ensino de biologia para o ensino médio, os licenciandos consolidam e ampliam ainda mais sua prática pedagógica. Este estágio é uma transição crucial, permitindo que os futuros professores atuem em um ambiente mais especializado e complexo, enfrentando os desafios específicos do ensino médio. Durante esse período, os licenciandos têm a oportunidade de aprofundar seus conhecimentos em biologia, adaptando-se às demandas do currículo e explorando metodologias mais avançadas. Esse estágio prolongado proporciona uma imersão profunda no universo do ensino médio, preparando os licenciandos para assumirem um papel ativo e efetivo na formação dos estudantes do ensino médio.

3 METODOLOGIA

O presente estudo consiste em pesquisa aplicada de caráter descritivo e exploratório que visa investigar a ansiedade de professores de Ciências Biológicas nos estágios finais da Universidade de Brasília e identificar os possíveis fatores que contribuem para que isso ocorra. Para tanto, foi realizado um estudo da literatura sobre o assunto a fim de mapear o conhecimento já existente e identificar possíveis lacunas, que subsidiaram a construção do instrumento de coleta de dados.

Na sequência, foi realizado um estudo empírico com estudantes do Curso de Ciências Biológicas da Universidade de Brasília, ocorrido em duas etapas: 1) por meio da aplicação do questionário construído para esse propósito e 2) entrevista semi-estruturada. O estudo se caracteriza por ser exploratório e descritivo, em que se empregou a pesquisa de modalidade mista, ou seja pesquisa quanti-qualitativa. Para a análise dos dados quantitativos foi utilizada a estatística descritiva e com os dados qualitativos das entrevistas foi utilizada a análise de conteúdo de Bardin.

3.1 PARTICIPANTES

Foram convidados a fazer parte do estudo alunos que fizeram ou estavam fazendo estágios supervisionados de Biologia ou Ciências. Os participantes foram recrutados por meio de convites na plataforma Teams, por meio de convites divulgados nos grupos de WhatsApp da Biologia e no Instagram do Centro Acadêmico de Biologia da Universidade de Brasília.

Foi adotado como critério de inclusão a seguinte medida: ser aluno da Universidade de Brasília no curso de Ciências Biológicas, de ambos os sexos, e estar cursando ou ter cursado recentemente um dos estágios supervisionados, podendo ser tanto de Ciências quanto de Biologia. Os critérios de exclusão foram a falta de acesso à internet e indisponibilidade para realizar ou completar o questionário.

3.2 INSTRUMENTOS UTILIZADOS

O levantamento dos dados foi realizado com uma amostra de estudantes que aceitaram participar da pesquisa, em que se utilizou um questionário sobre situações de ansiedade no exercício da docência, construído com base em informações obtidas do estudo da literatura. Os questionários foram disponibilizados através da plataforma Google Forms e continham 18 perguntas abertas e fechadas, permitindo que os participantes expressassem suas percepções e experiências em relação à ansiedade.

Das 18 questões no questionário, as duas primeiras questões foram voltadas para a coleta de dados sociodemográficos, tais como, nome, idade e gênero. É importante ressaltar que os dados dos alunos foram mantidos em sigilo, e por isso os nomes foram substituídos por letras. As perguntas 4, 5 e 6 eram abertas e abordavam a trajetória educacional e a experiência de graduação do entrevistado. O objetivo era proporcionar um ambiente confortável para que o entrevistado compartilhasse suas vivências e experiências. Já as perguntas 7 e 8 eram perguntas fechadas que utilizavam a escala Likert. Embora essa escala seja frequentemente usada para avaliação quantitativa, neste caso ela foi utilizada para verificar os níveis de ansiedade em relação ao ensino em situações específicas.

As perguntas de 9 a 12 e a pergunta 18 eram abertas e abordavam tanto a formação de professores quanto possíveis desencadeadores de ansiedade relacionados a essas questões. As perguntas de 13 a 16 seguiram a escala Likert. Por fim, as questões 17 e 18 eram de múltipla escolha e tinham o objetivo de identificar possíveis sintomas físicos e psíquicos relacionados ao transtorno de ansiedade que os alunos pudessem apresentar.

Além do questionário, os participantes foram convidados a participar de uma entrevista semi-estruturada com o intuito de aprofundar as questões que assinalavam para a vivência de episódios de ansiedade associados ao papel de docente em Biologia ou Ciências. Os tópicos abordados na entrevista foram a experiência geral do estágio na formação dos participantes, os principais desafios e situações estressantes durante o estágio, a autoavaliação da ansiedade dos participantes e seus sintomas, as fontes de ansiedade para os licenciandos, o apoio institucional e a supervisão durante o estágio em relação à ansiedade, o impacto da ansiedade na qualidade do trabalho como licenciandos, e a relação entre ansiedade e escolha da profissão docente. Essa abordagem mais aprofundada permitiu uma compreensão mais ampla dos fatores que contribuem para a ansiedade no contexto da formação docente em Biologia ou Ciências.

3.3 PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS

O estudo foi realizado no primeiro semestre de 2023. Após a divulgação da pesquisa e disponibilização do link de acesso ao questionário aos alunos, foram computadas as respostas. Ao final do preenchimento do questionário, os participantes também foram convidados a

participar da segunda etapa, caso tivessem interesse e disponibilidade em participar de entrevista com a pesquisadora, no intuito de aprofundar qualitativamente as informações obtidas no questionário, sempre com a garantia de preservar suas identidades. Os questionários foram aplicados para ambos os sexos, no intuito de abordar todas as visões e experiências. Ao adotar essas metodologias, procura-se ter compreensão mais profunda e esclarecedora sobre a ansiedade em licenciandos.

3.4 ANÁLISE DE DADOS

Os resultados quantitativos obtidos nos questionários foram tabulados e dispostos em gráficos para melhor visualização, tendo sido submetidos a análises de frequência simples, por meio de estatística descritiva. Para analisar os resultados qualitativos, utilizou-se a Análise de Conteúdo, seguindo a abordagem proposta por Bardin (1977), na qual se inicia com o processo da pré-análise e exploração do material, no qual todo o conteúdo da pesquisa foi lido e os temas e assuntos mais recorrentes no questionário foram listados. Em seguida, realizou-se a codificação, destacando os principais tópicos relacionados à pesquisa mencionados nas entrevistas.

Foram realizadas análises de conteúdo para identificar possíveis padrões nas respostas dos entrevistados, assim como as diferentes visões sobre cada assunto. Desta forma, os resultados serão apresentados de forma qualitativa, utilizando as informações obtidas em fontes secundárias, incluindo uma revisão bibliográfica feita através da leitura de artigos, monografias e livros sobre o assunto.

Durante a fase de qualificação das entrevistas, foram realizadas várias etapas para uma análise mais aprofundada dos dados coletados. Inicialmente, foi realizada a transcrição completa das entrevistas, garantindo a fidelidade na fala dos entrevistados. Em seguida, os dados foram categorizados e foram identificados os temas e tópicos relevantes que surgiram de cada entrevista, o que permitiu a organização em categorias principais ou temas, destacando os pontos-chave abordados pelos participantes. Em seguida, os dados foram organizados e classificados, atribuindo códigos ou rótulos a partes específicas da entrevista que estavam relacionadas aos temas ou tópicos identificados antes.

Essa etapa foi importante para facilitar a identificação e o agrupamento das informações relevantes durante a análise. Com os dados já organizados, foi possível fazer uma análise mais detalhada e qualitativa. Durante a análise, os dados codificados foram estudados e foram buscados padrões, diferenças e similaridades entre as respostas dos entrevistados. Foi adotada uma abordagem qualitativa, em que, de acordo com Gil (2002), busca-se observar a percepção dos alunos envolvidos no estágio supervisionado sobre ansiedade, para compreender essa percepção. A seguir serão apresentados os resultados e discussões da pesquisa

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O questionário foi respondido por 15 participantes, sendo 26,7% homens e 73,3% mulheres entre 22 a 28 anos. Destes, dois participantes aceitaram participar da etapa de entrevista. O questionário começa com perguntas sobre querer seguir a carreira de professor, de cujas respostas observou-se que os participantes do estudo tiveram opiniões diferentes: alguns disseram “sim”, pois acreditam na educação como meio de transformar a vida das pessoas, pela importância social do professor; e outros disseram “não”, sendo fatores como exaustão, desgaste físico e desvalorização profissional e demandas burocráticas uma queixa comum em várias respostas. Aqueles que pretendem seguir a docência justificaram suas respostas com base na identificação com a profissão e no preparo oferecido pela universidade para lidar com os desafios da sala de aula. Segundo Tostes (2018), os professores têm sido

sobrecarregados, recebem pouca valorização e são submetidos cada vez mais a contratos temporários, além de haver poucas oportunidades de emprego para os estudantes. Essas condições têm gerado graves problemas de saúde mental entre os professores, com o adoecimento psíquico sendo uma preocupação atual.

“Não. Estou muito desgastada fisicamente e emocionalmente. Não me vejo dando aulas por muitos anos, o cansaço é muito grande! As demandas burocráticas (prova, correção, diário, planejamento) nos sugam muito. (Aluna A)”

“Confesso que metade sim e metade não. Sinto medo pelo possível desgaste físico e mental. Mas também sinto muita vontade de seguir essa área pela paixão de ensinar e tudo que ela pode proporcionar na minha vida e na vida dos alunos (Aluno B)”

Em relação a como o entrevistado vê a profissão de professor na atualidade, obteve-se que esta profissão é vista como desafiadora, desgastante e muitas vezes difícil, mas também muitos a veem como importante e gratificante. Os participantes reconhecem a importância do professor na formação dos alunos para o desenvolvimento da sociedade. A grande maioria concorda que a profissão de professor é pouco valorizada e mal remunerada. Os participantes relataram a falta de reconhecimento no trabalho que é feito pelo professor. Muitos informaram sobre a necessidade de maior apoio financeiro e de valorização do seu trabalho por parte do governo. Paralelamente, foi informado também a importância da profissão de professor como fundamental para a sociedade.

