

**AS ATIVIDADES LÚDICAS SELECIONADAS COMO ELEMENTO DE APOIO NO COMBATE À ANSIEDADE**

*Ludic Activity Selected, As an Aid in Combating Anxiety*

Jeziel Alves Rezende, Maria Aparecida Augusto Satto Vilela

**RESUMO**

Este artigo deriva de uma pesquisa de mestrado, com área de concentração em Educação Inclusiva, e relata as mudanças no nível de ansiedade de quatro (4) crianças deficientes auditivas, depois de submetidas a Atividades Lúdicas Selecionadas. A ansiedade é uma emoção por vezes necessária ao ser humano, como um fator de proteção e segurança frente a perigos diversos, ao preparar-se para uma resposta mais rápida e eficiente, mas que ao apresentar acima de determinados padrões, leva a mudanças fisiológicas e comportamentais prejudiciais. A comunicação é fator essencial na vivência humana, mas quando por algum motivo não se consegue comunicar adequadamente, o indivíduo vê-se em um ambiente propício ao aparecimento de distúrbios emocionais leves, entre eles a Ansiedade. Comprovou-se que atividades lúdicas selecionadas podem influenciar beneficamente no tratamento com deficientes auditivas, já que não usando estímulos auditivos elas se sentem mais seguras e autoconfiantes, produzindo um nível de ansiedade menor.

**Palavras-chaves:** Jogos e Brincadeiras. Atividades Lúdicas Selecionadas. Ansiedade.

**ABSTRACT**

This article derives from a master's degree research, with a concentration in Inclusive Education, and reports the changes in the level of anxiety of four (4) hearing impaired children, after having submitted the playful activities selected. The anxiety is an emotion sometimes needed by the human being, as a protection factor and safety forward the various dangers, to prepare for a more rapid response and efficient, but that the present above certain patterns, leads to physiological changes and behavioral harmful. The communication is an essential factor in human experience, but when for some reason you cannot communicate adequately, the individual is seen in an environment conducive to the emergence of emotional disorders lightweight, among them the anxiety. It was proved that playful activities selected may influence advantageously in dealing with hearing-disabled, since not using auditory stimuli they feel more secure and self-confident, producing a level of anxiety lower.

**Keywords:** Games and Play. Ludic activities selected. Anxiety.

## INTRODUÇÃO

Este artigo é fruto de uma dissertação defendida em outubro do ano de 2010, junto ao Instituto Superior de Educação e Teologia – SP. A linha de pesquisa dos autores insere-se no universo da Educação Inclusiva, mais precisamente no uso de atividades lúdicas como suporte para intervenções no campo dos distúrbios emocionais leves.

Entre os distúrbios emocionais referidos acima está à ansiedade, que nos dias atuais, faz parte do cotidiano tanto de adultos como de adolescentes e crianças.

Vale ressaltar que o foco deste artigo recai sobre a ansiedade acima da média apresentada por alunos com deficiência auditiva. Realizou-se um levantamento de dados através de um formulário específico (FOCOM) e leitura de textos e livros que subsidiaram a reflexão e discussão em relação ao problema de pesquisa e, a partir destas reflexões, analisou-se a possibilidade de uso das atividades lúdicas como elemento terapêutico.

O referencial teórico utilizado fundamentou-se em Kirk e Gallagher (2000), Rezende e Martins (1993), além de Januzzi (2004) e Silveira (2008), que estudam, principalmente, a situação do deficiente auditivo na sociedade brasileira. Eles apontam que é comum existirem nas pessoas com deficiências sensoriais, comportamentos inadequados socialmente em decorrência do aparecimento de distúrbios emocionais indutores da falta de segurança, da baixa autoestima e posicionamento defensivo. Este ambiente produz secundariamente problemas no campo educacional e nas relações sociais, gerando um círculo vicioso em que, cada vez mais, o deficiente afasta-se dos outros, agravando seu problema de comunicação e desenvolvimento.

