

## A ANSIEDADE COMO OBSTÁCULO NO CONTEXTO DE ENSINO REMOTO, NA PANDEMIA: BREVE ANÁLISE DE RELATOS FEITOS POR USUÁRIOS DO TWITTER\*

Sangela Lígia Camilo da Silva  
Instituto Superior de Educação São Judas Tadeu (ISESJT)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)  
Faculdade de Venda Nova do Imigrante (FAVENI)  
Maria Dayane Lima Miranda  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

**Resumo:** em meio a uma realidade atípica, o ensino remoto emergencial surgiu como uma alternativa que possibilita o acesso às aulas instantâneas. No entanto, o contexto de isolamento social, as mudanças bruscas na rotina, as adaptações ao ensino remoto emergencial, contribuíram para que as pessoas passem mais tempo frente a aparelhos digitais, assim, todo esse contexto causa impactos para a saúde mental, possibilitando o desenvolvimento da ansiedade nos indivíduos. Neste sentido, esta pesquisa tem como objetivo geral analisar relatos dos usuários do twitter sobre como a ansiedade tem sido um empecilho em meio ao ensino remoto. Para atingirmos nosso propósito, no que diz respeito aos apontamentos sobre ensino remoto e ansiedade, teremos como suporte teórico Alves (2020), Cordeiro (2020), Silva e Belmonte (2021), Cury (2013), entre outros. Metodologicamente, nossa pesquisa tem abordagem qualitativa e é de caráter descritivo-interpretativo. A partir da análise feita dos tweets, constatamos que a ansiedade é um grande obstáculo para o desempenho dos sujeitos, e que por isso é preciso que a instituição seja um canal de informação e acolhimento, salientando e dando voz a essa temática.

**Palavras-chave:** ensino remoto; ansiedade; tweet; usuário; pandemia.

### 1 Introdução

O avanço do coronavírus no Brasil e no mundo, provocou inúmeras restrições para a sociedade, proporcionando mudanças bruscas na vida das pessoas, transformando suas rotinas, impossibilitando a socialização dos sujeitos em lugares públicos, impondo incertezas e adaptações para uma nova realidade. Assim, atingindo amplamente diversas áreas, entre elas, destacamos, a educação.

Desse modo, em meio a pandemia, levando em consideração a importância do isolamento social ao qual fomos impostos, surgiu a necessidade de suspender as aulas presenciais e com isso criar uma forma de ensino denominado *ensino remoto emergencial*.

Com isso, o aumento desenfreado do uso das tecnologias digitais, as incertezas do contexto pandêmico, as dificuldades de adaptações do ensino remoto, e todas essas mudanças trouxeram grandes impactos para a saúde mental das pessoas, de tal modo que alguns professores e discentes começaram a ter crises de ansiedade.

---

\*XV Congresso Internacional de Linguagem e Tecnologia Online



Nesse período que estamos vivendo, os sujeitos passaram a utilizar mais as redes sociais, como twitter que é um microblogging, que oferece até 280 caracteres para que o usuário comente sobre qualquer assunto que desejar. Sendo assim, é uma forma de comunicação rápida e objetiva, que os sujeitos usam para expressar seus pensamentos, sentimentos e opiniões. Deste modo, optamos por selecionar alguns tweets de usuários que relataram sobre como a ansiedade tem atrapalhado o desempenho no ensino remoto.

Nesse sentido, o objetivo Geral desta pesquisa é analisar relatos dos usuários do twitter sobre como a ansiedade tem sido um empecilho em meio ao ensino remoto. Os objetivos específicos são: a) Promover discussões sobre o ensino remoto; b) Refletir sobre os impactos que a ansiedade causa no desempenho dos sujeitos no ensino remoto; c) Contribuir para a construção de um novo olhar para os sujeitos, enxergando-os como pessoas que precisam cuidar de suas emoções.

No tocante à metodologia, inicialmente, enveredamos pelos estudos bibliográficos de diversos autores para fundamentarmos o nosso estudo. Todavia, este trabalho é de natureza qualitativa e de abordagem descritiva interpretativa. A qual, justifica-se por ser uma temática que precisa de visibilidade neste cenário de ensino remoto, atrelado a pandemia, assim, almejamos que esta pesquisa contribua para o surgimento de muitas outras.

