



UNIVERSIDADE FEDERAL DO DELTA DO PARNAÍBA – UFDPAR

CURSO DE PSICOLOGIA

BACHARELADO EM PSICOLOGIA – FORMAÇÃO DE PSICÓLOGO

**Ansiedade frente a avaliação de estudantes pré-ENEM: Contribuições da Psicologia**

Tallys Natan Feitosa Lira

Parnaíba – PI

2024

UNIVERSIDADE FEDERAL DO DELTA DO PARNAÍBA – UFDPAR

CURSO DE PSICOLOGIA

BACHARELADO EM PSICOLOGIA – FORMAÇÃO DE PSICÓLOGO

**Ansiedade frente a avaliação de estudantes pré-ENEM: Contribuições da Psicologia**

**Tallys Natan Feitosa Lira, *Graduando***

**Ricardo Neves Couto, *Orientador***

**Parnaíba – PI**

**2024**

TALLYS NATAN FEITOSA LIRA

**Ansiedade frente a avaliação de estudantes pré-ENEM: Contribuições da Psicologia**

Projeto apresentado ao curso de graduação em  
Psicologia da Universidade Federal do Delta  
Do Parnaíba (UFDPAr), como um dos requisitos  
Para aprovação na disciplina Trabalho de  
Conclusão de Curso II.  
Orientador: Prof. Dr. Ricardo Neves Couto

**Parnaíba - PI**

**2024**

## Sumário

<b>1 INTRODUÇÃO</b>	<b>6</b>
<b>2 REFERÊNCIAL TEÓRICO</b>	<b>7</b>
<b>2.1 Período do estudante: Contextualização</b>	<b>7</b>
<b>2.2 Os tipos de ansiedade e sua relação com a avaliação</b>	<b>8</b>
<b>2.3 Relação com a psicologia</b>	<b>9</b>
<b>2.4 Atuações e possibilidades da psicologia: Áreas e abordagens</b>	<b>10</b>
<b>3 MÉTODO</b>	<b>13</b>
<b>3.1- Participantes</b>	<b>13</b>
<b>3.2 - Instrumentos</b>	<b>13</b>
<b>3.3- Procedimentos</b>	<b>14</b>
<b>3.4 - Análise dos dados</b>	<b>15</b>
<b>4 RESULTADOS</b>	<b>15</b>
<b>Tabela 1- Descritivas dos itens da Escala Cognitive Test Anxiety Scale – (CTAS)</b>	<b>15</b>
<b>Tabela 2-Correlatos da ansiedade frente ao exame</b>	<b>16</b>
<b>Tabela 3- Análises de Regressão Hierárquica dos preditores da procrastinação acadêmica.</b>	
<b>5 DISCUSSÕES</b>	<b>18</b>
<b>6 REFERÊNCIAS</b>	<b>23</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>27</b>
<b>ANEXO A – Termo De Consentimento Livre E Esclarecido - TCLE</b>	<b>27</b>
<b>ANEXO B - Escala Cognitive Test Anxiety Scale – (CTAS)</b>	<b>30</b>
<b>ANEXO C – Escala de Autoestima de Rosenberg</b>	<b>32</b>
<b>ANEXO D - Questionário Sociodemográfico</b>	<b>32</b>
<b>ANEXO E- Termo de Compromisso de Utilização de Dados (TCUD)</b>	<b>34</b>
<b>ANEXO F – Carta De Encaminhamento</b>	<b>36</b>
<b>ANEXO G – TERMO DE AUTORIZAÇÃO</b>	<b>37</b>
<b>ANEXO H – Orçamento</b>	<b>38</b>
<b>ANEXO I – Termo De Assentimento Livre E Esclarecido - TALE</b>	<b>38</b>
<b>ANEXO J - Cronograma</b>	<b>41</b>
<b>ANEXO K – Parecer aprovado pelo CEP</b>	<b>42</b>

## **RESUMO**

A ansiedade é um sinal de alerta diante de uma ameaça desconhecida e conflituosa, em que indica um perigo iminente, entretanto, quando essa reação hormonal é excessiva e desproporcional ao risco real, passa-se de ansiedade fisiológica para ansiedade patológica. Esse sentimento tem se tornado comum no ambiente acadêmico principalmente em situações em que esses alunos são avaliados com provas e seminários. E é nessa etapa da vida em que é realizado o Exame Nacional do Ensino Médio, que atualmente, é a porta de entrada para o ensino superior e tem se tornado um evento ansiogênico para os alunos que se preparam durante um ano para a prova. O presente trabalho traz como problemática: qual a relação entre a ansiedade frente a avaliação e aspectos da preparação para o Exame Nacional do verificar a relação entre ansiedade em avaliações e aspectos vivenciados por estudantes na preparação para o ENEM Ensino Médio (ENEM) e tem como objetivo (e.g., pressão externa e interna, apoio familiar e medo do futuro). Tem como método amostra por conveniência (não-probabilística) realizada com 114 estudantes do terceiro ano do ensino médio que irão fazer o Enem 2023. E teve como resultado o construto da ansiedade frente ao ENEM apresentou relação significativa e negativa com autoestima e bom aluno ou seja, quanto menos percepção de uma autoestima e menos percepção de si como bom aluno, mais sintomatologias de ansiedade pré ENEM. Com a pressão familiar pela aprovação e medo do futuro as relações foram estatisticamente positivas, ou seja, quanto mais percebem pressão familiar e mais apresentam medo do futuro, mais sintomatologias de ansiedade. Na discussão com outros autores se observou relação entre o sexo feminino e masculino na pontuação sobre o construto da ansiedade, as mulheres demonstraram um maior nível desse sentimento do que os homens.

**Palavras-chaves:** Ansiedade; Avaliação; ENEM.

# 1 INTRODUÇÃO

A ansiedade é um sentimento que em alguns níveis sua expressão é considerada normal, porém quando nos preocupamos excessivamente com um resultado incerto, essa situação tende a nos causar ansiedade e esse sentimento pode se tornar contraproducente (Gillihan, 2020). Na tríade cognitiva, a ansiedade é expressa num círculo vicioso ao qual os pensamentos, comportamentos e sensações físicas interagem e pode fazer com que o indivíduo que apresente esses sintomas se sinta aprisionado (Hofmann, 2022).

Ferreira et al., (2018) afirmam que mais do que em qualquer outra época da vida, é na adolescência que a ansiedade aparece mais intensidade. Com isso, ao direcionar os estudos para os estudantes, observa-se que, dentro do contexto escolar, a situação que mais deflagra essas reações está associada com as avaliações. As manifestações decorrentes dessa perturbação podem surgir no momento crucial de uma prova, um dia ou uma semana antes, ou desde o momento em que se sabe da necessidade de realizá-la.

Por ano, milhões de estudantes se preparam para a principal porta de entrada para um curso superior, o Exame Nacional do Ensino médio - ENEM. Segundo o INEP (2023), foram registrados 4,6 milhões de inscritos para a edição de 2023. Os meses que antecedem a prova é marcado por muito estudo, mas também por altos picos de ansiedade. Weiss (2010) fala que situações malconduzidas nesse processo podem gerar e exacerbar a condição de ansiedade dos alunos que ultrapassando o nível comum de ansiedade acarreta prejuízos nessa preparação, podendo chegar ao nível patológico.

A saúde mental apresenta uma latente necessidade de políticas pública, pois, segundo a Organização Mundial da Saúde (2023), o Brasil é o país ao qual a população é a mais ansiosa do mundo. Com isso, observa-se a necessidade de estudos que procuram entender e intervir nos contextos em que essa emoção se manifesta de forma mais incisiva, sendo a escola um ambiente com alto grau ansiogênico.

Além do mais, o tema em questão corrobora com a essência da psicologia como uma área das ciências humanas que transita nos mais diversos contextos da sociedade, sendo esse

mais especificamente, a saúde mental e o desempenho escolar das pessoas frente avaliações. Diante disso, os estudos sobre a ansiedade frente a avaliações geram conhecimentos que confirmam que o desempenho escolar é afetado por esse sentimento, afetando a sociedade em geral com alunos emocionalmente ansiosos e conseqüentemente abrangendo essa ansiedade para outros aspectos da vida (Ferreira et al, 2018).