Na pesquisa de Dias e Nascimento (2020), é destacado que trabalhar é importante para ter um sustento e se desenvolver pessoalmente. No entanto, más condições no ambiente laboral podem ter consequências negativas para a saúde e o bem-estar. Professores, por exemplo, frequentemente enfrentam problemas de salário, recursos inadequados, carga de trabalho excessiva e comportamento hostil de alunos. Essas circunstâncias também levam a sentimentos de baixa autoestima, impotência e desgaste emocional, sem contar a falta de reconhecimento.

Em se tratando de como tem sido a experiência com a docência, as respostas assinalaram que a experiência com a docência tem sido mista, com sentimentos de paixão e entusiasmo, mas também de cansaço e desgaste físico e mental. Alguns participantes expressaram sobrecarga e dificuldades financeiras ao conciliar a faculdade com a prática da docência.

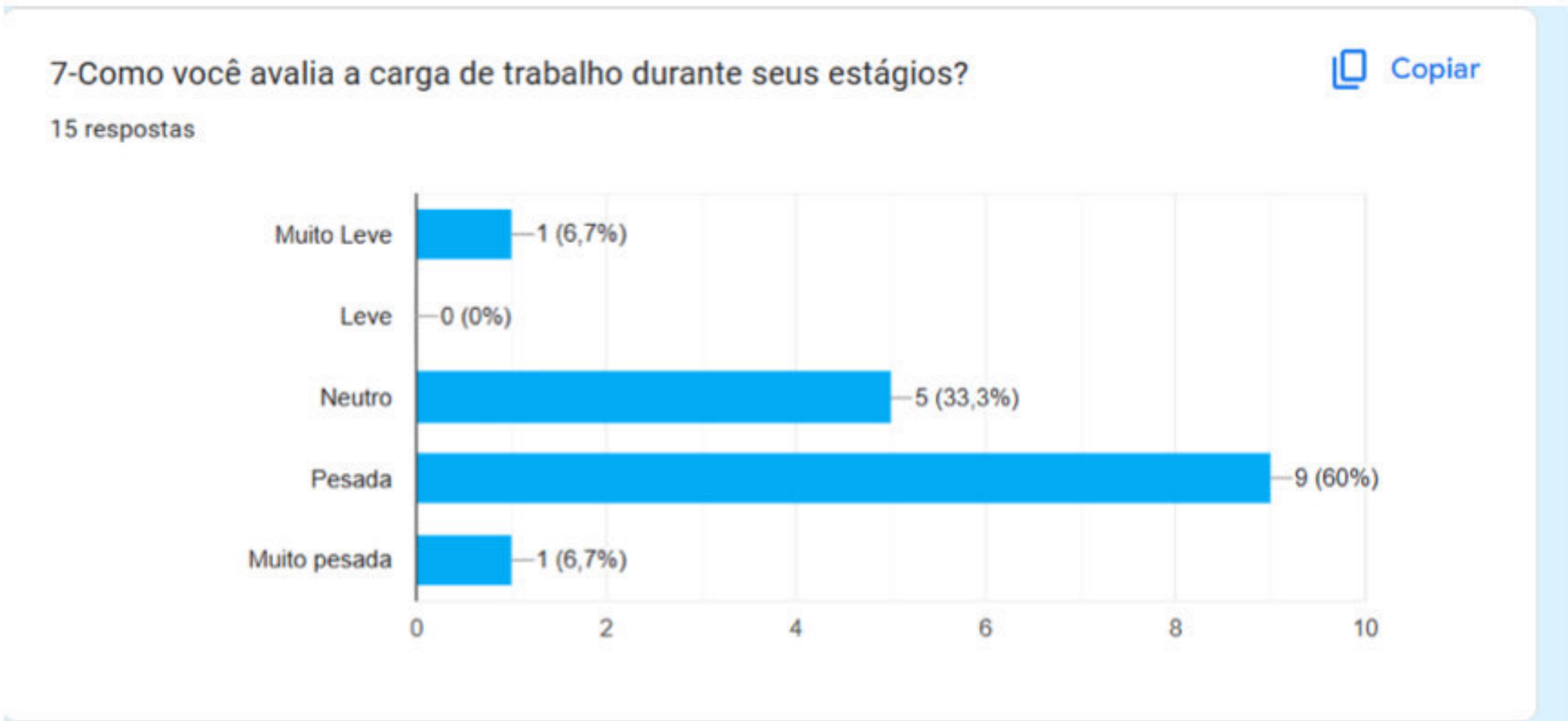
”Meu medo é não conseguir um emprego quando sair da faculdade, não quero ficar parada, isso me dá ansiedade” (Aluna C).

Os estágios e a residência pedagógica foram descritos como oportunidades de aprendizado e também de descoberta. Alguns participantes se sentiram mais seguros e identificados com a profissão após essas experiências. Segundo Marques (2018), no estágio, os estagiários, supervisores, orientadores de estágio e escolas podem se relacionar uns com os outros e aprender juntos. Essas ligações podem gerar um significativo processo de aprendizagem. Para alguns entrevistados, a qualidade da experiência com a docência foi influenciada pela escola, pela coordenação e direção, e pela postura dos professores

supervisores. As condições e o ambiente da escola tiveram impacto decisivo na forma como os participantes lidaram com a sala de aula.

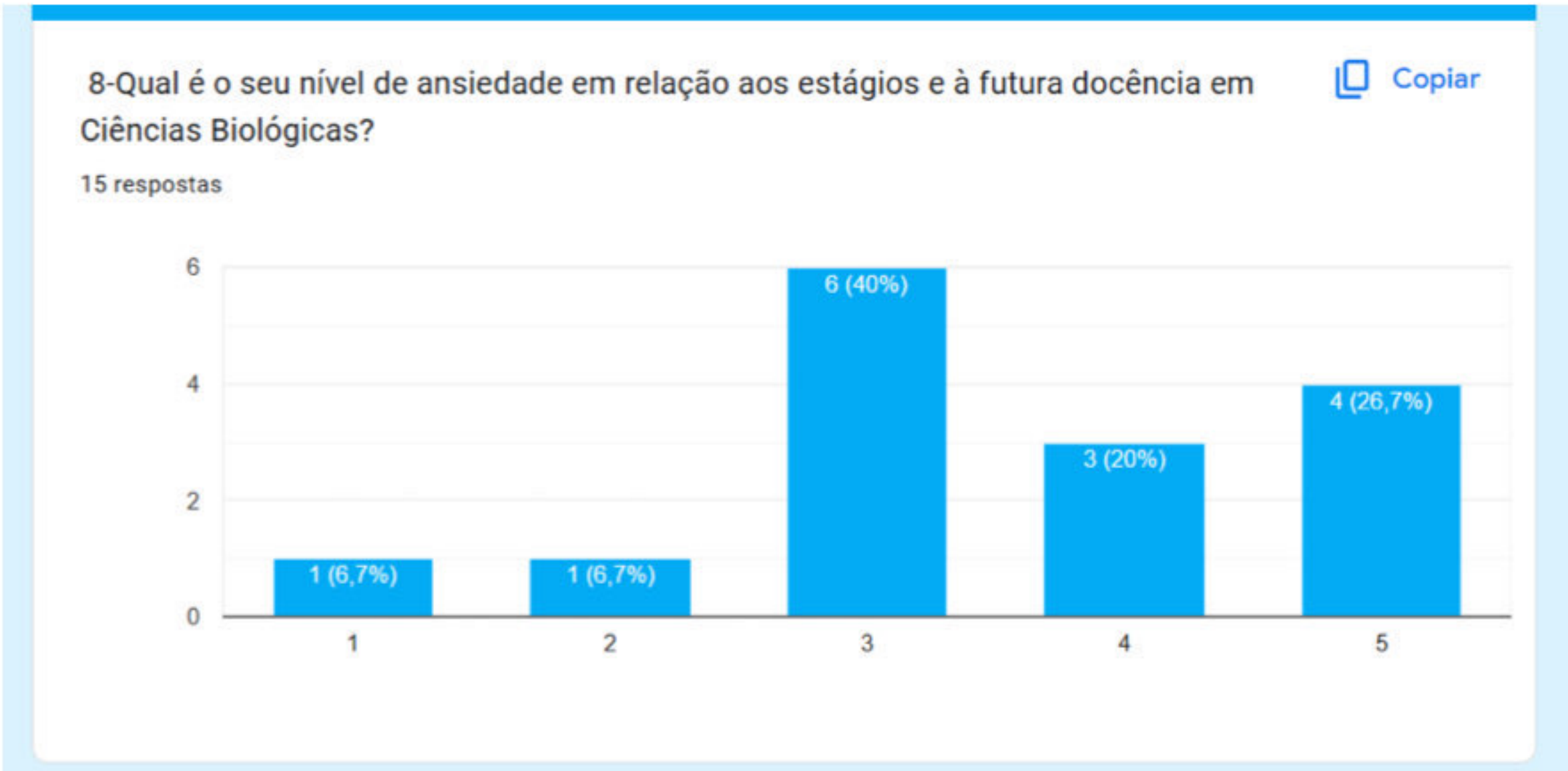
Em relação à realização dos estágios, estes permitiram a vivência da prática real da docência, indo além das simulações em sala de aula na faculdade. Os participantes perceberam a importância de utilizar ferramentas lúdicas e materiais diferenciados para despertar o interesse dos alunos, corroborando com o estudo de Marques (2018) que aponta a importância do estágio em contexto de ensino para a formação profissional de um estudante, pois permite que o estudante enfrente desafios e situações reais de ensino, além de ajudar no desenvolvimento de habilidades profissionais relacionadas à docência.

Figura 1 – carga horária dos estágios



A primeira pergunta objetiva foi a respeito de como o entrevistado avalia a questão da carga horária dos estágios, numa escala em que 1 representa “muito leve” e 5 representa “muito pesada”. Dos participantes, apenas 6,7% (uma pessoa) avaliaram a carga de trabalho como “muito leve”. A maioria dos participantes (60,0%, 9 pessoas) respondeu que a carga de trabalho era “pesada”, 6,7% (uma pessoa) afirmaram ser “muito pesada” e 33,3% (cinco pessoas) avaliaram como “neutro”. Nenhum participante assinalou que a carga de trabalho era “leve”. Podemos deduzir que há alguns licenciandos que percebem que conseguem administrar bem a sua carga horária. Esses resultados indicam que a pesquisa mostrou que a maioria dos pesquisados enfrentam questões desafiadoras, o que pode aumentar o nível de estresse e ansiedade associados à docência.