## 2 Apontamentos acerca do ensino remoto

A implantação do ensino remoto emergencial (ERE) ocorreu em caráter de urgência e excepcionalidade em virtude do contexto pandêmico, visto que os professores e alunos não podiam frequentar as instituições de ensino, pois isso ocasionaria aglomerações e o aumento da disseminação do vírus.

Então, o sistema de educação ao criar o ERE teve que proporcionar cursos e formações continuadas sobre as Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação (TDICS), considerando que era uma realidade nova e desconhecida, e que muitos professores não eram letrados digitalmente, e as dificuldades precisavam ser sanadas para atender as particularidades dos discentes.

Neste viés, as aulas passaram a acontecer através de plataformas virtuais, utilizando ferramentas de comunicação de forma síncrona e assíncrona. No que diz respeito as metodologias e aos recursos tecnológicos, Miranda et al. (2020, P. 8) destaca que alguns docentes afirmam que os recursos tecnológicos mais utilizados são: as aulas expositivas através de videoconferência em plataformas on-lines, além disso, há a produção de vídeo aulas que são disponibilizadas no grupo de WhatsApp da turma ou no youtube, assim, os recursos tecnológicos protagonistas neste período de aulas remotas são o celular e o notebook.

Miranda et al. (2020, p. 8) ainda salienta, a utilização do Google Classroom, que é o aplicativo que os docentes disponibilizam atividades e apostilas para os discentes. Mas sabemos que vivemos em um país que ainda há muita desigualdade social, desta forma, há alunos que não tem acesso às tecnologias e a maneira que as escolas encontraram para ministrar a aula para esses indivíduos foi através da entrega de atividades impressas.

Assim, compreendemos que houve um aumento considerável de trabalho para os professores, pois são muitas demandas que precisam ser cumpridas. Em conformidade com isso, Alves (2020) destaca que:



As atividades de ensino remoto demandam materiais e dispositivos como papel e impressora, para as atividades que são entregues impressas para as famílias dos alunos, ficaram evidentes as dificuldades de acesso a computadores, notebook, celulares e internet, para acompanhamento de aulas de forma síncrona e assíncrona, dentre outros equipamentos necessários para a execução deste tipo de ensino remoto (ALVES, 2020, p. 6 e 7).

Nesse cenário, o professor fica responsável por se adequar a cada particularidade dos alunos, e lhes proporcionar a construção de conhecimentos, da forma que for mais viável para o discente. Desse modo, todo respaldo das instituições para com o uso das tecnologias e formações que vislumbrem novas práticas docentes são indispensáveis para que seja ofertado ensino de qualidade.

No entanto, a participação ativa dos pais dos alunos é indispensável, principalmente, diante do contexto de pandemia, onde o docente não pode acompanhar presencialmente o aluno, dando-lhe o suporte necessário. Então, os pais devem apoiar e auxiliar no que for preciso para que o discente se sinta acolhido, compreendido e seguro.

Todavia, entendendo que os alunos não estão tendo acesso ao espaço da sala de aula, e que tiveram que se adaptar em suas casas para assistir às aulas. Assim, como os professores.

Nota-se que há uma grande soma de reclamações por parte dos discentes em relação à sobrecarga de atividades, trabalhos que precisam ser entregues. Do mesmo modo, há reclamações por parte dos professores que estão se desdobrando para cumprir com o que a instituição solicita que seja realizado. Além disso, muitas incertezas pairam no ar por conta do contexto pandêmico em que fomos inseridos. E acaba ocasionando o aumento ou até desenvolvimento da ansiedade nos sujeitos.

### **3 Ensino remoto: impactos da ansiedade no desempenho dos sujeitos**

A sociedade sofreu inúmeras mudanças devido à pandemia que se instaurou no mundo, e com isso ocasionou diversas discussões pertinentes sobre a situação que estamos vivenciando, pois, sabemos que essa crise sanitária afetou drasticamente o convívio social, privando o contato presencial das relações interpessoais, modificando o ambiente físico de sala de aula, pelo uso das TDICS, assim, os professores e alunos estão reclusos ao uso de smartphones ou computadores.