Com isso, o presente trabalho traz como problemática: qual a relação entre a ansiedade frente a avaliação e aspectos da preparação para o Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM)? E tem como objetivo verificar a relação entre ansiedade em avaliações e aspectos vivenciados por estudantes na preparação para o ENEM (e.g., pressão externa e interna, apoio familiar e medo do futuro). Especificamente, identificar a contribuição de variáveis sociodemográficas, a fim de comparar escores quanto ao sexo, idade, tipo de escola, grupos que buscaram ou não ajuda psicológica etc.

## **2 REFERÊNCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Período do estudante: Contextualização**

A adolescência corresponde a fase do desenvolvimento quando Erikson (1976) entende como etapa de transição no qual não se é mais criança. Mas, não se tem o status de adulto, ao qual ele chamou de uma “moratória social”, um compasso de espera que a sociedade oferece a seus membros jovens, enquanto se preparam para exercer os papéis de adultos.

Dentre esses papéis de adultos está a escolha profissional, que parte do ingresso ao ensino superior, ao qual Casado (2018) pontua que os adolescentes são estimulados por uma cultura de competitividade ao qual lutam por uma vaga no mercado profissional. Nesse contexto, são submetidos à altas cargas de estudos e a pressão escolar e familiar por resultados expressivos.

A porta de entrada para se posicionar no mercado de trabalho parte da escolha da graduação por meio do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) que foi instituído em 1998, com objetivo de avaliar o desempenho escolar dos estudantes ao término da educação básica e em 2009, o exame aperfeiçoou sua metodologia e passou a utilizar como mecanismo de acesso à educação superior (INEP, 2023). Essa ferramenta de seleção dos candidatos é realizada uma vez ao ano no país inteiro que se inscrevem para concorrer a uma vaga (Andriola, 2011).

Segundo Eugênio (2020), o volume de informações e conhecimento que os alunos que se preparam para o Enem recebem, os levam a passar por uma carga exaustiva de estudo para que passe na prova. Há também a necessidade de escolher um curso, o medo da reprovação que aliados à sua imaturidade nas tomadas de decisões, são conflitos que permeiam a vida desses adolescentes sendo esse momento conveniente para o aparecimento de transtornos que envolvem a saúde mental, sendo a ansiedade e suas variáveis as mais recorrentes.

## **2.2 Os tipos de ansiedade e sua relação com a avaliação**

A ansiedade é definida por Sadock et al (2017) como um sinal de alerta diante de uma ameaça desconhecida e conflituosa, em que indica um perigo iminente, e isso incita o organismo a reagir e o capacita para a melhor resposta. Entretanto, quando essa reação hormonal é excessiva e desproporcional ao risco real, passa-se de ansiedade fisiológica para ansiedade patológica.

Existe ainda os tipos de ansiedade que se diferenciam por algumas características, como o Transtorno de Ansiedade de Separação que segundo o DSM-5-TR (2022) é o medo ou ansiedade excessivos em relação à separação do lar ou das figuras de apego que excede o que pode ser esperado dado o nível de desenvolvimento do indivíduo. Existe também a ansiedade relacionada a fobia social que segundo Vesco e Bortolotti (2022), compromete o



desempenho acadêmico, social e ocupacional com a evitação de situações que necessitam de uma exposição ou interação social.

Já o Transtorno de Ansiedade generalizada (TAG) é quando a ansiedade passa a ser patológica e as preocupações excessivas. Segundo o DSM-5-TR (2022), ela interfere significativamente no funcionamento psicossocial do indivíduo e apresenta sintomas como: inquietação, tensão muscular, distúrbio do sono e dificuldade de concentração aparecendo muitas vezes associado ao mal desempenho frente avaliações, por ser característica desse transtorno o esquecimento do conteúdo estudado na hora da prova.

A ansiedade em situação de avaliação de qualquer desempenho, como em outras situações, é um estado emocional de apreensão ou tensão diante da ocorrência ou possibilidade de ocorrência de um determinado evento. Esse estado envolve componentes respondentes, como a taquicardia, operantes motores como impedir ou postergar o evento e operantes verbais (Araújo e Borloti, 2016).

Karinos e Laros (2014) na aplicação de duas escalas para correlacionar a ansiedade em situações de provas constataram que a vivência de ansiedade em situações de avaliações está relacionada muito mais à pré-disposição do estudante, ou seja, a um traço do que às circunstâncias contextuais. Sendo provável a vivência dessa emoção de maneira mais forte também ocorra em outras situações.

Além do mais, Andrade., et al (2001) traz que vários estudos na literatura demonstram a forte relação existente entre o construto da ansiedade e construto da depressão. Embora sejam distintos, Fioravanti., et al (2006) pontua que eles se expressam fenomenologicamente de forma muito semelhante, por isso as correlações significativas. Seja qual for o tipo de ansiedade, segundo Schonhofen et al (2020) ela comumente se intensifica no contexto das pressões, demandas e estresses da vida diária principalmente frente a avaliações importantes para aquele indivíduo, como o Enem.

### **2.3 Relação com a psicologia**

A relação da psicologia com o ambiente acadêmico remonta o início da profissão no Brasil, na década de 60, com o viés de ajustamento ao qual cabia ao psicólogo adequar aquele

aluno a instituição de ensino. Tanamachi (2000) fala que só na década de 1990 é que a grande diversidade do trabalho do psicólogo educacional escolar, para além dos muros da escola, trouxe reflexões mais críticas acerca da formação e atuação desse profissional onde a compreensão do desenvolvimento humano de não apenas trabalhar as dificuldades de aprendizagem e comportamento, mas que perpassam ambientes mais amplos do contexto educacional.

Atualmente cabe ao psicólogo educacional escolar a função de contribuir, junto com educadores, Guzzo et al (2010) fala que para promoção da aprendizagem e do desenvolvimento das crianças, a partir de uma perspectiva mais integral do sujeito do que vem enfatizando a escola. Ou seja, além do desenvolvimento cognitivo, deve-se promover o desenvolvimento emocional, social e motor por meio de intervenção com as crianças, suas famílias e comunidade.

A ansiedade no contexto escolar surge em algumas situações, segundo Ferreira et al (2018) as mais comuns são os momentos que antecedem a realização de provas ou depois de receberem uma nota muito ruim. Por meio da identificação das situações que levam à ansiedade, constatou-se que existem provas específicas que produzem essas reações ansiosas, o que facilita na programação da prevenção, pois os alunos sabem a maioria das vezes em qual dia e momento o problema pode ocorrer.

As disciplinas da área de exatas são as mais associadas como surgimento da ansiedade, Carmo e Simionato (2012) usam o termo “ansiedade a número” ou “ansiedade matemática” para nomear a ansiedade específica ao uso e aplicação de cálculos e outras relações numéricas. Além do mais, essa ansiedade se agrava quando o aluno sente a falta de apoio de colegas, familiares e da própria instituição que não direcionam um olhar interventivo a saúde mental dos estudantes.

#### **2.4 Atuações e possibilidades da psicologia: Áreas e abordagens**

A psicologia como uma ciência que transita entre o ambiente acadêmico e o funcionamento da saúde mental dos indivíduos é de extrema importância no processo de preparação para avaliações. Segundo José (2011) que nem sempre quem estuda muito obtém

êxito, ao longo da preparação para avaliações importantes observa-se frequentemente a falta de preparo emocional e saber controlar a ansiedade é fundamental para a aprovação.

A ansiedade é uma emoção que ajuda na antecipação do perigo e na capacidade de olhar para a frente e pensar em situações futuras. Segundo Asbahr., et al (2017) em uma intensidade razoável, tem papel de prevenção e proteção frente a inúmeras situações em nossas vidas (em situações de perigo real, de emergência e que podem incluir risco de morte, por exemplo). No entanto, quando se torna excessiva, extrema ou irracional, ela pode rapidamente se transformar de adaptativa em disfuncional.

Silva et al., (2019) acredita que pessoas que não sabem lidar com essa emoção tenham dificuldades na preparação para provas importantes, como o Enem, por vários fatores, como por exemplo, a diminuição da concentração, a tensão e o receio de não ser aprovado. Segundo Beck (2013) a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) mostra-se como uma abordagem baseada em evidências com relevância na redução desses fatores negativos, pois auxilia no fortalecimento dos pensamentos funcionais, favorecendo o controle da ansiedade e fortalecendo os pensamentos funcionais favorecendo o controle da ansiedade e potencializando os recursos internos.

Uma das intervenções possíveis é a reestruturação cognitiva, que visa auxiliar o paciente a identificar os pensamentos distorcidos e avaliar outros pensamentos mais funcionais e objetivos tidos como pensamentos alternativos. Beck (2013) mostra que a TCC pode proporcionar ferramentas para as modificações desses pensamentos automáticos.