A vivência dos autores como docentes, há mais de 10 anos, despertou o interesse e conduziu-os a observar e questionar porque frequentemente as crianças com deficiência auditiva ao participarem de atividades lúdicas, especificamente as brincadeiras e jogos, apresentavam sinais de tensão e irritabilidade, provadas pela expectativa do estímulo desencadeador. O

indicativo deste comportamento de tensão, irritabilidade e insegurança decorrem do aumento da ansiedade.

A deficiência auditiva (DA) é caracterizada pela perda ou redução da propriedade de receber/interpretar os sons. Esta dificuldade, com relação à percepção dos sons, leva à redução da comunicação, provocada pela dificuldade ou ausência da linguagem oral. Tem-se como consequências, muitas vezes, o afastamento social, a inibição frente a novas situações, baixa autoestima, dentre outras.

Tendo em vista o público alvo desta pesquisa, a metodologia que melhor se apresentou na tentativa de ajudar a minimizar os distúrbios emocionais apresentados, foi composta da aplicação de atividades lúdicas comuns e depois selecionada. Em três oportunidades o grupo participante, composto de 14 crianças, sendo 10 ouvintes e 4 DA realizou estas atividades, compostas de jogos infantis e brincadeiras motoras.

Iniciou-se com os alunos pesquisados participando de aula comum de educação física em horário normal do quadro curricular; no segundo momento tiveram a participação em aula especificamente organizada com atividades lúdicas conhecidas por eles, tendo como estímulo desencadeador sons ou voz de comandos acompanhados de sinal visual ou tátil.

No terceiro instante, que caracterizava o ponto culminante e foco da pesquisa, foram aplicadas atividades lúdicas selecionadas (ALS), em que os estímulos para execução dos jogos e brincadeiras não utilizavam sons ou voz para sua execução.

Durante cada etapa, composta de sessão/aulas, comportamentos motores indicativos do nível de ansiedade dos alunos DA pesquisados foram anotados e tabulados, para posteriores comparações e reflexões pertinentes, na tentativa de comprovar a tese de que as Atividades Lúdicas Selecionadas (ALS) podem contribuir para a melhoria da saúde mental, ao diminuir os incômodos emocionais dos discentes com necessidades especiais.

### **Implicações decorrentes da deficiência auditiva no sujeito**

A perda auditiva constitui tema a ser discutido neste estudo, sendo importante apresentar as duas formas com que ela é entendida: a) como perda neurosensorial quando atinge o ouvido interno, cóclea ou nervo auditivo; e b) como perda condutiva quando o problema acontece na região da orelha (pinna), no canal/membrana auditiva, ou nos ossículos do ouvido médio.

A comunicação é parte importante do desenvolvimento do homem, na medida em que é por meio dela que o homem se relaciona com o outro, informando suas idéias e sentimentos (BEVILACQUA, 1987).

O nível da perda auditiva influencia de forma decisiva nos procedimentos que se deve adotar, para que se haja diminuição dos problemas da falta de comunicação, permitindo uma educação mais inclusiva e benéfica a todos.

O quadro abaixo demonstra sinteticamente os pontos mencionados com relação à perda auditiva e suas consequências ao trabalho educacional.

<b>Percepção faixa de perda</b>	<b>Nível</b>	<b>Implicações educacionais e sonoras</b>
27-40 dB	<b>Leve</b>	Tem dificuldade em ouvir sons distantes. Pode precisar sentar-se em lugar especial e Terapia da fala.
41-55 dB	<b>Moderada</b>	Compreende a fala de uma conversa. Pode não acompanhar discussão em classe. Pode precisar de Aparelho Auditivo e Terapia Especial.
56-70 dB	<b>Moderadamente Grave</b>	Precisa de Aparelho Auditivo, Treino auditivo, Treino intensivo de linguagem.
71-90 dB	<b>Grave</b>	Consegue ouvir só sons próximos. Às vezes é considerado surdo. Precisa de Educação Especial, Aparelho Auditivo, Treinamento de linguagem e fala.
91 dB - +	<b>Profunda</b>	Pode perceber sons altos e vibrações. Confia bem mais na visão do que na audição para processar informações. É considerado surdo.