Deste modo, o uso intenso das tecnologias digitais, as incertezas que pairam no ar sobre o fim da pandemia, a preocupação com a saúde das pessoas que amamos, além disso, as adaptações que foram impostas aos sujeitos, afetaram emocionalmente, grande parte da população, visto que as problemáticas intensificaram e isso reflete na saúde mental.

Nesta perspectiva, Cordeiro (2020, p.8) salienta que “O isolamento social involuntário ou forçado, pode trazer inúmeros prejuízos ao ser humano, ocasionando quadros psicológicos de ansiedade e depressão(...)”. Deste modo, entendemos o quanto o período de pandemia, e ensino remoto podem contribuir para o desenvolvimento dessas patologias, visto que ficamos grande parte do tempo em casa, sem ter contato presencial com os amigos/colegas de classe, além disso, o ensino remoto exige um esforço mental maior dos sujeitos, pois estamos diante de um cenário atípico.



É importante salientar que a ansiedade é um sentimento inato do ser humano, nós ficamos ansiosos diante de alguma conquista, de algo importante que vamos fazer. Mas essa ansiedade se torna patológica, quando começa a atrapalhar atividades comuns, afetando a saúde, o desempenho e a vida social do sujeito.

Desta forma, de acordo com Castilho et al. (2000, p.20) a “ansiedade é um sentimento vago e desagradável de medo, apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho”. Portanto, sentir-se, assim, afeta o desempenho dos discentes e dos professores no ensino remoto e na vida pessoal.

E refletindo sobre o ensino remoto, nota-se que surgiu novas problemáticas que os professores têm a missão de driblá-las. Em consonância com isto, Cipriano e Almeida (2020, p. 5) Salientam que, de certo modo, as problemáticas retratadas através do ensino remoto funcionam como catalisadoras do estresse emocional, tanto para professores como para alunos. E diante disso, levantam-se discussões sobre os indícios claros de ansiedade, cansaço mental, privação de sono e afins, que até determinado ponto são provocados pela jornada intensa de trabalho e pelas dificuldades de acessibilidades.

#### **4 Análise dos tweets**

A presente análise, tem como ponto de partida apresentar tweets de usuários que comentaram sobre os impactos do ensino remoto para a saúde mental, assim, destacando como a ansiedade compromete o desempenho desses sujeitos. Os usuários da rede social twitter, ao fazerem postagem sobre a temática do ensino remoto e a ansiedade causada por intermédios deste período que estamos vivenciando, fomentam questionamentos e reflexões sobre a importância de abordar sobre saúde mental e trabalhar nossas emoções.

Após fazer um levantamento sobre os tweets que abordavam sobre ansiedade como obstáculo nesse período de ensino remoto, selecionamos três tweets de pessoas que afirmaram que estão se sentindo ansiosas, e que diante da nossa percepção foram os que mais se aprofundaram sobre o assunto, e externaram o quanto a ansiedade tem afetado suas vidas em meio ao ensino remoto.

Entretanto, por questões de ética, optamos por não identificar as arrobas dos usuários dos tweets que analisaremos a seguir.