Algumas técnicas podem auxiliar o aluno com ansiedade frente a avaliação, Michel J. Dugas e Melisa Robichaud (2009), acreditam que a ansiedade de maneira geral é a intolerância a incerteza a situações hipotéticas, que não ocorreram e que as vezes nunca ocorreram, e situações correntes, que são questões reais e latentes na vida naquela pessoa. No caso de alunos com ansiedade frente a avaliações a sua ansiedade é em relação a situações correntes, a qual o evento ansiogênico vai ocorrer.

No livro Tratamento Cognitivo-Comportamental Para Transtorno de Ansiedade Generalizada (2009) os autores trazem que a incerteza é algo que todos os indivíduos têm,

porém na pessoa ansiosa essa incerteza se potencializa e o indivíduo surge com pensamentos a todo momento de (E se.?). O psicólogo nesse caso, deve trabalhar com o aluno o seu aumento a tolerância a incerteza, já que a certeza é algo muito difícil e improvável de qualquer pessoa ter. Além de também conseguir acessar esses pensamentos automáticos que reforçam crenças nucleares, sendo as mais comuns encontrados nesses alunos as crenças de desvalor (“Não sou bom o suficiente”, “não vou conseguir passar nessa prova”).

Essas crenças limitam e direcionam o aluno a comportamentos disfuncionais como paralisar, pânico, esquecimento e outros que os prejudicam na hora da avaliação. A técnica de mindfulness pode ser encontrada em Leahy (2011), e consiste na prática de sair dos nossos pensamentos, ingressando no momento presente, observando e aceitando sem comentários, interpretações ou julgamentos.

Segundo Vandenberghe e Valadão (2013) o terapeuta convida o paciente conectar-se com sua vivência interior, livre de interrupções ou elaborações intelectuais e sem julgamentos dos conteúdos, mas olhando para dentro de si com curiosidade. Este é um exercício que pode ajudar o aluno com ansiedade elevada e preocupações excessivas.

Outras áreas da psicologia, como a Gestalt – Terapia traz contribuições importante para o manejo da ansiedade. Segundo Henckes e Santos (2017) a ansiedade para a Gestalt Terapia pode ser compreendida como uma interrupção, ou mesmo como um movimento e sintoma de que o sujeito procura se adaptar, na tentativa de lidar com situações, que porventura venha a trazer lembranças e pensamentos daquilo que muitas vezes o faz sofrer.

O receio antecipado aos efeitos dos novos elementos, que são integrados no seu organismo é que o indivíduo com sintomas ansiosos termina por inibir o processo natural que é o de contato e assimilação dos novos elementos que são necessários para o seu crescimento. Assim, diante da ansiedade o indivíduo não consegue priorizar o objetivo principal que se apresenta no aqui e agora, assimilando e indo ao seu encontro. (Socorro, 2018)

Sendo assim, o objetivo da Gestalt para o controle da ansiedade é a auto-regulação e para que isso aconteça é fundamental ter respostas novas para as situações quais ele passa

na sua permanente interação com o meio ambiente. Nesse caso, o aluno para ter essa autorregulação e diminuição da ansiedade frente a avaliação é necessário uma expansão de novas possibilidades à ação e à reflexão, utilizando da criatividade como potencializador a autoregulação-organísmica (Vogel, 2012)

Ademais, a mudança de comportamento por parte desses alunos pode auxiliar na diminuição da ansiedade e potencialização da aprendizagem. Algumas estratégias consideradas importantes por Elias (2011) para ajudar alunos a alcançarem o seu objetivo são primordiais como: manter uma alimentação saudável; fazer atividade física regular, pois estimula a formação de novos neurônios e compreender a importância do sono como fator primordial para absorver bem o que foi estudado.

### **3 MÉTODO**

#### **3.1- Participantes**

A pesquisa foi feita por uma amostra por conveniência (não-probabilística) contendo 115 estudantes do ensino médio que irão fazer o Enem 2023, dentre eles os ‘treineiros’, estudantes que não estão no terceiro ano mas que irão realizar o exame, e os estudantes do terceiro ano que irão fazer o Enem e tentarão ingressar no ensino superior. Esses estudantes possuem idade igual ou superior a 15 anos, de ambos os sexos de escolas públicas ou privadas.

#### **3.2 - Instrumentos**

Foi utilizada a escala Cognitive Test Anxiety Scale – (CTAS) elaborada por Cassady e Johnson (2002) e adaptada com propriedades psicométricas no contexto brasileiro por Medeiros (2020). A escala é composta por 16 itens, que são respondidos em escala de quatro pontos variando entre 1 “Nada frequente em mim” a 4 “Muito frequente em mim”. Também foi utilizada a Escala de Autoestima de Rosenberg (2010) composta por 10 itens, que são respondidos em escala de quatro pontos variando entre 1 “Discordo totalmente” e 4 “Concordo Totalmente” para correlacionar se a ansiedade está relacionada a autoestima dos estudantes.

Questionário sociodemográfico: Conjunto de perguntas (e.g., idade, sexo, renda e questões acerca da trajetória de preparação e aspectos relacionados ao trabalho desempenhado) que objetivam caracterizar os participantes. Ademais, serão utilizadas para fazer análises comparativas.

### **3.3- Procedimentos**

O projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Delta do Parnaíba pelo CAAE: 76054723.4.0000.0192, seguindo as normas da resolução do Conselho Nacional de Saúde 466/12 e 510/16. Após a aprovação pelo comitê, os instrumentos foram aplicados presencialmente de forma informal e voluntário com estudantes que irão fazer o Enem e por meio de Instituições de Ensino que com a devida autorização do responsável pela escola foi feita a pesquisa com os alunos em sala de aula. Os estudantes menores de 18 anos levaram o questionário que contém o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido para o pai ou responsável assinar, consentindo com sua participação na pesquisa.

Os estudantes foram convidados para participar da pesquisa e foi informado o objetivo geral do estudo, o caráter voluntário, o anonimato das respostas e a possibilidade de desistir a qualquer momento, sem nenhum ônus para o participante. Podendo enfrentar como risco apenas algum constrangimento ao ler a redação dos itens. Foi solicitado que atestem a participação através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, antes de responderem aos instrumentos, que de forma individual, serão necessários 15 minutos em média para sua conclusão.

### **3.4 - Análise dos dados**

Com o IBM SPSS, versão 26, foi realizado estatísticas descritivas para caracterizar a amostra e conhecer os níveis da ansiedade dos participantes. Análises Fatoriais Exploratórias e análise de consistência interna, foram realizadas com as escalas, a fim de reunir evidências de validade e precisão. Além de correlação e regressões múltiplas para conhecer o padrão de relação entre as variáveis estudadas.

## 4 RESULTADOS

A tabela 1 apresenta os resultados encontrados da média e do desvio padrão dos 16 itens que compõem o questionário de ansiedade aplicado com a escala Escala Cognitive Test Anxiety Scale – (CTAS). Dos 16 itens que versam sobre a ansiedade frente a avaliações, se destacaram estatisticamente os itens 03 “Durante as avaliações eu penso muito nas consequências de uma reprovação”, 08 “Depois de realizar uma avaliação sinto que poderia ter feito melhor” e o 10 “Durante as avaliações tenho a sensação de que não estou indo bem”.

**Tabela 1- Descritivas dos itens da Escala Cognitive Test Anxiety Scale – (CTAS)**

<b>Itens</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio Padrão</b>
01. A preocupação pelas avaliações me tira o sono.	2,22	0,88
02. Quando tenho que enfrentar avaliações finais sinto um bloqueio.	2,51	0,93
03. Durante as avaliações eu penso muito nas consequências de uma reprovação *	2,96	1,01
04. Ao começar uma avaliação fico tão nervoso que muitas vezes não consigo pensar com clareza.	2,61	1,04
05. Quando estou pressionado a responder uma avaliação, minha mente "dá um branco".	2,78	0,92
06. Durante as avaliações, muitas vezes eu tenho uma tendência a pensar que talvez não seja muito inteligente	2,80	1,05
07. Durante as avaliações, eu fico tão nervoso que esqueço as coisas que realmente sei	2,46	1,01
08. Depois de realizar uma avaliação sinto que poderia ter feito melhor. *	3,15	0,76
09. Realizar bem as avaliações me preocupa mais do que deveria.	2,66	1,00
10. Durante as avaliações tenho a sensação de que não estou indo bem. *	2,84	0,90
11. Quando eu faço uma avaliação difícil, me sinto reprovado mesmo antes de começar	2,75	1,05
12. Nas avaliações, não demonstro tudo que sei acerca do tema.	2,52	1,03
13. Não sou bom em realizar (responder) avaliações	2,16	0,93
14. Quando me entregam uma avaliação, demoro um tempo para me acalmar e pensar em clareza	2,11	0,97
15. Nas avaliações não obtenho bons resultados	2,35	0,83
16. Quando faço uma avaliação fico tão nervoso que cometo erros bobos	2,72	1,00

A seguir, buscou-se conhecer a relação entre as pontuações de ansiedade com aspectos individuais de preparação, percepção de si e participação da família em fase de pré ENEM. Na tabela 2, a seguir, são apresentadas as estatísticas descritivas das variáveis e as correlações  $r$  de Pearson.