Figura 2 – Nível de ansiedade dos professores em relação aos estágios



No que refere ao nível de ansiedade dos licenciandos em Ciências Biológicas em relação aos estágios e à futura docência, 6,7% (uma pessoa) afirmaram um nível de “pouca ansiedade” (escala 1), já outros 6,7% (uma pessoa) responderam “alguma ansiedade” (escala 2). Esses resultados sugerem que uma pequena parcela dos licenciandos de biologia apresenta um baixo nível de ansiedade em relação aos estágios e à futura docência. A maioria dos participantes, 40%, (6 pessoas) respondeu que tem “um certo nível de ansiedade” (escala 3) em relação aos estágios e à futura docência. Uma porcentagem menor de participantes (20%, 3 pessoas) relatou “um nível moderado de ansiedade” (escala 4). Isso sugere que alguns licenciandos estão experimentando preocupação e apreensão mais acentuadas em relação aos estágios e à futura docência. Esses indivíduos podem estar enfrentando dúvidas e inseguranças adicionais em relação à sua capacidade de lidar com os desafios da profissão. Por último, 26,7% (4 pessoas) dos participantes indicaram “muita ansiedade” (escala 5) em relação aos estágios e à futura docência em Ciências Biológicas. Esse dado é alarmante, tendo em vista haver um número expressivo de estudantes afetados por altos níveis de ansiedade, possivelmente relacionado à pressão, expectativas e inseguranças pessoais em relação ao seu desempenho e ao futuro profissional.

Alguns participantes mencionaram a carga de regência e o desgaste emocional que acompanha a experiência da docência. Eles observaram a realidade das escolas, a falta de valorização dos professores pelo governo e a presença de professores contratados temporariamente. Outros participantes relataram que, apesar dos desafios, amam dar aula e valorizam a conexão com os alunos e o impacto que podem ter em suas vidas. No entanto, a falta de remuneração digna, a burocracia e a desvalorização profissional são fatores que influenciam seus planos futuros.

Em se tratando de quais são os principais medos ou preocupações associadas ao ato de lecionar Ciências Biológicas há o medo de transmitir conteúdo errado para os alunos, o que leva os participantes a revisar constantemente os conteúdos que serão lecionados, assim como há a preocupação em estar suficientemente atualizado, devido ao avanço contínuo das informações e descobertas científicas.

Outras respostas assinalaram receio de utilizar informações não confiáveis em sala de aula, considerando a quantidade de informações disponíveis atualmente e a necessidade de selecionar fontes confiáveis. Medo de não cumprir prazos, possivelmente relacionado às demandas e responsabilidades da profissão, medo de esgotamento e infelicidade, indicando preocupação com o bem-estar pessoal e a qualidade de vida na carreira docente da mesma forma, receio de não conseguir encontrar emprego após a faculdade, gerando ansiedade em relação à continuidade profissional. Preocupação com a baixa remuneração e a carga de trabalho, evidenciando questões financeiras e a exigência de horas extras.

Ansiedade prévia em relação à prática docente, mas um sentimento de maior tranquilidade e calma após vivenciar a prática. Medo de não saber transmitir e mediar o conhecimento dos alunos, indicando a preocupação em ser eficaz na comunicação e no ensino.

Receio de não conseguir responder às perguntas dos alunos, destacando a pressão de ter um conhecimento completo e abrangente da disciplina. Preocupação com a falta de valorização, salários baixos e muitas horas de trabalho, refletindo a percepção de pouca valorização da ciência e da profissão de professor no Brasil foi a maior causa de medos e ansiedades listadas.

“Pouca valorização, salários baixos, muitas horas de trabalho dentro e fora da escola, a ciência é muito pouco valorizada no Brasil” “Acredito que a remuneração é a maior preocupação de todas. Trabalhar tantas horas e receber um salário que muitas vezes não é suficiente e precisa de outras atividades para complementar o “salário”. “A baixa remuneração e a carga de trabalho”

No que diz respeito à questão do ambiente acadêmico ter influência na sua ansiedade em relação aos estágios e à futura docência, alguns participantes destacaram que o ambiente acadêmico é competitivo e exigente. Isso pode gerar ansiedade, uma vez que as cobranças são altas e não há distinção entre classe, cor ou gênero, fazendo com o que os mais vulneráveis sofram com essa questão. Além disso, a pressão em relação a outras disciplinas e a necessidade de cumprir prazos podem contribuir para a ansiedade.

De acordo com Marques (2018), os estagiários frequentemente passam por frustrações por esperarem um resultado ideal no estágio. É importante para o sucesso do estágio que o estagiário reflita sobre o que é feito na escola e em sala de aula e entenda como o professor vem agindo. A maneira de perceber o estágio e como o professor age influenciam na qualidade do trabalho desempenhado. Alguns alunos afirmaram ter dificuldade em lidar com as situações reais nas escolas, pois os conhecimentos acadêmicos na docência não são suficientes para se preparar para a realidade. Por isso, eles se sentem despreparados e com ansiedade ao ter que enfrentar os estágios. Por essa razão, alguns alunos mencionaram que ter mais oportunidades para vivenciar a prática docente ao longo da graduação, melhoraria o preparo para o estágio e reduziria a ansiedade.

A pressão dentro da universidade foi mencionada como um fator de influência na ansiedade. A cobrança de todos os lados, incluindo a necessidade de realizar estágios, elaborar um TCC e lidar com as disciplinas finais, pode ser desafiadora e difícil de conciliar, gerando ansiedade nos estudantes. Também é importante observar que nem todos os participantes sentiram a mesma influência do ambiente acadêmico na ansiedade em relação aos estágios e à futura docência. Alguns relataram que tiveram experiências positivas e acolhedoras na licenciatura, o que contribuiu para lidar melhor com críticas e não levar para o lado pessoal.

“Sim, a pressão dentro da universidade é imensa. Muita cobrança por todos os lados. Nesse final de curso temos que fazer estágio, TCC e as disciplinas finais, é muito difícil conciliar”(Aluno C) “Sim, sofri muito durante minha graduação e decidi que não iria seguir a profissão” (Aluno D)

Com relação a se a experiência prática durante os estágios pode ajudar a diminuir ou amenizar os medos e ansiedades em relação à docência em Ciências Biológicas foi abordado que experiência prática obtida durante os estágios de ensino pode ajudar a diminuir ou amenizar tanto as ansiedades quanto os medos em relação à docência em Ciências Biológicas. A participação ativa nos estágios promove confiança e segurança, pois ao lidar com os desafios reais da docência, é possível superar as inseguranças iniciais e melhorar habilidades como professor. Isso também ajuda na autocorreção e na diminuição da vergonha, auxiliando na superação do TAS que é um transtorno de ansiedade social que causa medo de situações sociais, como falar em público. Isso pode afetar o desempenho do professor, dificultando ou impedindo que ele se comunique bem com outras pessoas (WAGNER et al., 2022).

Da mesma forma, uma parte dos participantes respondeu que a experiência, quando ela é orientada positivamente, a prática durante os estágios, pode ajudar a diminuir medos e ansiedades presentes, o que dá aos alunos conhecimentos para um futuro trabalho de sucesso. A ajuda e a orientação dos professores e supervisores assumem um papel fundamental nesse processo, pois ajuda os estudantes a desenvolverem confiança. Além do mais, a troca de experiências entre os participantes durante os estágios é muito importante, pois possibilita o compartilhamento de experiências com colegas e professores, enriquecendo o conhecimento sobre situações reais de sala de aula e estratégias para lidar com elas, bem como traz o conforto

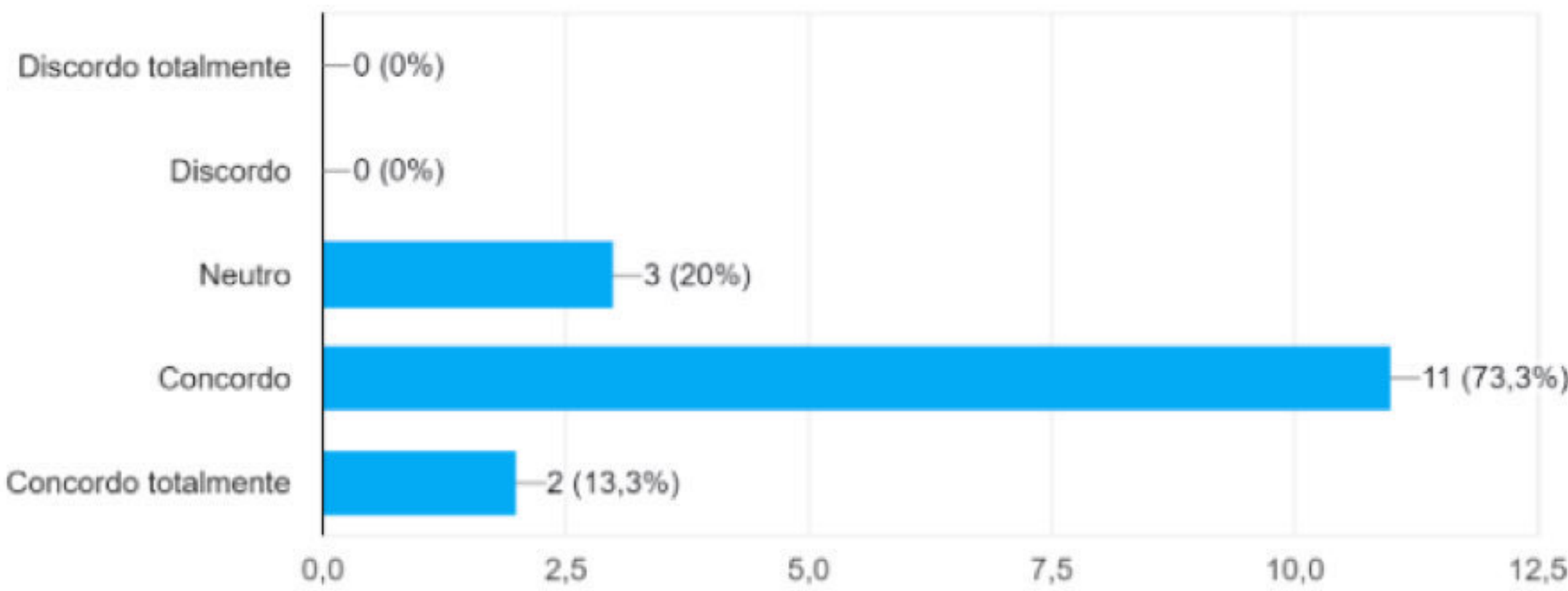
de não se sentir só em relação aos seus sentimentos. Esse compartilhamento de experiências aumenta o repertório de habilidades e ocasiona uma maior sensação de segurança para enfrentar desafios. Conforme Gomes e Junior (2020) destacam, o Estágio Curricular Supervisionado (ECS) permite que os estudantes estabeleçam uma conexão entre os conhecimentos teóricos e sua aplicação prática na sala de aula.