Quadro 1. Grau de perda auditiva e seu significado educacional

Fonte: Rezende e Martins (1993)

Tendo em vista o Quadro 1, os autores concordam com Myklesbust (apud FERNANDES 1990) quando afirma que a perda auditiva leva o deficiente a ter dificuldades sociais e de personalidade, pois produz, secundariamente, um ambiente sócio-familiar propício ao aparecimento de manifestações sociais e individuais inadequadas, neste caso o aumento da ansiedade.

### **Conceituação sobre ansiedade**

Para Sperling (1999, p. 207), “o medo contínuo como resposta a um problema futuro é o que caracteriza a ansiedade”, já que, para ele, o medo normal se refere a uma resposta à ameaça presente imediata. Ele classifica a ansiedade média e contínua como preocupação e a intensa e ocasional de pânico.

Este posicionamento de Sperling é importante na medida em que se pode verificar que a preocupação é comportamento aceito e, por vezes necessário, já que nos protege contra ameaças do dia-a-dia. Entretanto, esta preocupação ao se tornar constante e fora de controle pode provocar transtornos mentais.

A ansiedade tem componentes psicológicos e fisiológicos, caracterizados internacionalmente no DSM-IV (2005)<sup>1</sup>, tendo dentre outros sintomas físicos: tensão muscular, sudorese, taquicardia (batedeira) e dor de cabeça. No campo das características emocionais e psíquicas tem-se comumente excitação exacerbada, aceleração do pensamento ao planejar uma maneira de se livrar do problema, além da insegurança na tomada de decisões.

De acordo com Rezende e Martins (1993, p.9), “a ansiedade acarreta dificuldades de relação entre as pessoas, problemas de assimilação a novas experiências, o distanciamento entre a realidade e o sonho, consequentemente infelicidade, insegurança e neuroses”. Para eles também fica claro que as atividades lúdicas, se bem escolhidas e corretamente aplicadas, podem atuar como medida terapêutica de distúrbios cuja etiologia advém de distúrbios

---

<sup>1</sup> Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders - 4.<sup>a</sup> edição.

emocionais leves, principalmente em crianças que estão no período de alfabetização.

### **As Atividades Lúdicas: conceituação e posicionamentos**

Em relação às atividades lúdicas, é relevante conceituá-las, tendo em vista a perspectiva de análise deste trabalho.

De acordo com Rosamilha (1979, p.3), as Atividades Lúdicas “envolvem divertimento, alegria”, podendo inclusive ser consideradas como passatempo.

Suas características atendem a alguns princípios que, de acordo com Rezende e Martins (1993), são as seguintes: os brinquedos são menos estereotipados, menos consistentes, mais livres de regras e isentas de normas impostas; são atividades que não visam a competição em si e sim a realização de uma tarefa de forma prazerosa; existe sempre a presença de motivação para atingir certos objetivos que, quando alcançados, levam à procura de outro para novas gratificações.

Medeiros (1969), educadora e pesquisadora, preconiza a mais de 40 anos o uso das atividades lúdicas na educação de crianças, jovens e adultos, já que eles:

Oferecem exercício físico salutar e intenso, além de alegria, formas sadias e socialmente aceitas de explorar as próprias possibilidades e de descobrir o mundo a seu redor; prazer de criação, e notadamente, desafogo de dificuldades emocionais de sentimentos confusos de temores e fantasias, de conflitos e de agressividade, em situações de insegurança... (MEDEIROS, 1969, XVII [sic]).

Erikson (1987, p. 119) pontuou que “as crianças ao brincarem descarregam suas emoções e liberta-os dos medos, pois o ambiente restritivo demais cria obstáculos para a melhora da autoconfiança e autoafirmação”. Ele indicou o uso das atividades lúdicas para compensar as derrotas e as frustrações resultantes do uso limitado da linguagem.