**Tabela 2-Correlatos da ansiedade frente ao exame**

	$M(DP)$	2	3	4	5	6	7
1-Ansiedade	41,77(9,38)	-0,59**	-0,12	-0,45**	0,39**	0,42**	-0,08
2-Autoestima	26,97(97)		0,14	0,48*	-0,28	-0,39	0,14
3-Apoio Familiar	5,69(1,82)			0,37**	0,18*	0,02	0,12
4-Bom aluno	4,40(1,69)				-0,15	-0,19*	0,24**
5-Pressão aprovação	4,77(2,46)					0,43**	0,27**
6-Medo do futuro	5,54(2,09)						0,04
7-Preparação pro ENEM	2,86(1,86)						1

\*  $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,001$

Como pode ser observado na Tabela 2, ansiedade frente ao exame (na oportunidade questionada sobre o ENEM) apresentou correlação estatisticamente significativa e negativa com autoestima ( $r = -0,59$ ;  $p = 0,001$ ) e bom aluno ( $r = -0,45$ ;  $p = 0,001$ ), ou seja, quanto menos percepção de uma autoestima e menos percepção de si como bom aluno, mais sintomatologias de ansiedade pré ENEM. Com a pressão familiar pela aprovação ( $r = 0,39$ ;  $p = 0,001$ ) e medo do futuro ( $r = 0,42$ ;  $p = 0,001$ ) as correlações foram estatisticamente significativas e positivas, ou seja, quanto mais percebem pressão familiar e mais apresentam medo do futuro, mais sintomatologias de ansiedade.

Ademais, buscou-se conhecer a contribuição de variáveis demográficas na pontuação de ansiedade frente ao ENEM. A saber: gênero, categoria da instituição (pública ou privada) e busca por acompanhamento psicológico. A seguir, na tabela 2 são apresentados os resultados encontrados em na regressão hierárquica múltipla entrando no primeiro passo essas variáveis e no segundo passo as variáveis que tiveram correlação estatisticamente



significativa, representando as percepções de si, de como aluno, sobre relação familiar e medo do futuro.

**Tabela 3- Análises de Regressão Hierárquica dos preditores da procrastinação acadêmica.**

Variáveis	B	DP	B	Modelo Final
<b>Passo 1</b>				$F(3;112) = 3,78^{**}$
Gênero	4,93	1,68	0,27*	$R^2 = 0,07$
Categoria da instituição	1,55	1,73	0,08	
Acompanhamento Psi	-1,30	2,18	-0,05	
<b>Passo 2</b>				$F(7;112) = 13,45^{**}$
Gênero	2,60	1,34	0,14*	
Categoria da instituição	-0,62	1,43	-0,03	$R^2 = 0,44$
Acompanhamento Psi	-0,26	1,71	-0,01	
Autoestima	-0,65	0,15	-0,38**	$\Delta R^2 = 0,37$
Percepção como aluno	-1,09	0,45	-0,20*	
Pressão para aprovação	0,65	0,32	0,17*	
Medo do futuro	0,58	0,38	0,13	

Nota: \*  $p < 0,001$ ; \*  $p < 0,05$ ; DP = desvio padrão. Gênero: 1-Masculno; 2- Feminino

Como pode ser visualizado na tabela 3, os resultados da regressão múltipla hierárquica mostraram que no primeiro passo, o valor de  $R^2$  foi igual a 0,07. No segundo passo, a introdução das percepções a incrementou os valores de  $R^2$  em 37%, com essas variáveis colaborando para a explicação da variância da ansiedade frente ao exame. Logo, o modelo final, após a entrada de todas as variáveis na equação, observou-se uma explicação de 44% na variância total da sintomatologia de ansiedade frente ao exame, identificando que não explicam a ansiedade as variáveis: categoria da instituição/escola, busca por acompanhamento psicológico e medo do futuro, não obstante, apresentou quatro variáveis significativas, descritas a seguir.

A partir dos resultados verifica-se que a ansiedade teve como preditores, de forma positiva, gênero ( $\beta = 0,14$ ;  $p < 0,05$ ), sugerindo maiores pontuações para as adolescentes do gênero feminino e pressão para aprovação ( $\beta = 0,17$ ;  $p < 0,05$ ) indicando que quanto maiores índices pressão para aprovação do estudante, maior será suas sintomatologias de ansiedade frente ao ENEM. E de forma negativa: autoestima ( $\beta = -0,38$ ;  $p < 0,01$ ) e percepção como estudante ( $\beta = -0,20$ ;  $p < 0,01$ ), sugerindo que quanto mais os estudantes se sentem com

maiores índices de autoestima e percepção de ser bom aluno, menores magnitudes de ansiedade apresentam.

No item 14, do questionário sociodemográfico, apresentou a pergunta aberta “Quais as emoções que você sente e o que se passa na sua cabeça quando pensa na prova do ENEM? Ao qual os participantes respondiam de com suas palavras. Dentre as emoções mais citadas está “Ansiedade”, “Aflição”, “Nervosismo”, “Tensão”, “Medo”. Alguns pensamentos descritos pelos alunos são de “Sinto que só tenho uma chance”, “Sou insuficiente”, “Penso que não irei passar”, “Vou desapontar meus pais”, “Acho que não sou tão bom”.

## **5 DISCUSSÕES**

O presente trabalho teve seus objetivos alcançados pois, através da aplicação da pesquisa, os dados apresentados mostraram-se bastante significativos. Podendo ser observado a relação que o construto do fenômeno da ansiedade se manifesta no contexto de avaliações e na preparação para o ENEM. Além podermos ver a relação com outro construto, a autoestima, que traçam caminhos aos quais esse fenômeno possa ser entendido e trabalhado para maior aproveitamento desses alunos em avaliações e a diminuição desse sentimento tão latente em vários contextos.

Ademais, as variáveis aos quais objetivamos relacionar, como a pressão externa e interna, apoio familiar e medo do futuro. As variáveis sociodemográficas, a fim de comparar escores quanto ao sexo, tipo de escola, grupos que buscaram ou não ajuda psicológica mostram a epidemiologia da ansiedade e quais as vertentes que corroboram para o aumento e diminuição dela no contexto das avaliações.

Nos resultados encontrados observa-se uma relação estatisticamente significativa entre o construto geral da ansiedade com a percepção sobre a pressão sofrida para passar no ENEM que os alunos têm de si mesmo no item contido no questionário sociodemográfico “O quanto você se sente pressionado para passar no Enem?” que vai de encontro com o que

fala os autores sobre esse contexto de pressão que é vivenciado pelos alunos do ensino médio que irão prestar o ENEM.

Com base nos estudos das pesquisadoras Fernandes e Silveira (2016) é descrito que o ser humano é influenciado pelo contexto e seu ambiente social, ou seja, responder às pressões e demandas sociais é mostrar o seu valor. Nesse sentido, a busca para obter recompensas materiais ou sociais, reconhecimento social, parte da estratégia de evitar punições. Dentro disso, existe a motivação intrínseca voltada para o prazer ou satisfação de participar de determinada. Sendo essa pressão para passar numa avaliação o meio que o aluno reage para evitar uma punição e ter um reconhecimento social da sua família e comunidade.

A ansiedade também está relacionada com a percepção que esse aluno tem de si mesmo, se considera um bom aluno. Os autores Pereiro e Silva (2021) falam que essa percepção é uma variável que influencia na ansiedade e conseqüentemente o desempenho escolar dos alunos, podendo ser responsável pelo sucesso ou fracasso escolar.