A experiência prática durante os estágios é dita como um momento importante no qual quem faz o estágio começa a se reconhecer como professor propriamente dito. Quando o estagiário entra em contato direto com os alunos, ele adquire uma compreensão mais realista dos desafios e ansiedades relacionados à docência, facilitando que o estagiário lide melhor com essas questões, o que corrobora com o estudo de Machado e Bierhalz (2019), que informa que o estágio é uma atividade importante para quem quer se tornar um professor. Ao fazer estágio, o aluno tem a oportunidade de vivenciar o que é realmente o trabalho da profissão escolhida, construindo experiências e compreendendo melhor o processo de formação em um ambiente seguro, tornando-o mais capacitado para o futuro.

Os sentimentos de insegurança, impotência e instabilidade são comuns no início de uma carreira. Para minimizar esses sentimentos, precisamos refletir e repensar as ações institucionais que nos ajudem a superar essas dificuldades (SANTOS, 2014). A maioria dos participantes concordou que a experiência prática dos estágios ajuda a preparar e a fornecer segurança para atuar em sala de aula. A oportunidade de dar aulas reais, sobretudo com a supervisão de um professor auxiliar, permite aos estagiários praticar e se familiarizar com a dinâmica da docência, reduzindo os medos e ansiedades associados.

Figura 3 – Apoio e orientação recebidos ao longo dos estágios.

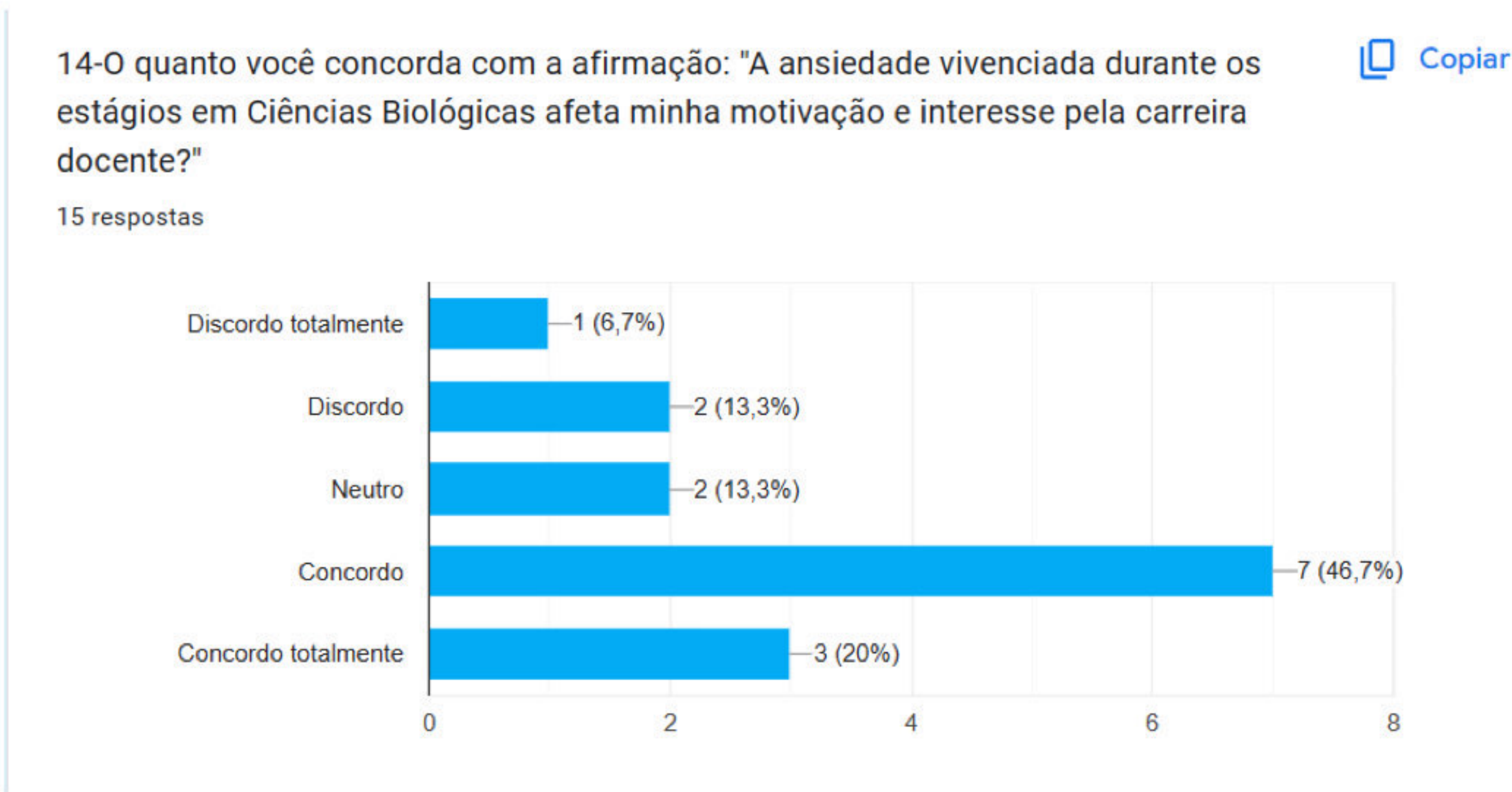
13-O quanto você concorda com a afirmação: "Recebi apoio e orientação adequados durante meus estágios em relação às demandas e desafios da docência em Ciências Biológicas?"
15 respostas



No que concerne ao apoio e orientação recebidos durante os estágios em relação às demandas e desafios da docência em Ciências Biológicas, nenhum participante indicou que “discorda totalmente” (0%) ou “discorda” (0%) da afirmação. Isso sugere que todos os participantes têm algum nível de concordância com o recebimento de apoio e orientação adequados durante seus estágios. A maioria dos participantes (73,3%, 11 pessoas) indicou que “concorda” com a afirmação. Isso sugere que uma parcela significativa dos licenciandos sentiu que recebeu apoio e orientação adequados em relação às demandas e desafios da docência em Ciências Biológicas durante seus estágios. Uma porcentagem de participantes (13%, duas pessoas) indicou que “concorda totalmente” com a afirmação. Isso sugere que alguns

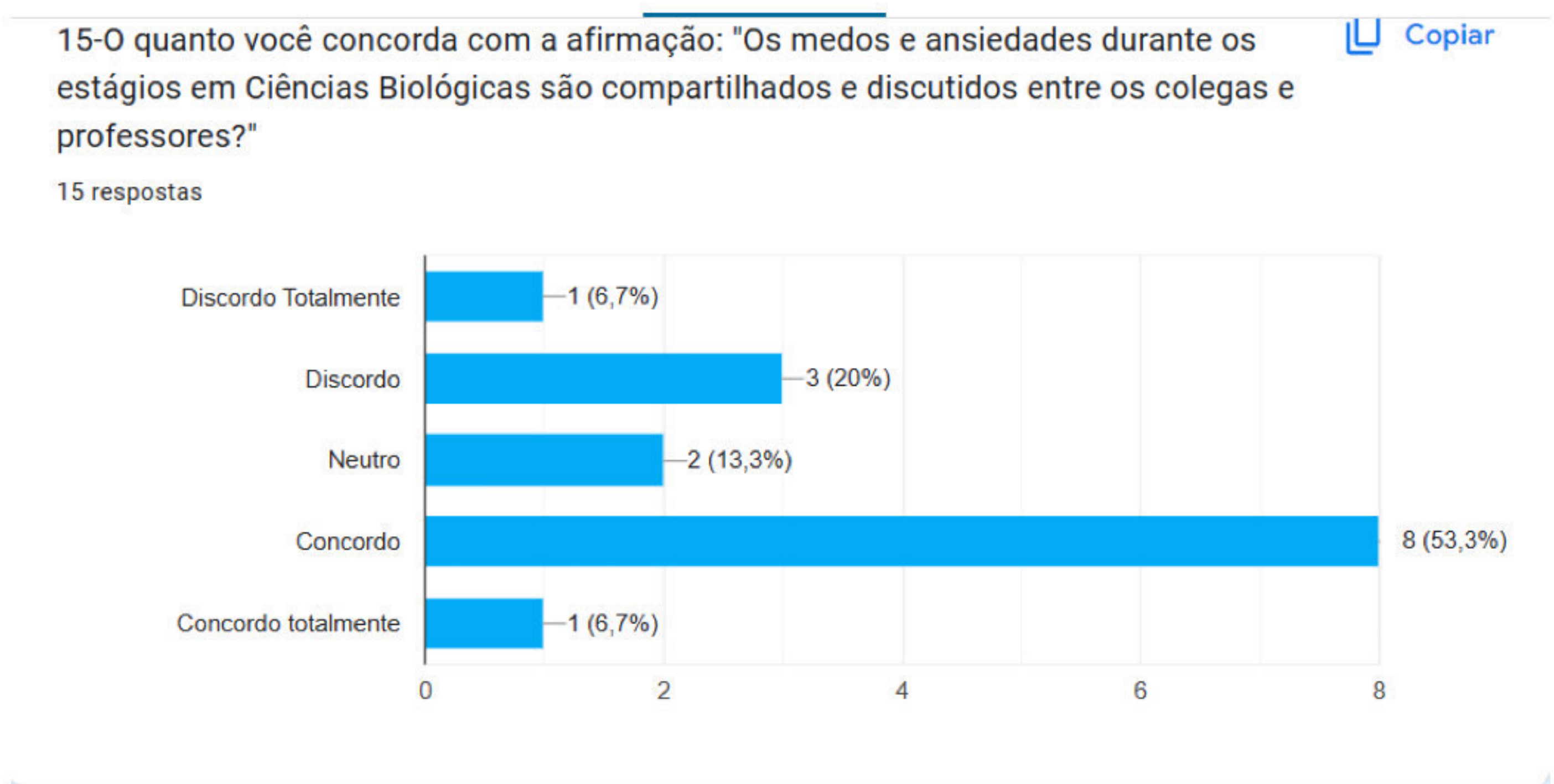
licenciandos em biologia sentiram um alto nível de apoio e orientação durante seus estágios em relação às demandas e desafios da docência em Ciências Biológicas. No entanto, uma proporção significativa de participantes (20%, 3 pessoas) respondeu “neutro” em relação à afirmação. Isso indica que alguns licenciandos em biologia não possuem uma opinião clara sobre o apoio e a orientação que receberam durante seus estágios em relação às demandas e desafios da docência em Ciências Biológicas. Esses indivíduos podem ter tido experiências variadas ou percebido que o apoio recebido não foi suficiente.