Entre algumas generalizações dos benefícios alcançados com a utilização das atividades lúdicas, os teóricos lidos destacaram o/a:

- autocontrole e autoconsciência facilitada;

- concentração aumentada;
- aquisição e/ou aumento de empatia pelos outros.

A escolha e a aplicação de jogos e brincadeiras devem ser feitas de forma criteriosa no trabalho com o deficiente auditivo, pois a dificuldade de comunicação e a impossibilidade de ouvir os estímulos levam-no, muitas vezes, a um estado de ansiedade, principalmente quando incluído em turma comum.

Ao escolher corretamente as atividades lúdicas, propicia a eles a possibilidade de utilizarem todas as suas potencialidades que conduzirão a vitórias e sucessos, bem como a superação de medos e fortalecimento da confiança para enfrentar os problemas.

## **METODOLOGIA**

A pesquisa que serve de base para este artigo teve como objetivo principal verificar o nível de Ansiedade das crianças D.A's quando participam de diferentes tipos de atividades lúdicas (com elementos desencadeadores sonoros e visuais) e atividades lúdicas selecionadas (com desencadeadores não sonoros). Para alcançar essa finalidade, aplicou-se a Ficha de Observação da Conduta Motora (FOCOM). Esta ficha, de formato Check-list quantitativo, foi criada para mensurar valores com relação à ansiedade, em 04 alunos DA's, do 1º ano do ensino fundamental de uma escola estadual de proposta inclusiva da cidade de Ituiutaba- MG.

Deve-se destacar que a turma era composta de 14 crianças com idade entre 7 e 9 anos e convivia desde o ano de 2009, quando foram matriculadas no pré-escolar desta mesma escola e que, obedecendo a orientações pedagógicas pertinentes ao trabalho inclusivo, foram novamente colocadas na mesma turma no ano seguinte.

Visto que um dos autores desta pesquisa é educador físico, os elementos motores observáveis na FOCOM foram: Tensão motora, Tremor, Inquietação, Excitação, Revolta e Agressividade. Para efeito da pesquisa a

pontuação para cada um dos elementos listados variou de 0 (não presença) a 5 (presença em grau alto).

A ênfase especial no uso das ALS's seguiu os seguintes princípios, já discutidos e aceitos, em trabalho anterior de um dos autores. Estes princípios se caracterizaram por:

- serem brincadeiras mais livres ou com normas consensuais;
- propiciarem atividades que não focassem tanto a competição, mas a realização dos desafios de forma prazerosa;
- existir sempre a presença de motivação para atingir gradativamente os objetivos, o que produziria novos motivos para seguirem envolvidos e participativos.

Como toda pesquisa de campo os procedimentos de cunho legal e ético foram adotados obedecendo aos trâmites padrão, ou seja, aprovação do projeto por conselho ético competente, reunião com os pais das crianças envolvidas, reunião com o pessoal de apoio como professor regente de sala, intérprete de libras e profissional de Educação Física no intuito de prestar esclarecimentos sobre a pesquisa.

Os procedimentos de ordem prática foram assim divididos e ordenados:

1º Momento - Aplicação da FOCOM para os grupo pesquisado, em situação de aula normal de educação física.

2º Momento - (Duas semanas depois do 1º momento) - Realização de atividades lúdicas diversas em que não havia preocupação quanto ao uso de estímulos e comandos; as observações e anotações foram novamente registradas na FOCOM.

3º Momento - (Uma semana depois do 2º momento) - Realização de atividades lúdicas selecionadas em que a ênfase recaiu sobre o uso de jogos e brincadeiras que tinham em foco e preocupação quanto aos estímulos e comandos táticos ou visuais. Novas anotações e mensurações foram registradas na FOCOM.

Ao término dos momentos acima citados, substanciados por mais leituras e principalmente pelos dados recolhidos, realizaram-se a tabulação e a

análise dos dados recolhidos, tecendo comparações e verificando como e quanto às atividades diferenciadas podem ou não ser usadas como medida de apoio no controle da ansiedade em deficientes auditivos.