A pressão familiar para a aprovação em provas, como o Enem, foram observados dados estatisticamente significativos, onde mostrou que quanto mais pressão maior ansiedade do aluno na hora prova. Andrade, De Souza e De Castro(2018) falam que muitos estudantes se encontram em alta pressão psicológica. Por vezes, a família cobra o sucesso do estudante para ser reconhecido na sociedade. Ademais, a escolar exige um nível elevado de todas as matérias apresentadas para a obtenção da nota máxima. Além desses, outro ponto contribuinte é a autocobrança que é internalizada pelo próprio jovem, que escuta tanto sobre a perspectiva de futuro da idealizada faculdade ou emprego de sucesso.

A pressão interna e externa sofrida por esses estudantes é algo que impacta no seu rendimento em avaliações como o ENEM. Grolli, Vagner e Dalbosco (2017) destacam que essa pressão poderá provocar desestabilização e insucesso escolar, principalmente, quando os estudantes colocam a vida escolar como um componente decisivo em sua vida. Ou seja,

isso gera uma alta pressão e expectativa e tornar o espaço estudantil um causador de sofrimento psicológico

Os tópicos que abordavam o medo do futuro foi outro que mostrou relevante pontuação com o construto da ansiedade, essa mais especificamente vem se mostrando como o cerne da ansiedade. Lúcio et al (2019) fala que decorrentes das pressões e cobranças inerentes aos meios acadêmicos é comum o aumento de sintomas da ansiedade, além de uma visão negativa de si próprio, do mundo e do futuro muitas vezes com o aluno catastrofizando situações de hipotéticas de um fracasso no futuro (Antunes, 2015).

Na comparação entre o sexo feminino e masculino na pontuação sobre o construto da ansiedade, as mulheres demonstraram um maior nível desse sentimento do que os homens. Esse resultado só reafirma o que os demais artigos colocam o nível de ansiedade quanto ao gênero. Uma pesquisa realizada por Grolli, Vagner e Dalbosco (2017) com estudantes do ensino médio de escolas públicas mensurou os níveis de ansiedade por meio da aplicação da Escala Beck de Ansiedade – BAI, ao qual o sexo feminino pontuou nível de grave ansiedade ao moderado, enquanto os homens do nível moderado ao mínimo.

Não se observou estatisticamente a explicação para a ansiedade entre os alunos que estudam em escolas públicas dos que estudam em escola privada. Assim como também não houve correlações com os alunos que tinham acompanhamento psicológico. Porém, Ikuno et al (2020) relatam que o acompanhamento psicológico nesta fase da vida do estudante poderia ser uma das medidas para minimizar a ansiedade.

Quanto a pergunta do questionário sociodemográfico ao qual os alunos expressaram pensamentos como “Sou insuficiente” e “Penso que não vou passar” a Terapia Cognitivo-Comportamental apresenta caminhos para ser trabalhados, pois segundo Beck (2013) a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) mostra-se como uma abordagem baseada em evidências com relevância na redução desses fatores negativos, pois auxilia no fortalecimento dos pensamentos funcionais, favorecendo o controle da ansiedade e

fortalecendo dos pensamentos funcionais favorecendo o controle da ansiedade e potencializando os recursos internos.

Como em todo estudo, essa pesquisa também tem suas limitações, ao qual podemos destacar a amostra, que contou com 114 participantes. A aplicação ocorreu em duas cidades do Piauí em escolas públicas e particulares e os resultados são fruto dessa amostra em si, necessitando de mais estudos com amostras maiores para divergir ou convergir com os resultados apresentados, mas que se mostraram bastante significantes e corroboraram com o que a literatura já apresenta sobre a ansiedade e suas relações.

Como sugestões futuras para o aprofundamento do tema é importante entender o papel da renda familiar no impacto da ansiedade frente avaliações. Os autores Lopes, Xavier e Silva (2020) falam que o fato de a família passar por dificuldades financeiras pode influenciar as relações pessoais em casa, acarretando problemas de ansiedade, estresse e tensão. Tais pontos podem afetar a aprendizagem, o aluno não terá um ambiente extraescolar saudável e propício para o desenvolvimento de suas habilidades e conhecimentos. Além disso, a renda menor pode limitar o acesso do aluno a alguns recursos educacionais e culturais, como a internet, os livros e as viagens

Ademais, esse tema se mostra extremamente importante para a contribuição da psicologia como ciência e profissão no desenvolvimento de demandas sociais que estão cada vez mais latentes como a ansiedade frente avaliações como o ENEM. Pois, esse estudo e novos que virão mostrar resultados que traçam caminhos a serem seguidos para o tratamento desse fenômeno, como trabalhar a autoestima acadêmica e essa percepção que o aluno tem de si mesmo para maior confiança e melhor desempenho nas provas.

Fazendo também, com que eventos que estão além de uma boa preparação para uma prova (apoio familiar, pressão interna e externa, acompanhamento psicológico etc.) sejam incorporados nesse trabalho multifatorial que envolve família, escola, psicólogos e comunidade. Além de ser necessária uma maior compreensão do universo do vestibular, para que os profissionais como psiquiatras, psicólogos e outros da área da saúde possam agir com

maior segurança e eficácia, colaborando para com esses adolescentes e seus familiares. (Rodrigues & Pelisoli, 2008)

## 6 REFERÊNCIAS

- Alva, M. L. (2017). Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 1(5), 71–127.
- Andrade, L., Gorenstein, C., Vieira Filho, A. H., Tung, T. C., & Artes, R. (2001). Psychometric properties of the Portuguese version of the State-Trait Anxiety Inventory applied to college students: factor analysis and relation to the Beck Depression Inventory. *Brazilian Journal of Medical and Biological Research*, 34(3), 367–374. <https://doi.org/10.1590/s0100-879x2001000300011>
- Andrade, T.M., De Souza, V.N., & De Castro, N.R. (2018). Nível de ansiedade e estresse em adolescentes concluintes do ensino médio. *Anais Simpac*, 8(1).
- Andriola W.B. (2011). Doze motivos favoráveis à adoção do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem) pelas Instituições Federais de Ensino Superior (IFES). Ensaio Aval Pol Públ Educ.
- Antunes, A. B. V. (2015). Estilos de vida, stresse, ansiedade, depressão e adaptação acadêmica em alunos universitários de 1º ano. (Dissertação de Mestrado). Escola de Psicologia e Ciências da Vida. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa.
- Araújo, A. H. de Borloti, E., & Haydu, V. B. (2016). Ansiedade em Provas: um Estudo na Obtenção da Licença para Dirigir. *Psicologia: Ciência E Profissão*, 36(1), 34–47. <https://doi.org/10.1590/1982-3703000592014>
- Asbahr, F. R., Labbadia, E. M., & Castro, L. L. (2017). Ansiedade na infância e adolescência. Editora Manole.
- Beck, J. S. (2013). Terapia Cognitivo-Comportamental. Teoria e Prática. Artmed.

- Carmo, J.S., & Simionato, A.M. (2012). Reversão de ansiedade à matemática: alguns dados da literatura. *Psicologia em Estudo*, 17, (2).
- Casado, D. L.F. (2018). O nível de estresse dos alunos do Ensino Médio em escola particular do RN. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.
- De Medeiros, E. D., Da Silva, P. G. N., De Medeiros, P. C. B., De Sousa, G. M., Nunes, C. C. Da Fonsêca, P. N., & Gomes, E. B. (2020). Cognitive test anxiety scale: Propriedades psicométricas no contexto brasileiro. *Salud & Sociedad*, 11, e3923. <https://doi.org/10.22199/issn.0718-7475-2020-0004>
- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5-TR. (2022). American Psychiatric Association.
- Dugas, M. J., & Robichaud, M. (2009). Tratamento Cognitivo-Comportamental para transtorno de ansiedade generalizada. Cognitiva.
- Erikson, E. (1976). Identidade: juventude e crise Rio de Janeiro: Zahar
- Eugênio, C. F. A. (2020). Preditores de estresse em adolescentes que se preparam para o Enem. Pontifícia Universidade Católica.
- Fernandes, D.C., & Silveira, M. A. (2016). Evaluación de la motivación académica y la ansiedad escolar y posibles relaciones entre ellas. *Psico-USF*, 17, 447-455.
- Ferreira, M. S., Silva, J. C. S., Santos, U. P. P., Magalhães, C. R., Velasco, F. Z. B., Pereira, R. D. M., Silva, A. M., Rocha, E. N., Lucena, L. S., & Ferreira., G. C. S. (2018). Ansiedade durante avaliações escolares: relatos e reflexões de ação extensionista com estudantes do ensino médio técnico. *Revista Conexão UEPG*, 14(1), 241–246. <https://doi.org/10.5212/rev.conexao.v.14.i2.0012>
- Fioravanti, A. C. M., Santos, L. de F., Maissonette, S., Cruz, A. P. de M. & Landeira-Fernandez, J. (2006). Avaliação da estrutura fatorial da escala de ansiedade-traço do IDATE. *Avaliação Psicológica*, 5(2), 217-224.