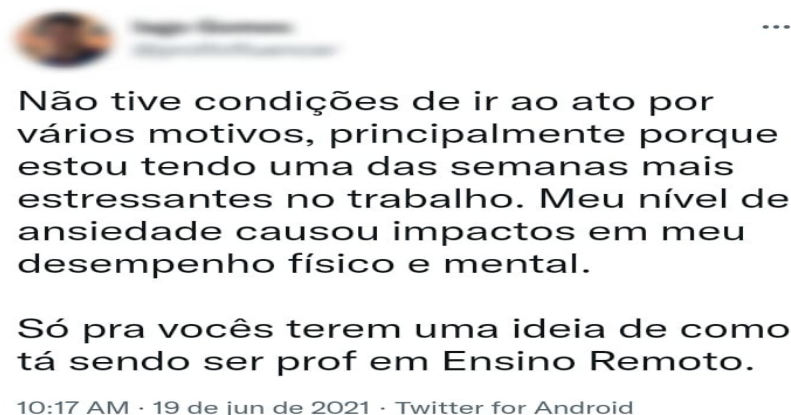


Figura 1: Tweet de 19 de junho de 2021. Fonte: Twitter

O usuário da rede social fez um tweet abordando como está sendo o ensino remoto para ele enquanto docente, o mesmo disse que não compareceu a um determinado ato, porque estava sobrecarregado no trabalho docente, e que por causa disso o nível de ansiedade está elevado e isso está lhe afetando fisicamente e mentalmente. De acordo com (Santos et al. 2021):

Devido à complexidade de suas multitarefas, a docência se configura entre as atividades laborais mais estressantes.<sup>23</sup> Estudos demonstraram que a probabilidade de professores desenvolverem estresse, depressão e ansiedade é duas vezes maior quando comparados às demais profissões (SANTOS et al. 2021, p.247).

Neste sentido, entendemos que o ensino remoto abrangeu mais ainda as responsabilidades dos docentes, estabelecendo uma rotina que vai além do que é estipulado, visto que nessa nova nomenclatura, é necessário adequar a aulas para expor através das TDICS, como também considerar as particularidades dos alunos que não tem acesso à tecnologia, além de estar disponível o dia todo para sanar as dúvidas dos discentes, tem que preencher documentos burocráticos que são exigências das instituições de ensino.

E com a grande missão de cumprir com todas as multitarefas elencadas para os docentes, esses profissionais se sentem esgotados, pressionados e ansiosos para cumprir com todas as pendências, o que acaba ocasionando crises de ansiedade e prejudicando a vida desses indivíduos. Entretanto, não são apenas os professores que estão se sentindo ansiosos, mas também, os alunos. Como veremos na imagem do tweet a seguir:

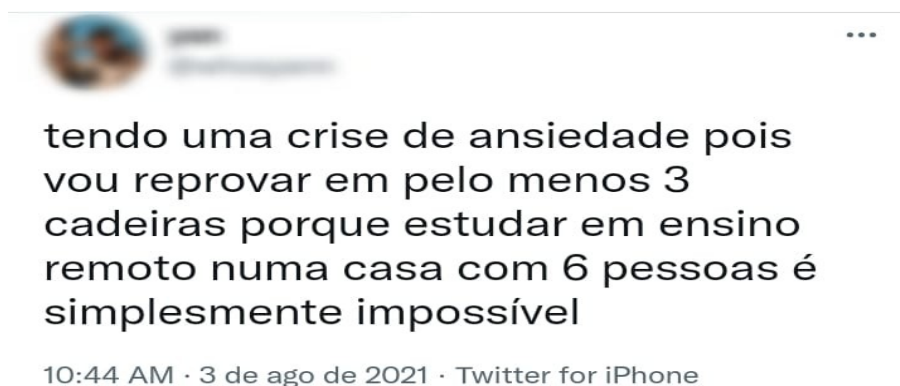


Figura 2: Tweet de 03 de agosto de 2021. Fonte: Twitter

O usuário comentou em sua conta, que estava tendo uma crise de ansiedade, além disso, falou sobre a dificuldade que tem enfrentado para assistir às aulas em sua casa, visto que mora com mais seis pessoas. Assim, entendemos que é complicado para os discentes se concentrarem nas aulas, caso os familiares que estão em casa, estejam conversando em tom de voz alto.

Mas um ponto que também é importante destacarmos, é o pensamento acelerado do usuário, pois, o mesmo presume que irá ser reprovado em algumas disciplinas da universidade, ou seja, está tentando prever o que talvez aconteça.

E conforme o psiquiatra Augusto Cury (2013) enfatiza em seu livro *“Ansiedade: como enfrentar o mal do século”*, as pessoas estão cada dia mais estressadas e agitadas, pois nossa sociedade está muito urgente, rápida e ansiosa, além disso, Cury (2013) destaca que a ansiedade é desinente do pensamento acelerado. Ou seja, as pessoas ficam pensando no que pode vir a acontecer no futuro.