O material e os instrumentos selecionados possibilitaram a obtenção dos dados consistentes e específicos para esclarecimento das dúvidas e hipóteses levantadas e possibilitaram chegar a algumas considerações.

As atividades lúdicas selecionadas foram compostas por jogos e brincadeiras já conhecidas pelas crianças e pelos seus colegas de sala. Entre as atividades aplicadas temos as seguintes brincadeiras e jogos:

- “Tiro ao Alvo” – usando peteca como ‘dardo’ de lançamento;
- “Tampinha campeã” – jogo que usa três tampinhas de garrafa tentando chegar primeiro na linha demarcada.
- “Caçar Ratos” – brincadeira em que as crianças tentam interceptar uma bolinha rolada sobre o banco sueco.

## **CONCLUSÃO**

A pesquisa contribuiu para identificar uma relação direta entre a diminuição do nível de ansiedade e deficiência auditiva quando do uso de atividades lúdicas selecionadas.

No primeiro encontro com os alunos, verificou-se o estado de ansiedade ao participarem da aula de educação física aplicada na escola; em outro momento desenvolveram-se atividades, brincadeiras e jogos no intuito de verificar em que nível se situava a ansiedade destas crianças quando participantes de atividades lúdicas que exigiam estímulos auditivos em seu início ou durante sua execução. No 3º momento aplicaram-se as Atividades Lúdicas Selecionadas (ALS), que se constituíram jogos e brincadeiras em que os estímulos para início, execução e finalização, não foram de ordem sonora.

Os pontos a serem destacados são demonstrados no gráfico 1 (Somatória dos momentos) e aqui se referem às atividades nos 3 momentos.

Como se pode notar no 3º momento, onde as atividades lúdicas tinham a preocupação de não usar os estímulos sonoros, os elementos motores que

serviram de base para a análise do nível de ansiedade foram mais baixos do que nos anteriores.

Lembrando que como já foi mencionado neste artigo, a pontuação para cada elemento variava de 0 (ausência) a 5 pontos (Presença muita alta). As iniciais 1M e 2M se referem a crianças do sexo masculino e as iniciais 1F e 2F se referem a crianças do sexo feminino.

Os elementos Tensão motora/Tremor (T/T) e Inquietude/Excitação (I/E) sofreram considerável diminuição em suas mensurações e o elemento Revolta/Agressividade (R/A), mesmo apresentando oscilações entre pontuação alta e pontuação baixa, também apontaram índices favoráveis.

#### 1º momento

Aluno	T / T	I / E	R / A
1M	3	4	3
2M	4	4	3
3F	4	3	3
4F	3	4	4
<b>TOTAL</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>13</b>

#### 2º Momento

Aluno	T / T	I / E	R / A
1M	3	5	4
2M	4	4	4
3F	4	3	4
4F	5	4	4
<b>TOTAL</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>

#### 3º Momento

Aluno	T / T	I / E	A / R
1M	2	2	3
2M	3	4	2
3F	4	3	3
4F	3	2	4
<b>TOTAL</b>	<b>12</b>	<b>11</b>	<b>12</b>