- Gillihan, S. J. (2020). *Terapia cognitivo-comportamental: estratégias para lidar com ansiedade, depressão, raiva, pânico e preocupação*. Editora Manole.
- Grolli, V., Wagner, M. F. & Dalbosco, S. N. P. (2017). Sintomas Depressivos e de Ansiedade em Adolescentes do Ensino Médio. *Rev. Psicol. IMED [online]*, 9, (1), 87-103.
- Henckes, A.C.C. & Santos, M.L.W. (2017). Ansiedade e Gestalt-Terapia. *Boletim Entresis*, v.2, n.1.
- Hofmann, S. G. (2022). Lidando com a ansiedade: estratégias de TCC e mindfulness para superar o medo e a preocupação. Grupo A. <https://app.minhabiblioteca.com.br/books/9786558820581>
- Ikuno, A.B., Stefanin, G.G., Castro, L.G.J., Mota, M.L., Moreira, K.Y., & Morales, G.A. (2020). Estudo da ansiedade presente nos pré-vestibulandos durante a pandemia do novo coronavírus (Covid-19). *3º Congresso sobre Ambiente, Tecnologia e Educação (CATE)*.
- Inep registra 4,6 milhões de inscritos no Enem 2023. (2023, junho 19). Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira | Inep. <https://www.gov.br/inep/pt-br/assuntos/noticias/enem/inep-registra-4-6-milhoes-de-inscritos-no-enem-2023>
- José, F. E. (2011). *Concursos: faça sem medo - entenda, domine e supere os desafios*. Porto Alegre: Artes e ofícios.
- Karino, C. A., & Laros, J. A. (2014). Ansiedade em situações de prova: evidências de validade de duas escalas. *Psico-USF*, 19(1), 23–36. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712014000100004>
- Leahy, R. L. (2011). *Livre de Ansiedade*. Porto Alegre: Artmed.
- Lúcio, S.S.R., Medeiros, L.G.S., Barros, D.R., & Rivera A.G. (2019). Níveis de ansiedade e estresse em estudantes universitários. *Temas em saúde*, 260-274.



- Pereira, M. D., Silva, J. P. (2021). Ansiedade e autoestima associadas ao baixo desempenho escolar em estudantes com dislexia de desenvolvimento: uma revisão integrativa *Revista Educação Especial*, 34, 1-23.
- Rodrigues, G.D., & Pelisoli, C. (2008). Ansiedade em vestibulandos: um estudo exploratório. *Rev Psiq Clín.*, 35(5), 171-7.
- Sadock, B.J., Sadock, V.A., & Ruiz P. (2017). *Compêndio de Psiquiatria: ciência do comportamento e psiquiatria clínica. Artemed.*
- Schönhofen, F. de L., Neiva-Silva, L., Almeida, R. B. de, Vieira, M. E. C. D., & Demenech, L. M. (2020). Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular. *Jornal brasileiro de psiquiatria*, 69(3), 179–186.  
<https://doi.org/10.1590/0047-2085000000277>
- Silva, L. M. da, Silva, A. N., & Medina, M. L. N. P. (2019). A contribuição da terapia cognitivo-comportamental no controle da ansiedade em concursandos. *Revista Cearense de Psicologia*.<http://189.112.186.202/index.php/revista-cearense-de-psicologia/article/view/19/17>
- Socorro, M. P., Cótica, C., & de Melo, I. A. (2018). Ansiedade à luz da Gestalt-Terapia: o aqui e agora corrompido. (En)*Cena - A Saúde Mental em Movimento.*
- Sylvester C. (2000) Separation anxiety disorder and other anxiety disorder. *Textbook of Psychiatry*, 7.
- Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5 (2014). American Psychiatric Association
- Vandenberghe, L., & Valadão, V. C. (2013). Acceptance, validation and mindfulness in contemporary cognitive behavior therapy. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 9(2). <https://doi.org/10.5935/1808-5687.20130017>

Vesco, V. L. D., & Bortolotti, V. B. (2022). O uso de cannabis no tratamento de fobia social, um estudo abrangente de seus efeitos e controvérsias. *Brazilian Journal of Development*, 8(4). <https://doi.org/10.34117/bjdv8n4-580>

Vogel, A.R. (2012). O papel do terapeuta na relação terapêutica de família sistêmica construcionista social. *Revista IGT na Rede*.

Weis, M.L.L. (2010). A avaliação e a instituição escolar. Petrópolis: Vozes, p 166-173.

## **ANEXOS**

### **ANEXO A – Termo De Consentimento Livre E Esclarecido - TCLE**

#### Termo De Consentimento Livre E Esclarecido - TCLE

O(A) Sr(a) está sendo convidado(a) a participar como voluntário(a) do projeto de pesquisa “Ansiedade frente a avaliação de estudantes pré-ENEM: Contribuições da Psicologia”, sob a responsabilidade do(a) pesquisador(a) Ricardo Neves Couto. O projeto tem como objetivo verificar essa relação entre ansiedade e desempenho em avaliações correlacionando com outras variáveis como a relação da ansiedade com a pressão externa e interna, apoio familiar e medo do futuro. Além de também observar como se relacionam esse construto entre os sexos masculino e feminino, idade e tipo de escola.

Para a realização dessa pesquisa, solicitamos sua colaboração mediante a assinatura desse documento que visa assegurar seus direitos como participante. Sua participação é voluntária, sem custos ao senhor(a), e se dará por meio de um questionário com perguntas acerca do tema.

Considerando que toda pesquisa com seres humanos envolve riscos aos participantes, esclarecemos que os riscos dessa pesquisa são possível surgimento de gatilhos quando estiver respondendo o questionário de ansiedade e caso haja algum desconforto você será encaminhado para conversar com o pesquisador responsável ou psicólogo disponível no Serviço Escola de Psicologia - SEP.

Se o(a) senhor(a) aceitar participar, contribuirá para o desenvolvimento da ciência e o avanço ao estudo sobre ansiedade e avaliações acadêmicas. Contudo, pode se recusar

a responder (ou participar de qualquer procedimento), podendo desistir de participar em qualquer momento, sem nenhum prejuízo para o(a) senhor(a).

Todos os resultados dessa pesquisa serão utilizados apenas para a sua execução, cuja finalidade é acadêmico-científica (divulgação em revistas e eventos científicos), e seus dados ficarão sob sigilo e guarda do pesquisador responsável. Também lhe será assegurado(a) o direito de assistência integral gratuita contra quaisquer danos diretos/indiretos e imediatos/tardios decorrentes da pesquisa, pelo tempo que for necessário. Caso haja algum dano direto/indireto decorrente de sua participação, não sanado pelo responsável, o senhor(a) poderá buscar indenização por meio das vias legais vigentes no Brasil.

Se o(a) senhor(a) tiver qualquer dúvida em relação à pesquisa, antes ou mesmo depois de indicar sua concordância, o senhor(a) pode esclarecê-las com o pesquisador responsável pelo telefone/celular (86) 99582-6669 (disponível também para ligação a cobrar) ou pelo e-mail talysnanatan@hotmail.com. Se preferir, pode levar esse Termo para casa e consultar seus familiares ou outras pessoas antes de decidir participar. Se mesmo assim as dúvidas persistirem, o senhor(a) pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFDPAr (CEP/UFDPAr), que é um colegiado interdisciplinar, independente, que acompanha, analisa e julga se as pesquisas científicas que envolvem seres humanos preservam a integridade e dignidade do participante da pesquisa, no seguinte endereço: Sala II do Bloco 03, Pavimento 3º, Lado Oeste, Sala, do Campus Universitário Ministro Reis Velloso da Universidade Federal do Delta do Parnaíba, localizado à Av. São Sebastião, 2819, Bairro Reis Velloso, Parnaíba/PI, com atendimento ao público/pesquisadores de segunda à sexta-feira das 8h às 12h e das 14h às 18h. E-mail: cep.ufdpar@ufpi.edu.br.