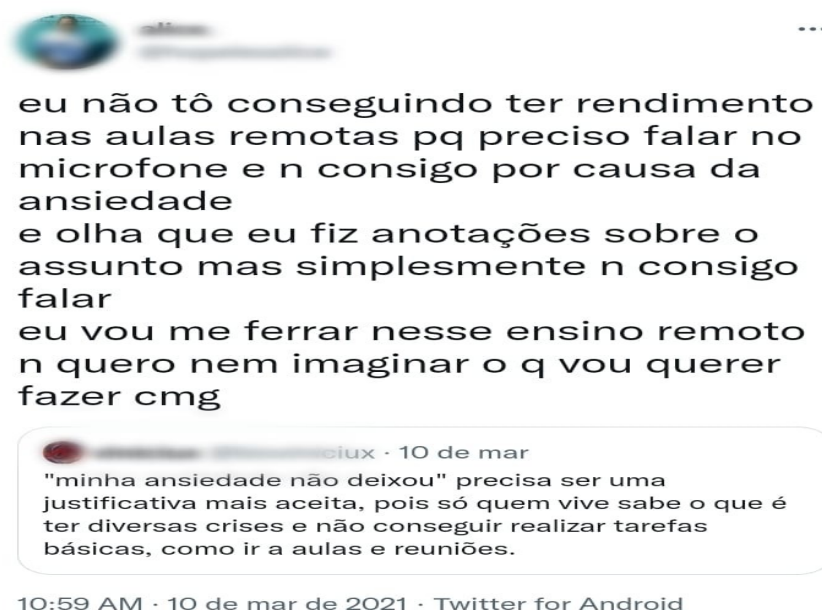


Figura 3: Tweet de 10 de agosto de 2021. Fonte: Twitter

Nessa última análise, destacamos que um usuário comentou em seu twitter sobre como a ansiedade afeta o ser humano, e que isso precisa começar a ser um tipo de justificativa aceita pela sociedade. Logo em seguida, uma usuária retweetou<sup>1</sup> esse tweet que citamos anteriormente, comentando sobre o quanto a ansiedade tem sido um obstáculo no seu desempenho oral em sua experiência no ensino remoto, de modo que está prejudicando sua saúde mental. Neste viés, segundo Silva (2020, p.20):

Observamos, assim, como a ansiedade afeta o desenvolvimento cognitivo e também como a socialização dos alunos fica comprometida. Tudo por causa do medo do fracasso, da apreensão, medo de ser ridicularizado por seus colegas, ou até mesmo punido pelo professor. E ao internalizar esses aspectos, a pessoa fica acuada, não consegue desempenhar bem oralmente o que foi proposto, mesmo que tenha se dedicado estudando e pesquisando o tema. Em alguns casos o aluno pode até desistir da exposição oral por isso é julgado, criticado pelos professores que, às vezes, não sabe que o aluno é ansioso (SILVA, 2020, p. 20).

Então, percebe-se como é essencial a escola abordar essa temática da ansiedade no ensino remoto, prezando pelo bem-estar dos professores e dos alunos. Pois, estamos vivendo tempos difíceis causados pela pandemia, e lidar com as emoções e com todo o contexto em

1 “Significa replicar algo que foi escrito. RT no twitter significa que a pessoa copiou, repetiu o texto que outra já tinha escrito, mas aparecendo os devidos créditos.” Disponível em: < <https://www.significados.com.br/rt-no-twitter/> . Acesso em: 30 ago. 2021.

que estamos inseridos é desafiador. Assim, é preciso repensar formas de trazer esse assunto para a sala de aula, salientando sua importância.

Portanto, compreendemos que as emoções dos sujeitos influenciam no desempenho oral e em outras atividades, por isso é de suma relevância trazer para a escola essa temática do cuidado com a saúde mental, especialmente, para conscientizar as pessoas sobre as particularidades que a ansiedade apresenta, sobre como pode ser prejudicial para a vida dos sujeitos, e através disso, ressaltar o quão necessário é trabalhar o autoconhecimento e as emoções, assim contribuir para melhora desses aspectos.