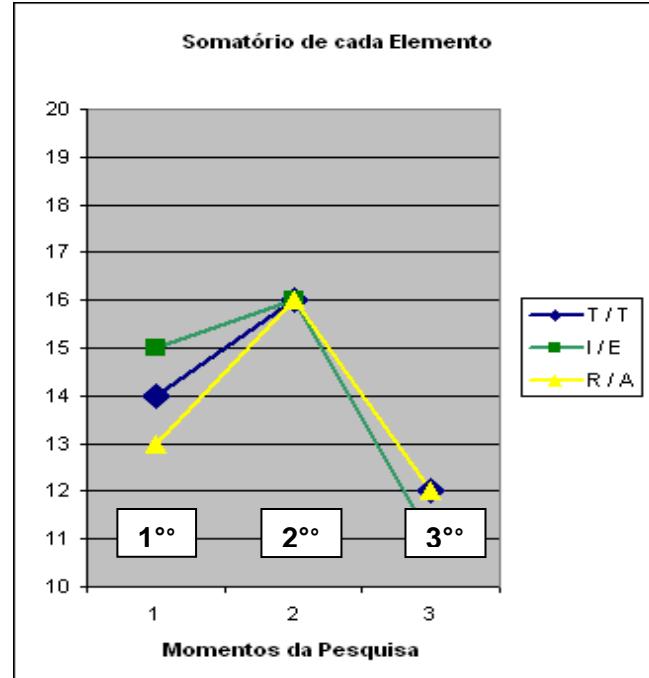


Gráfico 1 – Somatória dos três momentos, com as respectivas tabelas.

Os profissionais da saúde, entre eles Psicólogos, Terapeutas Ocupacionais, Enfermeiros e Professores de Educação Física têm procurado

fazer o uso das atividades lúdicas selecionadas para tratar diversos problemas de saúde que, felizmente hoje, tem como foco principal o trabalho preventivo.

Embora este artigo tenha sido escrito a partir de uma dissertação de mestrado concluída, notou-se que não se esgotaram as possibilidades e as questões sobre a temática das atividades lúdicas e as deficiências auditivas. Acredita-se que, a partir dele, foi possível apontar contribuições para esta área, bem como despertar o interesse de outros educadores.

## REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders**: DSM-IV, fourth edition. Washington, DC 2005.
- BEVILACQUA, Maria Cecília. **A Criança Deficiente Auditiva e A Escola**. São Paulo: Balieiro, 1987 (Coleção Ensinando Aprendendo).
- ERIKSON, Erik. H. **Infância e Sociedade**. Rio de Janeiro: Zahar editores, 1987.
- FERNANDES, Eulalia. **Problemas linguísticos e cognitivos do surdo**. Rio de Janeiro: AGIR, 1990
- FONSECA, Antonio F. **Psiquiatria e Psicopatologia**. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 1997, v.1.
- JANUZZI, G. M. **A educação do deficiente no Brasil**: dos primórdios ao início do século XXI. Campinas: Autores Associados, 2004.
- KIRK, Samuel A.; GALLAGHER, James J. **Educação da Criança Excepcional**. São Paulo: Martins Fontes, 2000.
- MEDEIROS, Ethel Bauzer. **Jogos para recreação na escola primária: subsídio a prática da recreação infantil**. Rio de Janeiro: INEP, 1959.
- ROSAMILHA, Nelson. **Psicologia do Jogo e Aprendizagem Infantil**. São Paulo: Pioneira, 1979
- REZENDE, Jeziel A.; MARTINS, Cleonides O. **Atividades Lúdicas Selecionadas na terapêutica da ansiedade para portadores de necessidades especiais**. 1993. Monografia (Especialização em Portadores de Necessidades Especiais) – UFU, Uberlândia, 1993.

SPERLING, Abraham P. **Introdução a Psicologia**. Trad. Esmeria Rovai, São Paulo:Pioneira, 1999.

SILVEIRA, Carolina H. **O ensino de libras em escolas gaúchas para surdos: um estudo de caso.** *Revista Educação Especial*, vol. 21, nº 31, 2008.

## AUTORES

**Jeziel Alves Rezende** é mestre em Psicanálise, Educação e Sociedade e graduado em Educação Física pelo Instituto Superior de Educação e Teologia - INSET, Itanhaém (SP), professor assistente do curso de Licenciatura em Educação Física, da Fundação Educacional de Ituiutaba, associada à Universidade do Estado de Minas Gerais - Campus de Ituiutaba-MG.

[educorpo@hotmail.com](mailto:educorpo@hotmail.com)

**Maria Aparecida Augusto Satto Vilela** é doutora e mestre em Educação pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo e graduada em Pedagogia, pela mesma instituição de ensino. É professora adjunta da Fundação Educacional de Ituiutaba, associada à Universidade do Estado de Minas Gerais - Campus de Ituiutaba-MG.

[cidasatto@hotmail.com](mailto:cidasatto@hotmail.com)