Esse documento (TCLE) será elaborado em duas VIAS, rubricado em todas as suas páginas (exceto a com as assinaturas) e assinado ao seu término pelo(a) senhor(a), ou por seu representante legal, e pelo pesquisador responsável, ficando uma via com cada um.

## CONSENTIMENTO PÓS-INFORMAÇÃO

Ciente e de acordo com o que foi anteriormente exposto, eu, \_\_\_\_\_, estou de acordo em participar desta pesquisa, assinando este consentimento em duas vias, e ficando com a posse de uma delas.

Cidade-UF, \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Assinatura e contatos (celular/e-mail)

do Participante

A handwritten signature in blue ink that reads "Ricardo Neves Costa". The signature is written in a cursive style.

Assinatura e contatos (celular/e-mail)

do Pesquisador Responsável

(86) 99582-6669

## ANEXO B - Escala Cognitive Test Anxiety Scale – (CTAS)

**INSTRUÇÕES:** Abaixo há uma lista de afirmações com situações que podem ocorrer no seu dia a dia. Por favor, seja sincero(a) e **responda como “acontece com você”**. Não há respostas certas ou erradas.

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<i>Nada frequente em mim</i>	<i>Pouco frequente em mim</i>	<i>Frequente em mim</i>	<i>Muito Frequente em mim</i>

01. A preocupação pelas avaliações me tira o sono.	1	2	3	4
02. Quando tenho que enfrentar avaliações finais sinto um bloqueio.	1	2	3	4
03. Durante as avaliações eu penso muito nas consequências de uma reprovação.	1	2	3	4
04. Ao começar uma avaliação fico tão nervoso que muitas vezes não consigo pensar com clareza.	1	2	3	4
05. Quando estou pressionado a responder uma avaliação, minha mente "dá um branco".	1	2	3	4
06. Durante as avaliações, muitas vezes eu tenho uma tendência a pensar que talvez não seja muito inteligente.	1	2	3	4
07. Durante as avaliações, eu fico tão nervoso que esqueço as coisas que realmente sei.	1	2	3	4
08. Depois de realizar uma avaliação sinto que poderia ter feito melhor.	1	2	3	4
09. Realizar bem as avaliações me preocupa mais do que deveria.	1	2	3	4
10. Durante as avaliações tenho a sensação de que não estou indo bem.	1	2	3	4
11. Quando eu faço uma avaliação difícil, me sinto reprovado mesmo antes de começar.	1	2	3	4
12. Nas avaliações, não demonstro tudo que sei acerca do tema.	1	2	3	4
13. Não sou bom em realizar (responder) avaliações.	1	2	3	4
14. Quando me entregam uma avaliação, demoro um tempo para me acalmar e pensar em clareza.	1	2	3	4
15. Nas avaliações não obtenho bons resultados.	1	2	3	4

16. Quando faço uma avaliação fico tão nervoso que cometo erros bobos	1	2	3	4
---	---	---	---	---

**ANEXO**  
**C –**  
**Escala**  
**de**

**Autoestima de Rosenberg**

**INSTRUÇÕES:** As seguintes afirmações abordam sua percepção. **Indique quais dessas afirmações são habituais em você.** Responda com **total sinceridade**, usando a seguinte escala de resposta:

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<i>Discordo totalmente</i>	<i>Discordo</i>	<i>Concordo</i>	<i>Concordo Totalmente</i>

01. Sinto que sou uma pessoa de valor, no mínimo, tanto quanto as outras pessoas.	1	2	3
02. Penso que eu tenho várias qualidades boas.	1	2	3



**11. O quanto você se sente pressionado (a) para passar no ENEM?**

*Nada*   **0**        **1**        **2**        **3**        **4**        **5**        **6**        **7** *Muito*

**12. O quanto você tem medo do futuro?**

*Nada*   **0**        **1**        **2**        **3**        **4**        **5**        **6**        **7** *Muito*

**13. Em que medida você se considera preparado para o ENEM:**

*Nada*   **0**        **1**        **2**        **3**        **4**        **5**        **6**        **7** *Muito*

**14. Quais as emoções que você sente e o que se passa na sua cabeça quando pensa na prova do ENEM? Responda com suas palavras**

---

---

---

---

---

**10. Cidade e estado em que reside:**

---

**11. Renda familiar aproximadamente:**

---



## **ANEXO E- Termo de Compromisso de Utilização de Dados (TCUD)**

Nós, pesquisadores abaixo relacionados envolvidos no projeto de pesquisa “Ansiedade frente avaliação de estudantes pré-ENEM: Contribuições da psicologia”, assinaremos esse TCUD para a salvaguarda dos direitos dos participantes de pesquisa devido à impossibilidade de obtenção do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido de todos os participantes do estudo.

As informações necessárias ao estudo estão contidas no Setor das Ciências Humanas (preencher setor), nos arquivos do Universidade Federal do Delta do Parnaíba - UFDPAr (preencher instituição), que é responsável pelo banco de prontuários, e se referem a prontuários de Estudantes do ensino médio (descrever a característica dos participantes). A coleta de dados dos referidos prontuários será realizada no período de 19/ 01/2024 a 19/ 02/2024.

Nos comprometemos em manter a confidencialidade sobre os dados coletados, como estabelecido na Resolução CNS 466/2012 e suas complementares, e ao publicar os

resultados da pesquisa, manteremos o anonimato das pessoas cujos dados foram pesquisados.

Nos comprometemos a codificar os dados de identificação do participante ao coletar os dados para nosso instrumento de coleta de dados, para aumentar a confidencialidade e assegurar o anonimato do participante.

Declaramos, ainda, estar cientes de que é nossa responsabilidade a integridade das informações e a privacidade dos participantes da pesquisa. Também nos comprometemos que os dados coletados não serão repassados a pessoas não envolvidas na equipe da pesquisa abaixo relacionada.

Estamos cientes do direito do participante da pesquisa a solicitar indenização por dano causado pela pesquisa (por exemplo a perda do anonimato) nos termos da Resolução CNS nº. 466, de 2012, itens IV.3 e V.7; e Código Civil, Lei 10.406, de 2002, artigos 927 a 954, Capítulos I, "Da Obrigação de Indenizar", e II, "Da Indenização", Título IX, "Da Responsabilidade Civil").

Nos comprometemos, ainda, com a guarda, cuidado e utilização das informações apenas para cumprimento dos objetivos previstos na pesquisa citada acima aqui, e que somente serão coletados após a sua aprovação do protocolo de pesquisa no Sistema CEP/CONEP.

Uma via deste termo será entregue à Instituição responsável pela guarda dos prontuários, e outra via ficará de posse dos pesquisadores.

Local e data.

Parnaíba – PI

01.11.2023

Nome e CPF [pesquisador(a) responsável e pesquisadores(as) assistentes]  
053.295.763-69

A handwritten signature in blue ink that reads "Ricardo Neves Costa". The signature is written in a cursive style.

## **ANEXO F – Carta De Encaminhamento**

Parnaíba/PI, 02/11/2023

A

Prof. Dra. France Keiko Nascimento Yoshioka

Coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa da UFDPAr

Caro Prof. Dra.,

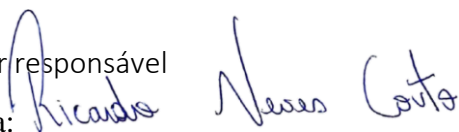
Estou enviando o projeto de pesquisa intitulado “Ansiedade frente a avaliações de alunos pré-ENEM: Contribuições da psicologia”, para a apreciação por este comitê.

Confirmando que todos os pesquisadores envolvidos nesta pesquisa realizaram a leitura e estão cientes do conteúdo da resolução 466/12 do CNS e das resoluções complementares à mesma.

Confirmando também:

- 1- que esta pesquisa ainda não foi iniciada,
- 2- que não há participação estrangeira nesta pesquisa,
- 3- que comunicarei ao CEP/UFDPAr os eventuais eventos adversos ocorridos com o voluntário,
- 4- que apresentarei relatório anual e final desta pesquisa ao CEP/UFDPAr,
- 5- que retirarei por minha própria conta os pareceres e o certificado junto à secretaria do CEP/UFDPAr.