Figura 4 – influência da ansiedade vivenciada nos estágios.



A pergunta seguinte foi sobre a afirmação sobre a influência da ansiedade vivenciada durante os estágios em Ciências Biológicas na motivação e no interesse pela carreira docente. Uma pequena parte dos entrevistados (6,7%, uma pessoa) percebe que a ansiedade vivenciada durante os estágios em Ciências Biológicas afeta negativamente sua motivação e interesse pela carreira docente. Outra parte dos participantes (13,3%, duas pessoas) respondeu como “discorda”, o que mostra que eles não têm uma opinião clara ou não sabem sobre a influência da ansiedade em sua motivação e interesse pela carreira de professor. Cerca de metade dos participantes (46,7%, 7 pessoas) indicou que “concorda” com a afirmação; eles acreditam que a ansiedade vivida durante os estágios em Ciências Biológicas pode afetar sua motivação e interesse pela carreira docente. Isso demonstra que uma boa parte dos participantes sente que a ansiedade pode impactar negativamente sua empolgação em relação à carreira docente. Uma parte dos participantes (20%, 3 pessoas) afirmou “concordar totalmente”. O que pode indicar que alguns licenciandos percebem que a ansiedade vivenciada durante os estágios em Ciências Biológicas têm uma influência significativa e negativa em sua motivação e interesse pela docência. Esses resultados sugerem que a ansiedade vivenciada durante os estágios pode ter um impacto relativamente variado na motivação e no interesse pela carreira docente.

Figura 5 – Compartilhamento e discussão dos medos e ansiedades durante os estágios.



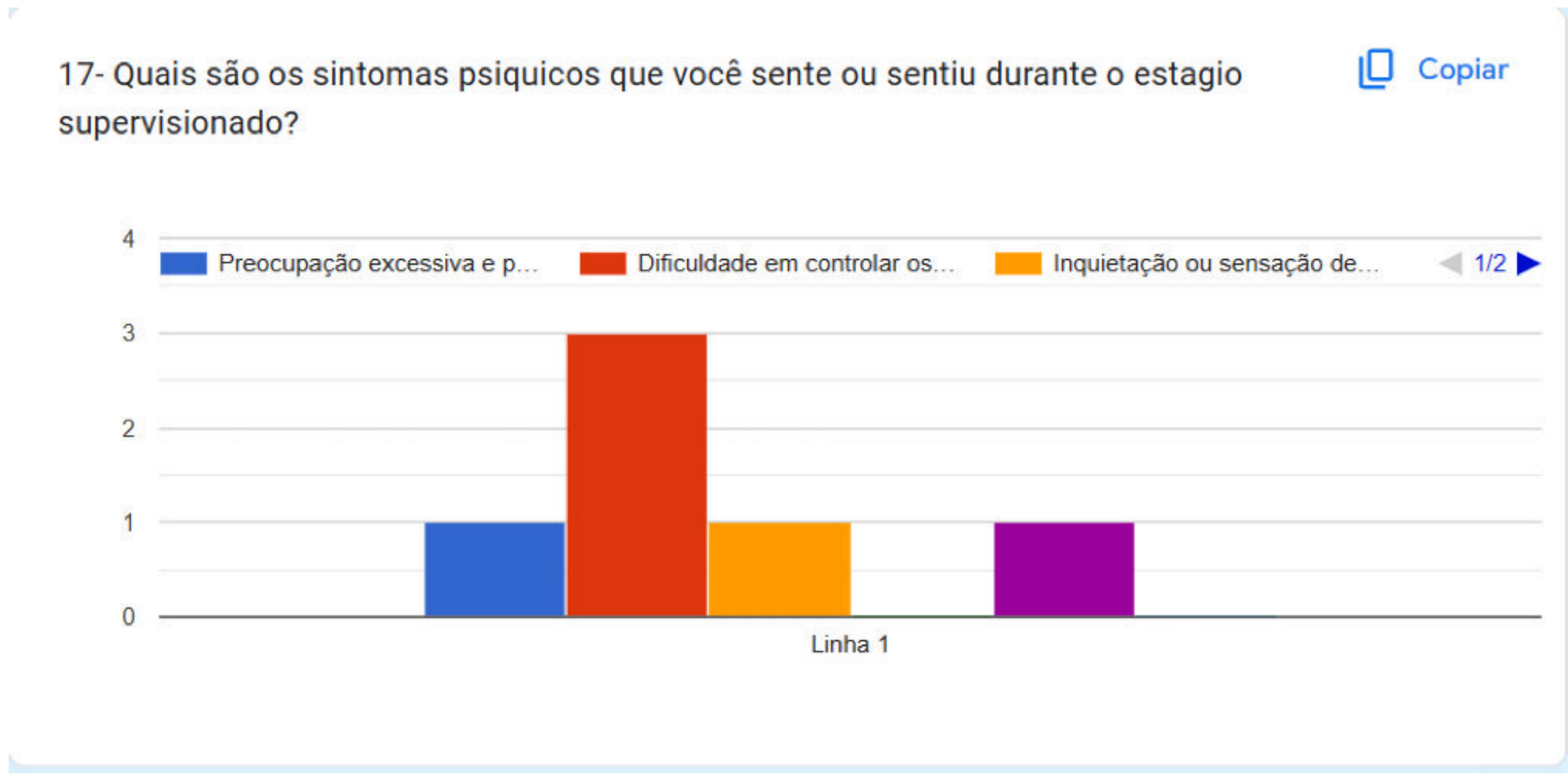
Em relação à afirmação sobre o compartilhamento e discussão dos medos e ansiedades durante os estágios em Ciências Biológicas entre colegas e professores, uma parcela minoritária dos participantes (6,7% uma pessoa) indicou que “discorda totalmente” da afirmação, ou seja, ele acredita que os medos e ansiedades durante os estágios não são compartilhados e discutidos entre colegas e professores. Já 20,4% (3 pessoas) afirmaram discordar da afirmação. Isso pode sugerir que alguns dos participantes não percebem um compartilhamento e discussão adequados dos medos e ansiedades durante os estágios em Ciências Biológicas. Outra parte dos participantes (13,3% duas pessoas) respondeu “neutro”, indicando que eles não têm uma opinião clara sobre o compartilhamento e discussão dos medos e ansiedades durante os estágios. Cerca de metade dos participantes (53,3% 8 pessoas) indicou que “concorda” com a afirmação, ou seja, eles acreditam que os medos e ansiedades durante os estágios em Ciências Biológicas são compartilhados e discutidos entre colegas e professores. Isso sugere que uma parcela significativa dos licenciandos percebe que existe um ambiente propício para expressar preocupações, receber apoio e discutir essas questões com seus colegas e professores. Uma parcela minoritária de participantes (6,7% uma pessoa) afirmou “concordar totalmente”. Isso indica que poucos licenciandos percebem um alto nível de compartilhamento e discussão dos medos e ansiedades durante os estágios em Ciências Biológicas. Esses resultados sugerem que há uma divisão de opiniões em relação ao compartilhamento e discussão dos medos e ansiedades durante os estágios em Ciências Biológicas entre os participantes do estudo.

Figura 6 – sintomas físicos da ansiedade



Para analisar os sintomas físicos da ansiedade em licenciandos de biologia durante o estágio supervisionado com base nas frequências relativas, observou-se que a sensação de aperto ou desconforto no peito foi o sintoma mais comum, mencionado por 31,25%. Esse sintoma pode ser relacionado à ansiedade, uma vez que a ansiedade pode manifestar-se fisicamente por meio de tensão muscular e sensações físicas desconfortáveis, incluindo o aperto no peito. Além disso, a dificuldade de concentração ou mente em branco foi mencionada por 18,75%, enquanto a irritabilidade ou nervosismo excessivo também foi mencionada por 18,75%. Esses sintomas também são comumente associados à ansiedade, pois refletem a dificuldade em focar, a sensação de inquietação e a resposta exagerada ao estresse. A sudorese excessiva e a respiração rápida ou falta de ar foram mencionadas por cada 12,5%. Esses sintomas também podem estar relacionados à ansiedade, já que a ansiedade pode levar a uma ativação do sistema nervoso simpático, que pode resultar em sudorese e alterações na respiração. As alterações de sono, como a insônia, foram mencionadas por 6,25%. Embora a relação entre a insônia e a ansiedade seja complexa, a ansiedade pode contribuir para a dificuldade em adormecer ou manter um sono tranquilo.