## 5 Considerações Finais

Conforme o direcionamento que demos para esta pesquisa, acreditamos que alcançamos os objetivos que elencamos. Em relação ao objetivo geral, analisamos os relatos dos usuários do twitter buscando constatar que a ansiedade tem sido grande empecilho no ensino remoto; No que diz respeito aos objetivos específicos: a) Promovemos discussões relacionadas ao ensino remoto; b) Refletimos sobre os impactos que a ansiedade tem causado no desempenho dos sujeitos no ensino remoto; c) Contribuímos para o desenvolvimento de um novo olhar sobre os sujeitos, entendendo como indivíduos que necessitam estabelecer cuidados com suas emoções.

Neste sentido, percebemos a importância das instituições abordarem sobre saúde mental, principalmente, diante do contexto pandêmico que estamos vivenciando, pois, há professores e alunos que estão enfrentando crises de ansiedade, e isso visivelmente afeta as vidas dessas pessoas. De modo, que impedi que tenham bom desempenho nas áreas em que atuam.

Sendo assim, é necessário quebrar o tabu que ainda perpassa em nossa sociedade, quando se trata de saúde mental, e a melhor maneira de fazer isso é informando, debatendo sobre a ansiedade e as demais patologias que estão presente na vida das pessoas. Assim, proporcionando caminhos para descobrirem como é essencial cuidar das emoções, para ter uma saúde mental sadia.

## Referências

ALVES, Beatriz de Sousa. Prática profissional durante o ensino remoto de emergência - Reflexão e perspectivas dos professores de educação básica do 1º ao 5º. In: VII CONEDU, 7., 2020, Maceió. **Anais [...]**. Maceió - Alagoas: Realize Editora, 2020. p. 1-12.

Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/69335> Acesso em: 29 Ago 2021.

CASTILHO, Ana Regina GL et al. Transtorno de ansiedade. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, V. 22, supl. 2, 2000. Disponível em: <http://doi.org/10.1590/s1516-4446200000600006> Acesso em: 26 Ago 2021.

CIPRIANO, Jonathan Alves. ALMEIDA, Leila Cristina da Conceição Santos. Educação em tempos de pandemia: Análises e Implicações na saúde mental do professor e aluno. In: VII





CONEDU, 7., 2020, Maceió. **Anais [...]**. Maceió - Alagoas: Realize Editora, 2020. p. 1-11. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/68417> Acesso em: 29 Ago 2021.

CORDEIRO, Karolina Maria de Araújo. **O impacto da pandemia na educação: A Utilização da Tecnologia como ferramenta de ensino**. Manaus: Faculdades IDAAM, 2020. Disponível em: <http://repositorio.idaam.edu.br/jspui/handle/prefix/1157> Acesso em: 26 Ago 2021

CURY, Augusto. **Ansiedade: Como enfrentar o mal do século: A síndrome do pensamento acelerado: Como e por que a humanidade adoeceu coletivamente, das crianças aos adolescentes**. São Paulo: Saraiva, 2013.

MIRANDA, Kacia Kyssy Câmara de Oliveira et al. Aulas remotas em tempos de pandemia: desafios e percepções de professores e alunos. In: VII CONEDU, 7., 2020, Maceió. **Anais [...]**. Maceió - Alagoas: Realize Editora, 2020. p. 1-12. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/68086> Acesso em: 29 Ago 2021.

SANTOS, Geórgia Maria Ricardo Félix dos *et al.* COVID-19: Ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, [S.L.], v. 21, n. 1, p. 237-243, fev. 2021. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1806-9304202100s100013>.

SILVA, Sangela Lígia Camilo da. **Interfaces entre a oralidade e a variação linguística: uma proposta metodológica**. 2020. 54 f. TCC (Graduação) - Curso de Letras - Língua Portuguesa, Centro de Humanidades, Universidade Estadual da Paraíba, Guarabira, 2020.