Atenciosamente,

Pesquisador responsável  
Assinatura: 

Nome: Ricardo Neves Couto

CPF: 053.295.763-69

Instituição: Universidade Federal do Delta do Parnaíba - UFDPAr

Área: Ciências Humanas

Departamento/Curso: Psicologia

## ANEXO G – TERMO DE AUTORIZAÇÃO



Rua Sete de Setembro, Curral Novo do Piauí – 64595-000

### TERMO DE ADE AUTORIZAÇÃO

Eu, PATRICIA NA SILVA OLIVEIRA, Funcionário responsável pela instituição U.F. SÃO FRANCISCO DE ASSIS, autorizo o graduando em Psicologia Tallys Natan Feitosa Lira, da Universidade Federal do Delta do Parnaíba – UFDP, a realizar a coleta de dados para o projeto de pesquisa intitulado “Ansiedade Frente Avaliação de Estudantes Pré-ENEM: Contribuições da Psicologia” sob orientação do Prof. Dr. Ricardo Neves Couto, cujo o objetivo é: verificar a relação entre ansiedade em avaliações e aspectos vivenciados por estudantes na preparação para o ENEM (e.g., pressão externa e interna, apoio familiar e medo do futuro). Especificamente, identificar a contribuição de variáveis sociodemográficas, a fim de comparar escores quanto ao sexo, idade, tipo de escola, grupos que buscaram ou não ajuda psicológica. O graduando terá livres acesso os alunos da instituição mediante autorização escrita dos pais ou responsáveis menores de 18 anos para o assentimento da participação da pesquisa.

Carimbo: Patricia da Silva Oliveira

*Patricia da Silva Oliveira*  
DIRETORA  
CPF: 858.684.503-53  
Aut. Port. GSE Nº 0912/2017

Curral Novo do Piauí – PI, 06 de Dezembro de 2023

## **ANEXO H – Orçamento**

O orçamento financeiro previsto está em conformidade com os objetivos propostos, com as atividades e metas traçadas, considerando a realização da pesquisa e sua posterior publicação. Considera-se o presente estudo de baixo custo para a execução, tornando-o possível de ser executado.

Tabela 1

Referente ao orçamento financeiro previsto para a realização da pesquisa

Material de consumo	Quantidade ( <i>n</i> )	Valor Unitário (R\$)	Total (R\$)
Impressão dos questionários para aplicação dos instrumentos de pesquisa	200	0,50	100,00
Total			100,00

## **ANEXO I – Termo De Assentimento Livre E Esclarecido - TALE**

O(A) Sr(a) está sendo convidado(a) a participar como voluntário(a) do projeto de pesquisa “Ansiedade frente a avaliação de estudantes pré-ENEM: Contribuições da Psicologia”, sob a responsabilidade do(a) pesquisador(a) Ricardo Neves Couto. O projeto tem como objetivo verificar essa relação entre ansiedade e desempenho em avaliações correlacionando com outras variáveis como a relação da ansiedade com a pressão externa e interna, apoio familiar e medo do futuro. Além de também observar como se relacionam esse construto entre os sexos masculino e feminino, idade e tipo de escola.

Para a realização dessa pesquisa, solicitamos sua colaboração mediante a assinatura desse documento que visa assegurar seus direitos como participante. Sua participação é voluntária, sem custos ao senhor(a), e se dará por meio de um questionário com perguntas acerca do tema.

Considerando que toda pesquisa com seres humanos envolve riscos aos participantes, esclarecemos que os riscos dessa pesquisa são possível surgimento de gatilhos como ansiedade ao responder as perguntas do questionário que envolva a temática da ansiedade frente avaliação, caso seja um tema sensível ou vivenciado pelo participante da pesquisa e caso haja algum desconforto você será encaminhado para conversar com o pesquisador responsável ou psicólogo disponível no Serviço Escola de Psicologia - SEP.

Se o(a) senhor(a) aceitar participar, contribuirá para o desenvolvimento da ciência e o avanço ao estudo sobre ansiedade e avaliações acadêmicas. Contudo, pode se recusar

a responder (ou participar de qualquer procedimento), podendo desistir de participar em qualquer momento, sem nenhum prejuízo para o(a) senhor(a).

Todos os resultados dessa pesquisa serão utilizados apenas para a sua execução, cuja finalidade é acadêmico-científica (divulgação em revistas e eventos científicos), e seus dados ficarão sob sigilo e guarda do pesquisador responsável. Também lhe será assegurado(a) o direito de assistência integral gratuita contra quaisquer danos diretos/indiretos e imediatos/tardios decorrentes da pesquisa, pelo tempo que for necessário. Caso haja algum dano direto/indireto decorrente de sua participação, não sanado pelo responsável, o senhor(a) poderá buscar indenização por meio das vias legais vigentes no Brasil.

Se o(a) senhor(a) tiver qualquer dúvida em relação à pesquisa, antes ou mesmo depois de indicar sua concordância, o senhor(a) pode esclarecê-las com o pesquisador responsável pelo telefone/celular (86) 99582-6669 (disponível também para ligação a cobrar) ou pelo e-mail [talysnanatan@hotmail.com](mailto:talysnanatan@hotmail.com). Se preferir, pode levar esse Termo para casa e consultar seus familiares ou outras pessoas antes de decidir participar. Se mesmo assim as dúvidas persistirem, o senhor(a) pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFDPAr (CEP/UFDPAr), que é um colegiado interdisciplinar, independente, que acompanha, analisa e julga se as pesquisas científicas que envolvem seres humanos preservam a integridade e dignidade do participante da pesquisa, no seguinte endereço: Sala II do Bloco 03, Pavimento 3º, Lado Oeste, Sala, do Campus Universitário Ministro Reis Velloso da Universidade Federal do Delta do Parnaíba, localizado à Av. São Sebastião, 2819, Bairro Reis Velloso, Parnaíba/PI, com atendimento ao público/pesquisadores de segunda à sexta-feira das 8h às 12h e das 14h às 18h. E-mail: [cep.ufdpar@ufpi.edu.br](mailto:cep.ufdpar@ufpi.edu.br).

Esse documento (TCLE) será elaborado em duas VIAS, rubricado em todas as suas páginas (exceto a com as assinaturas) e assinado ao seu término pelo(a) senhor(a), ou por seu representante legal, e pelo pesquisador responsável, ficando uma via com cada um.



## CONSENTIMENTO PÓS-INFORMAÇÃO

Ciente e de acordo com o que foi anteriormente exposto, eu, \_\_\_\_\_, responsável pelo menor de 18 anos que irá responder a essa pesquisa estou de acordo em participar desta pesquisa, assinando este assentimento em duas vias, e ficando com a posse de uma delas.

Cidade-UF, \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Assinatura e contatos (celular/e-mail)

do Participante



Assinatura e contatos (celular/e-mail)

do Pesquisador Responsável

(86) 99582-6669





## ANEXO K – Parecer aprovado pelo CEP

UNIVERSIDADE FEDERAL DO  
DELTA DO PARNAÍBA -  
UFDPAR



Continuação do Parecer: 6.601.141

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2230525.pdf	14/12/2023 15:02:39		Aceito
Outros	CARTARESPOSTA.docx	14/12/2023 15:01:30	TALLYS NATAN FEITOSA LIRA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TALE.docx	03/12/2023 16:17:30	TALLYS NATAN FEITOSA LIRA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	03/12/2023 16:16:56	TALLYS NATAN FEITOSA LIRA	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	tccitallys.docx	03/12/2023 16:15:25	TALLYS NATAN FEITOSA LIRA	Aceito
Outros	curriculoricardo.pdf	26/11/2023 16:17:43	TALLYS NATAN FEITOSA LIRA	Aceito
Outros	autorizacao.pdf	21/11/2023 16:02:35	TALLYS NATAN FEITOSA LIRA	Aceito
Orçamento	orcamento.docx	19/11/2023 16:27:05	TALLYS NATAN FEITOSA LIRA	Aceito
Outros	Instrumento.docx	12/11/2023 16:29:15	TALLYS NATAN FEITOSA LIRA	Aceito
Outros	curriculo.pdf	12/11/2023 14:26:35	TALLYS NATAN FEITOSA LIRA	Aceito
Outros	Carta.docx	12/11/2023 13:50:15	TALLYS NATAN FEITOSA LIRA	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Declaracaoassinado.pdf	02/11/2023 16:04:51	TALLYS NATAN FEITOSA LIRA	Aceito
Folha de Rosto	folha.pdf	20/10/2023 20:01:01	TALLYS NATAN FEITOSA LIRA	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não