Figura 7 – Sintomas psíquicos da ansiedade



Analisando os resultados da questão sobre os sintomas psíquicos que os licenciandos de biologia sentiram durante o estágio supervisionado, temos os seguintes dados: podemos observar que a dificuldade em controlar pensamentos ansiosos foi o sintoma psíquico mais comumente mencionado pelos licenciandos de biologia durante o estágio supervisionado, com aproximadamente 60% das respostas. Em seguida, tanto a preocupação excessiva e persistente quanto a dificuldade em tomar decisões foram mencionadas com a mesma frequência, em torno de 20%. A inquietação e o sentimento de desamparo e a sensação de estar ligado o tempo todo não foram mencionados por nenhum dos participantes. Esse dado sugere que a dificuldade em controlar pensamentos ansiosos é um sintoma psíquico relevante e comum entre os licenciandos de biologia durante o estágio supervisionado. Essa dificuldade pode estar associada à ruminação excessiva, em que os pensamentos ansiosos se repetem de forma persistente e interferem no bem-estar emocional e no desempenho profissional.

Na pergunta 18, foi perguntado sobre quais estratégias os estudantes usavam para amenizar os sintomas de ansiedade, foram obtidas as seguintes respostas, alguns participantes falaram sobre a busca por atividades físicas e a conversa com amigos como formas para se acalmar, já outros relataram sobre a importância de lembrar que é natural sentir ansiedade em sua primeira experiência em sala de aula, adotando técnicas de respiração e se preparando adequadamente para se sentir seguro diante dos alunos. Além disso, algumas respostas apontaram para a busca de ajuda profissional, como terapia e acompanhamento psicológico, como uma opção para enfrentar a ansiedade. Outros participantes mencionaram a realização de atividades relaxantes, como ouvir música, caminhar e a prática de leituras.

Essas respostas mostram uma variedade de estratégias para lidar com os sintomas de ansiedade. Essas abordagens incluem tanto ações de autocuidado, como atividade física e relaxamento, quanto o apoio emocional, seja por meio de conversas com amigos ou pelo acompanhamento de profissionais de saúde mental. Esses resultados mostram a importância de dar o suporte emocional e recursos práticos aos futuros professores, objetivando ajudá-los a lidar com a ansiedade durante a formação e a própria prática docente, essas respostas indicam também a importância em abordar questões de saúde mental a fim de promover estratégias de enfrentamento adequadas para os desafios enfrentados no contexto educacional.

4.1 Experiências de estágio: Desafios e Impacto Emocional

Pela análise das duas entrevistas realizadas, observou-se que os estágios foram descritos como experiências desafiadoras e geradoras de ansiedade. Os entrevistados demonstraram medo e ansiedade de enfrentar a sala de aula pela primeira vez, principalmente com medo de falar em público e lidar com situações inesperadas. Foram citados exemplos como ter que lidar com a prisão de um aluno com quem a estagiária já havia desenvolvido afinidade durante o estágio, ou enfrentar brigas entre alunos em sala de aula sem o suporte do professor, que deveria estar em sala de aula. Esses relatos mostram a complexidade e o impacto emocional envolvidos na formação de professores e ressaltam a necessidade de suporte adequado durante essa fase crucial.

“O professor da escola simplesmente me largou para dar aula e foi isso, sem nenhuma orientação do professor da escola e isso me gerou muita ansiedade, me senti muito despreparada para lidar com uma sala de aula sozinha e ter essa experiência de não ter o professor da escola do lado me deu muitos gatilhos de ansiedade, fiquei morrendo de medo, inclusive eu tive que lidar com uma briga em sala de aula e eu simplesmente não sabia o que fazer, saí correndo de sala de aula, depois chorei muito” (Aluna E).

4.2 Fatores Ansiogênicos e Desafios na Formação de Professores

Foi verificado que os alunos destacaram fatores ansiogênicos importantes para a profissão do professor. Tanto a demanda de trabalho alta, baixa remuneração como o desgaste físico e mental foram mencionados como fontes de ansiedade que não estão relacionadas diretamente ao estágio, mas que fazem parte das preocupações do licenciandos. Em relação ao estágio em si, a falta de orientação, o abandono por parte dos professores das escolas e a vivência de situações difíceis em sala de aula foram apontados como desencadeadores de ansiedade durante essa etapa. Foi mencionado a absorção dos problemas dos alunos e a falta de preparação para lidar com questões emocionais deles como desafios na carreira docente. Esses resultados mostram a importância de uma abordagem mais abrangente na formação de professores, que fale não somente sobre o conteúdo acadêmico, mas também as habilidades socioemocionais e o suporte necessário para lidar com os desafios da profissão.

Segundo Machado, Dos Santos e Da Silva (2020), o cotidiano de trabalho dos professores é cheio de desafios e tem um grande impacto na formação deles. É necessário ter conhecimento técnico, expressão afetiva, paciência, coragem e determinação para superar as dificuldades e criar um vínculo com seus alunos. Estes esforços podem, por vezes, gerar sofrimento e impactos na saúde dos professores, mas ao mesmo tempo é uma oportunidade para desenvolver suas habilidades profissionais e se reconhecer como tal.

“Se o estágio tivesse uma estrutura diferente me pouparia de muito do que eu passei, a falta de interesse do professor da escola em ajudar o aluno que está estagiando enfraquece o propósito do estágio que é aprender, isso foi muito estressante para mim” (Aluna E).

“Muitas vezes, a graduação não te ensina essas coisas, e isso me gerou muitos gatilhos porque eu absorvia muito o problema dos alunos e para mim foi muito difícil não absorver, a situação de dar aula em escolas públicas e em regiões periféricas agravou demais a situação porque eu recebia muitas histórias de alunos em situações de vulnerabilidade, de insegurança, situações sociais difíceis e quando estamos estudando as matérias na licenciatura aprendemos como dar a aula de forma didática mas a gente não lembra que estamos lidando com outro ser humano que está lidando com muitas questões pessoais fora da escola e que o professor também têm que lidar com isso” (Aluna D).

4.3 Necessidade de Abordagem Abrangente na Formação de Professores

Os participantes falaram sobre a importância de abordar a realidade do professor de forma mais ampla durante a formação. Eles ressaltaram que além do domínio do conteúdo e das habilidades didáticas, é fundamental oferecer suporte emocional e acolhimento tanto por parte dos professores como das instituições de ensino. Os entrevistados destacaram a necessidade de preparar os futuros professores não apenas tecnicamente, mas também emocionalmente levando em consideração os possíveis desafios que os alunos podem passar, abrindo espaço para a discussão sobre as demandas enfrentadas na profissão. Isso pode contribuir para uma preparação mais eficaz, permitindo que o futuro professor possa lidar de forma mais efetiva com a complexidade de seguir a carreira docente.

Segundo Dias e Nascimento (2020), o reconhecimento e a valorização da profissão são fatores que influenciam a atratividade dos professores e o motivo para que eles permaneçam fazendo este trabalho. Contudo, a falta de prestígio social para a profissão docente é um dos grandes desafios que ela precisa superar. A identidade docente não se resume a aprender técnicas. Ela envolve o desenvolvimento pessoal e profissional, crenças, influências sociais e a responsabilidade para a função social. O processo é permanente e está conectado à cultura e às demandas de cada sociedade. A baixa valorização do professor em relação ao trabalho que desempenha pode fazer com que ele sinta frustração e impotência. E isso afeta sua saúde, motivação e desempenho.

A experiência dentro da sala de aula durante os estágios finais da licenciatura está intrinsecamente ligada ao contexto do professor que conduz as atividades. A afinidade e identificação dos licenciandos com o professor que ministra a matéria podem ter um impacto significativo em sua decisão de seguir ou não a docência. No relato da aluna E, a falta de orientação e suporte do professor da escola durante o estágio gerou ansiedade e insegurança, levando-a a sentir-se despreparada para lidar com as situações inesperadas em sala de aula. A ausência de um mentor afetivo e a falta de acolhimento em momentos de dificuldade podem influenciar negativamente a percepção do licenciando sobre a profissão docente.

A importância da relação professor-aluno também se estende à absorção dos problemas dos alunos, como mencionado pela aluna D. A falta de preparação para lidar com questões emocionais dos estudantes, somada à experiência em escolas públicas e regiões periféricas, intensificou os desafios emocionais dos licenciandos. Diferentes abordagens e expressões afetivas por parte dos professores que conduzem os estágios podem moldar a experiência dos licenciandos, influenciando não apenas suas habilidades técnicas, mas também a compreensão da complexidade humana envolvida na carreira docente. Portanto, a identificação e afeição ao professor que orienta os estágios desempenham um papel crucial na formação integral dos futuros educadores.

5 CONCLUSÕES

A profissão do professor é de fato intrigante, desafiadora, trabalhosa, mas também é muitas vezes gratificante. É uma profissão essencial para a formação do indivíduo e para o futuro de uma nação. Durante a graduação em Ciências Biológicas para licenciatura, o aluno experimenta uma miríade de sentimentos e emoções que podem favorecer ou prejudicar o desejo pela docência.

A pesquisa realizada informou aspectos relevantes no contexto da formação de professores em Ciências Biológicas, aspectos como, carga horária, ansiedade, apoio psicológico e amparo dos professores no momento prático dos estágios, assim como a visão dos futuros professores a respeito da docência no Brasil, o que efetivamente impacta na decisão de ser professor.

No que diz respeito à carga horária dos estágios, os alunos em sua maioria informaram que a consideram pesada, o que muitas vezes estava relacionado à grande demanda de atividades que a faculdade pede que o aluno realize, sendo um desafio para o aluno conciliar todas as atividades propostas, podendo ocasionar sintomas de ansiedade e afetar a saúde dos futuros professores.

Em relação ao apoio fornecido pelos professores e orientadores no momento dos estágios,

a maior parte dos participantes afirmou ter recebido o apoio necessário, contudo uma parte se manteve neutra em relação a isso, o que nos leva a refletir sobre a necessidade de um maior suporte por parte dos professores, com o intuito de incentivar os alunos à docência e também a mitigar os efeitos dos medos e ansiedades presentes nesse momento que é importante na decisão da docência.

No que se refere à discussão e compartilhamento dos medos e ansiedades vividos durante os estágios, averiguou-se que há uma divisão de pensamentos: enquanto uns acreditam que isso é compartilhado, outros já pensam que essas questões não são conversadas. É importante que em sala de aula haja um ambiente favorável para a troca de experiências e vivências para que ocorram esclarecimentos necessários e que o aluno encontre uma rede de apoio para que não se sinta tão ansioso com os estágios e com a docência que está por vir.

No que diz respeito à ansiedade, este estudo indicou que os alunos apresentam um nível considerável de ansiedade em relação aos estágios e em relação à futura docência, principalmente pela desvalorização da profissão do professor e da ciência, pelas demandas burocráticas, e pelo desgaste físico e emocional por parte dos professores. É nítido que a profissão do professor hoje é desafiadora e desgastante, o que pode afetar a saúde mental dos professores, conforme os estudos de Batista et al. (2013), Colares (2015), Cortez (2017), Dias e Nascimento (2020). Contudo, nota-se que os alunos também enxergam a profissão como gratificante e acreditam de verdade no poder transformador que a educação possui, por isso querem seguir sua paixão pela docência.

A análise dos sintomas físicos e psíquicos de ansiedade relatadas pelos participantes do questionário, mostra que eles já experimentaram diversos sintomas do transtorno de ansiedade, tais como dificuldade de concentração, dor no peito, irritabilidade, alterações no sono e no humor, além de sudorese excessiva.

As respostas abertas dos participantes permitiu a análise sobre uma variedade de opiniões a respeito da docência, seus medos e ansiedades com o que está por vir. Os resultados desta pesquisa reforçam a necessidade de um apoio emocional e prático aos futuros professores, não somente em seus estágios, mas também no desenvolvimento de suas carreiras, tendo em vista que a profissão de professor é uma das profissões em que se encontram um dos maiores registros de transtornos mentais como ansiedade e depressão. Nota-se também a importância em falar sobre a valorização e reconhecimento dos professores.

Ao realizar este trabalho, inicialmente imaginei que os alunos teriam mais ansiedades relacionadas à realização dos estágios, ao ato de lecionar e estar em sala de aula. No entanto, os resultados obtidos revelaram que as principais causas de ansiedade estão mais ligadas às condições de trabalho do professor e ao reconhecimento dessa profissão, do que ao próprio estágio em si.

devido ao questionário ter sido aplicado no final do semestre, quando a maioria dos alunos já havia passado pelos estágios. É possível que, se eu tivesse aplicado no início do semestre, as respostas fossem um pouco diferentes em relação às emoções que rodeiam a vida do aluno que vai para a sala de aula pela primeira vez.

No entanto, mesmo com essa diferença em relação às expectativas iniciais, considero que este trabalho foi extremamente válido. Os resultados obtidos são importantes e devem ser debatidos, pois refletem diretamente nas decisões dos estudantes em relação à docência. As condições de trabalho dos professores e o reconhecimento da profissão são questões essenciais que afetam diretamente a motivação, o engajamento e o bem-estar dos profissionais da educação.

Por fim, apesar de termos observado uma visão mais voltada para o futuro da carreira docente, ao invés das ansiedades específicas relacionadas aos estágios, os resultados deste trabalho relatam a necessidade de promover mudanças e discussões sobre as condições de

trabalho dos professores e o valor atribuído à profissão. Essas questões são muito importantes para atrair e manter profissionais qualificados no campo da educação, garantindo assim uma educação de qualidade para todos e continuação de uma das profissões mais belas de todas que é a do professor.

A pesquisa realizada oferece tópicos importantes no contexto da formação de professores, abordando assuntos relevantes, como a valorização do professor, as condições de trabalho, a carga horária e sua relação com a ansiedade, um aspecto que está presente na vida de muitas pessoas na atualidade. Os resultados mostram a necessidade de discussão e compartilhamento das emoções vivenciadas durante os estágios, assim como o suporte fornecido pela instituição de ensino e pelos professores. Além disso, a importância de discutir a valorização e o reconhecimento dos professores, pois esses fatores desempenham um papel crucial na decisão pela docência.

Como sugestões para pesquisas futuras, seria interessante explorar a relação entre a formação dos professores, o reconhecimento da profissão e o bem-estar dos profissionais, fazendo então uma relação de como esses fatores afetam a satisfação no trabalho e a permanência nele. Além disso, é interessante examinar estratégias e abordagens pedagógicas que possam ajudar os alunos em formação em biologia para serem professores a lidar com a ansiedade e desenvolver habilidades para enfrentá-la para a prática docente.

6 BIBLIOGRAFIA

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al. **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Artmed Editora, 2014.

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo* Lisboa: Edições 70, 1977.

BATISTA, Jaqueline Brito Vidal; CARLOTTO, Mary Sandra; MOREIRA, Marco Antonio. Depressão como causa de afastamento do trabalho: um estudo com professores do ensino fundamental. **Psico**, v. 44, n. 2, p. 11, 2013.

COLARES, M. C.; LOPES, A. da S.; FILHO, V. C. B.; BAVARESCO, A.; SCHERER, F. C. INDICADORES DE QUALIDADE DE VIDA EM PROFESSORES: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DE ESTUDOS DESCRITIVOS. **Pensar a Prática, Goiânia**, v. 18, n. 3, 2015. DOI: 10.5216/rpp.v18i3.32128. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/32128>. Acesso em: 4 maio. 2023.

CORTEZ, Pedro Afonso et al. A saúde docente no trabalho: apontamentos a partir da literatura recente. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 25, p. 113-122, 2017.

CROCQ, Marc-Antoine. A history of anxiety: from Hippocrates to DSM. **Dialogues in clinical neuroscience**, 2015.

DEFFAVERI, Maiko; MÉA, Cristina Pilla Della; FERREIRA, Vinícius Renato Thomé. Sintomas de ansiedade e estresse em professores de educação básica. **Cadernos de Pesquisa**, v. 50, p. 813-827, 2020.

DIAS, Marina Abreu; NASCIMENTO, Ruben de Oliveira. Autoestima do professor, satisfação/insatisfação profissional e valorização/desvalorização docente. **Perspectivas em Diálogo: revista de educação e sociedade**, v. 7, n. 15, p. 74-93, 2020.

CASTRO, Juliana Viana Rodrigues. ANSIEDADE, UM DOS PROBLEMAS DO

SECULO XXI.

FREITAS, Ronilson Ferreira et al. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, p. 283-292, 2021.

FREITAS, Geisa Rodrigues de; CALAIS, Sandra Leal; CARDOSO, Hugo Ferrari. Estresse, ansiedade e qualidade de vida em professores: efeitos do relaxamento progressivo. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 22, p. 319-326, 2018.

FROTA, Ilgner Justa et al. Transtornos de ansiedade: histórico, aspectos clínicos e classificações atuais. **Journal of Health & Biological Sciences**, v. 10, n. 1, p. 1-8, 2022.

GOMES, Aline Resende et al. Diálogos necessários: neurociência, emoções e a formação inicial de professores. **Revista iberoamericana de educación**, 2018.

GOMES, Aline Resende; JUNIOR, Pedro Donizete Colombo. Investigando as emoções de licenciandos em situação de estágio curricular supervisionado. **Educação, Ciência e Cultura**, v. 25, n. 3, p. 165-181, 2020.

GOMES, Valdete Aparecida Fernandes Moutinho; NUNES, Célia Maria Fernandes; PÁDUA, Karla Cunha. Condições de trabalho e valorização docente: um diálogo com professoras do ensino fundamental I. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**, v. 100, p. 277-296, 2019.

MACHADO, Leda Goularte; BIERHALZ, Crisna Daniela Krause. Implicações do estágio supervisionado na formação do professor de Ciências. **RELACult-Revista Latino-Americana de Estudos em Cultura e Sociedade**, v. 5, 2019.

MACHADO, Glaé Corrêa; DOS SANTOS, Andréia Mendes; DA SILVA, Renata Santos. Trabalho docente: reflexões sobre a saúde e o sofrimento psíquico do professor. **Revista Prâksis**, v. 1, p. 16-30, 2020.

MARQUES, Youry Souza et al. O papel do estágio curricular supervisionado na formação docente na área de ciências naturais: concepções dos estagiários quanto à prática de ensino. 2018.

PANIAGO, R. N.; SARMENTO, T. J.; DA ROCHA, S. A. O Estágio Curricular Supervisionado e o Programa Brasileiro de Iniciação à Docência: Convergências, tensões e contributos. **Revista Portuguesa de Educação**, [S. l.], v. 30, n. 2, p. 33–58, 2017. DOI: 10.21814/rpe.10228. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/rpe/article/view/10228>. Acesso em: 02 jun. 2023.

PEREIRA, Rafael Mendes et al. Reflexologia podal na síndrome de burnout, ansiedade e estresse de professores. **Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa**, v. 35, n. 69, p. 118-134, 2019.

OLIVEIRA, Nathalia Dória; ARAÚJO, Allyson Carvalho de; OLIVEIRA, Marcio Romeu Ribas de. Formação de professores no ensino remoto: relato da docência assistida. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 44, 2022.

Organização Mundial da Saúde . (2017). Depressão e outros transtornos mentais comuns: estimativas globais de saúde. Organização Mundial de Saúde. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/254610>

SANTOS, Claudineide Lima Irmã. Professor iniciante aprender a ensinar: sentimentos e emoções no início da docência. 2014.

SADOCK, Benjamin J.; SADOCK, Virginia A.; RUIZ, Pedro. **Compêndio de Psiquiatria-: Ciência do Comportamento e Psiquiatria Clínica**. Artmed Editora, 2016.

SILVA, Camila Fernandes; MORAES, Karolaine Stela Siqueira; CANOVA, Fernando Bicocchi. 5. Ansiedade no âmbito educacional: avaliação de professores da rede pública de São Paulo. **Revista Científica UMC**, v. 5, n. 1, 2020.

SILVA, THAIS RODRIGUES; CARVALHO, ELIANE ALICRIM. Depressão em professores universitários: uma revisão da literatura brasileira. **Uningá Review**, v. 28, n. 1, 2016.

SILVA, D. M. S. da .; PEDREIRA, A. J. . Expectativas e medos de professores em formação: o papel do estágio supervisionado de ensino. **Ensino em Re-Vista**, [S. l.], v. 27, n. 1, p. 118–137, 2020. DOI: 10.14393/ER-v27n1a2020-5. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/emrevista/article/view/52749>. Acesso em: 22 maio. 2023.

TOSTES, Maiza Vaz et al. Sofrimento mental de professores do ensino público. *Saúde em Debate*, v. 42, p. 87-99, 2018.

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA. Campus Darcy Ribeiro Projeto Político Pedagógico (PPC) do Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas. Disponível em: https://arquivos.unb.br/arquivos/202118807064f92195408c6114489a955/PPC_licenciatura_versao_16_06. Acesso em, em 04 jun 2023

VIVEIRO, Alessandra Aparecida; CAMPOS, Luciana Maria Lunardi. Formação inicial de professores de ciências: reflexões a partir das abordagens das estratégias de ensino e aprendizagem em um curso de licenciatura. **Alexandria**, p. 221-249, 2014. WAGNER, T. F.; HECK, C.; DALBOSCO, S. N. P.; DE OLIVEIRA, C. R.; WAGNER, M. F. Ansiedade social e comorbidades em professores do ensino superior. *Revista Psicologia e Saúde*, [S. l.], v. 13, n. 4, p. 3–13, 2022. DOI: 10.20435/pssa.v13i4.1163. Disponível em: <https://pssa.ucdb.br/pssa/article/view/1163>. Acesso em: 07 jun. 2023.

WAGNER, Marcia Fortes et al. Empatía, síntomas de depresión, ansiedad y estrés en profesores de educación superior. **Revista da SPAGESP**, v. 20, n. 2, p. 55-67, 2019.

ANEXOS

Questionário sobre ansiedade.

Caro(a) participante,

Seja bem-vindo(a) ao questionário sobre ansiedade em professores em formação! Gostaria de convidá-lo(a) a compartilhar suas experiências e percepções sobre o transtorno de ansiedade no contexto da formação de professores de Ciências Biológicas na Universidade de Brasília.

É importante avisar que os dados coletados neste questionário são confidenciais e serão tratados de forma anônima. Nenhuma informação será divulgada que possa identificá-lo(a) individualmente. A sua participação é fundamental para que possamos compreender melhor os principais fatores que contribuem para o desenvolvimento desse transtorno.

O questionário é breve e foi elaborado de maneira a permitir que você se sinta à vontade para compartilhar suas experiências no processo de formação docente. Quero conhecer as suas perspectivas, desafios e conquistas, buscando identificar como tem sido o seu percurso no campo da docência.

Desde já, aqui vai meu muito obrigada pelo seu tempo e pela sua disposição em compartilhar suas experiências. Vamos iniciar o questionário!

Atenciosamente,
Camille de Carvalho e Mello.

*** Indica uma pergunta obrigatória**

1. 1- Qual é seu nome? *

2. 2- Qual é a sua idade? *

3. 3- Qual é seu gênero? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Masculino
- ☐ Feminino
- ☐ Prefiro não dizer

4. 4-Você sente vontade de seguir a profissão de Professor? Por que? *

5. 5-Como você enxerga a profissão de professor atualmente? *

6. 6 -Descreva brevemente como tem sido a sua experiência com a docência (pode *
relatar como foi ou está sendo seu estágio e sua experiência com as escolas).

7. 7-Como você avalia a carga de trabalho durante seus estágios? *

Marque todas que se aplicam.

- ☐ Muito Leve
- ☐ Leve
- ☐ Neutro
- ☐ Pesada
- ☐ Muito pesada

Questionário sobre ansiedade.

8. 1- Qual é seu nome? *

9. 2-Qual é a sua idade? *

10. 3- Qual é seu gênero? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Masculino
- ☐ Feminino
- ☐ Prefiro não dizer

11. 4-Você sente vontade de seguir a profissão de Professor? Por que? *

12. 5-Como você enxerga a profissão de professor atualmente? *

13. 6 -Descreva brevemente como tem sido a sua experiência com a docência (pode *
relatar como foi ou está sendo seu estágio e sua experiência com as escolas).

14. 7-Como você avalia a carga de trabalho durante seus estágios? *

Marque todas que se aplicam.

- ☐ Muito Leve
- ☐ Leve
- ☐ Neutro
- ☐ Pesada
- ☐ Muito pesada

Seção sem título

15. 8-Qual é o seu nível de ansiedade em relação aos estágios e à futura docência *
em Ciências Biológicas?

Marcar apenas uma oval.

12345

nenlmuita ansiedade

16. 9-Quais são os principais medos ou preocupações que você associa ao ato de lecionar Ciências Biológicas? *

17. 10-Você sente que o ambiente acadêmico tem influência na sua ansiedade em relação aos estágios e à futura docência? Por quê? *

18. 11-Você acredita que os estágios têm influência no seu desejo de se tornar professor de Ciências Biológicas? Por quê? *

19. 12-Você acredita que a experiência prática durante os estágios pode ajudar a diminuir ou amenizar os medos e ansiedades em relação à docência em Ciências Biológicas? Porquê? *

20. 13-O quanto você concorda com a afirmação: "Recebi apoio e orientação adequados durante meus estágios em relação às demandas e desafios da docência em Ciências Biológicas?" *

Marque todas que se aplicam.

- ☐ Discordo totalmente
☐ Discordo
☐ Neutro
☐ Concordo
☐ Concordo totalmente

21. 14-O quanto você concorda com a afirmação: "A ansiedade vivenciada durante os estágios em Ciências Biológicas afeta minha motivação e interesse pela carreira docente?" *

Marque todas que se aplicam.

- ☐ Discordo totalmente
☐ Discordo
☐ Neutro
☐ Concordo
☐ Concordo totalmente

22. 15-O quanto você concorda com a afirmação: "Os medos e ansiedades durante os estágios em Ciências Biológicas são compartilhados e discutidos entre os colegas e professores?" *

Marque todas que se aplicam.

- ☐ Discordo Totalmente
☐ Discordo
☐ Neutro
☐ Concordo
☐ Concordo totalmente

23. 16-Quais são os sintomas físicos que você sente ou sentiu durante o estagio supervisionado?

Marcar apenas uma oval por linha.

	Coluna 1
Sudorese excessiva	☐
Respiração rápida ou falta de ar	☐
Sensação de aperto ou desconforto no peito	☐
Alterações no sono, como insônia	☐
Dificuldade de concentração ou mente em branco	☐
Irritabilidade ou nervosismo excessivo	☐
nenhum desses	☐

24. 17- Quais são os sintomas psíquicos que você sente ou sentiu durante o estagio supervisionado?

Marcar apenas uma oval por linha.

	Preocupação excessiva e persistente	Dificuldade em controlar os pensamentos ansiosos	Inquietação ou sensação de estar "ligado" o tempo todo	Sentimentos de desesperança ou desamparo	Dificuldade em tomar decisões	nenhum
Linha 1	☐	☐	☐	☐	☐	☐

25. 18- Se você sentiu algum desses sintomas, o que fez ou faz para tentar amenizá-los? *

Seção sem título

26. 8-Qual é o seu nível de ansiedade em relação aos estágios e à futura docência em Ciências Biológicas? *

Marcar apenas uma oval.

12345

nenl☐|☐|☐|☐|☐muita ansiedade

27. 9-Quais são os principais medos ou preocupações que você associa ao ato de lecionar Ciências Biológicas? *

28. 10-Você sente que o ambiente acadêmico tem influência na sua ansiedade em relação aos estágios e à futura docência? Por quê? *

29. 11-Você acredita que os estágios têm influência no seu desejo de se tornar professor de Ciências Biológicas? Por quê? *

30. 12-Você acredita que a experiência prática durante os estágios pode ajudar a diminuir ou amenizar os medos e ansiedades em relação à docência em Ciências Biológicas? Porquê? *

31. 13-O quanto você concorda com a afirmação: "Recebi apoio e orientação adequados durante meus estágios em relação às demandas e desafios da docência em Ciências Biológicas?" *

Marque todas que se aplicam.

- ☐ Discordo totalmente
☐ Discordo
☐ Neutro
☐ Concordo
☐ Concordo totalmente

32. 14-O quanto você concorda com a afirmação: "A ansiedade vivenciada durante os estágios em Ciências Biológicas afeta minha motivação e interesse pela carreira docente?" *

Marque todas que se aplicam.

- ☐ Discordo totalmente
☐ Discordo
☐ Neutro
☐ Concordo
☐ Concordo totalmente

33. 15-O quanto você concorda com a afirmação: "Os medos e ansiedades durante os estágios em Ciências Biológicas são compartilhados e discutidos entre os colegas e professores?" *

Marque todas que se aplicam.

- ☐ Discordo Totalmente
☐ Discordo
☐ Neutro
☐ Concordo
☐ Concordo totalmente

34. 16-Quais são os sintomas físicos que você sente ou sentiu durante o estagio supervisionado?

Marcar apenas uma oval por linha.

	Coluna 1
Sudorese excessiva	☐
Respiração rápida ou falta de ar	☐
Sensação de aperto ou desconforto no peito	☐
Alterações no sono, como insônia	☐
Dificuldade de concentração ou mente em branco	☐
Irritabilidade ou nervosismo excessivo	☐
nenhum desses	☐

35. 17- Quais são os sintomas psíquicos que você sente ou sentiu durante o estagio supervisionado?

Marcar apenas uma oval por linha.

	Preocupação excessiva e persistente	Dificuldade em controlar os pensamentos ansiosos	Inquietação ou sensação de estar "ligado" o tempo todo	Sentimentos de desesperança ou desamparo	Dificuldade em tomar decisões	nenhum
Linha 1	☐	☐	☐	☐	☐	☐

36. 18- Se você sentiu algum desses sintomas, o que fez ou faz para tentar amenizá-los? *

Este conteúdo não foi criado nem aprovado pelo Google.

Google Formulários

