
Dossiê: Inclusão e Educação em Saúde Mental

Usos de Tecnologias da Informação e da Comunicação (TICs) como Apoio Emocional no Contexto Educacional

Uses of Information and Communication Technologies (ICTs) as Emotional Support in the Educational Context

José Carlos Ribeiro
Mariana Matos
Maria Virgínia Dazzani
Universidade Federal da Bahia (UFBA)
Salvador, BA - Brasil

Resumo

É comum que os estudantes vivenciem desafios emocionais enquanto frequentam as instituições de ensino, o que pode influenciar de forma negativa seus desempenhos acadêmicos, sociabilidade e desenvolvimento individual. Uma das estratégias de enfrentamento para estas questões é o uso de Tecnologias da Informação e da Comunicação (TICs), que oferecem uma série de recursos como jogos, ambientes virtuais, experimentações relacionadas às interações sociais e o aprimoramento de habilidades emocionais e cognitivas. Conclui-se que, ainda que tais aparatos ofereçam inúmeras possibilidades de suporte e mediação no contexto educacional, sua utilização ainda é permeada por dificuldades estruturais e culturais que, uma vez superadas, pode ser crucial na promoção de um ambiente escolar formador de indivíduos engajados na construção de uma sociedade mais saudável.

Palavras-chave: Desafios Emocionais. Tecnologias. Educação.

Abstract

It is common for students to experience emotional challenges while attending educational institutions, which can negatively influence their academic performance, sociability and individual development. One of the strategies for dealing with these issues is the use of Information and Communication Technologies (ICTs), which offer a series of resources such as games, virtual environments, experiments related to social interactions and the improvement of emotional and cognitive skills. It is concluded that, although such devices offer countless possibilities for support and mediation in the educational context, their use is still permeated by structural and cultural difficulties that, once overcome, can be crucial in promoting a school environment that develops individuals engaged in building a healthier society.

Keywords: Emotional Challenges. Technologies. Education.

Introdução

Desde a entrada na escola, ainda na primeira infância, os indivíduos se deparam com novos contextos que os convocam a desenvolver diversas habilidades, como as cognitivas, motoras e sociais, o que se torna crucial para seus processos de aprendizado e construção de resiliência emocional e uma perspectiva de bem-estar futuro. No entanto, nem todos conseguem manter experiências positivas, o que pode desencadear consequências danosas, como transtornos psicológicos, problemas de aprendizado e dificuldades de estabelecimento de relações sociais (Lopes, 2024).

Nos últimos anos, a sociedade passou por diversas mudanças significativas, como no modelo tradicional de família, de trabalho ou mesmo de comunicação. Contudo, a escola, de acordo com Oliveira e Müller (2018) mantém as características tradicionais, que datam do século XIX, e este é um dos principais elementos que corroboram para a emergência de diversos desafios, tanto para o estudante, quanto para o professor.

Pensar em desafios vivenciados no contexto educacional é, segundo Oliveira e Müller (2018), considerar o fato de que nenhum deles decorre de fatores isolados, mas de uma diversidade de influências que recaem e marcam o indivíduo no seu processo de aprendizagem e convívio com outros. Neste sentido, desafios emocionais referem-se a situações ou experiências que exigem um esforço significativo para lidar com as próprias emoções de maneira adaptativa, podendo gerar desconforto, estresse ou sofrimento psicológico. Eles são frequentemente associados a eventos difíceis ou ambíguos que desafiam a capacidade do indivíduo de manter equilíbrio emocional e de tomar decisões saudáveis em relação às suas emoções (Goleman, 1995; Gross, 2002; Lazarus & Folkman, 1984).

A vivência de desafios emocionais por estudantes tem respercussões nas áreas cognitivas (conhecimento, capacidades, competências), socioemocional (estabilidade e relações interpessoais), identidade (autonomia, autoestima), profissional (empregabilidade e projeto de carreira) e valores (Araújo; Almeida, 2019). Diante deste contexto, é esperado que o indivíduo tenha condições de gerar novas respostas capazes de superar o conflito, o que caracteriza essa experiência como um período de vulnerabilidade, mas também de potencialidades (Erikson, 1976).

Um dos desafios emocionais frequentemente relatado por estudantes nos dias atuais é lidar com sintomas associados à ansiedade e ao medo do fracasso. De acordo com Zeidner

(1998), a ansiedade no contexto escolar é uma resposta emocional que interfere negativamente no aprendizado, afetando a capacidade de concentração e a performance dos estudantes. Segundo Santos, Vasques e Azevedo (2022), estudantes que vivenciam constantemente sintomas ansiosos estão mais predispostos a apresentarem prejuízos que resultam em dificuldades para participar e completar de maneira eficiente suas tarefas escolares, de organizar e planejar, bem como memorizar informações aprendidas no contexto escolar.

Já o medo do fracasso, que é um fenômeno complexo e multifacetado que abarca questões que envolvem dificuldades de aprendizagem, problemas de comportamento, baixo desempenho escolar, distorção idade-série/ano, abandono escolar precoce ou repetência, ameaça a saúde mental dos estudantes por suscitar sentimentos de frustração, rejeição e desvalia, causando prejuízos sobre o desenvolvimento acadêmico e social ao longo da vida do indivíduo (Pozzobon, Mahendra; Marin, 2017).

A violência escolar, incluindo o bullying em todas as suas formas, representa um outro desafio emocional significativo para o bem-estar dos estudantes, uma vez que, de acordo com Ristum (2010), apresenta dificuldades tanto imediatas, quanto de médio e longo prazos. Dentre tais dificuldades, verifica-se o risco de comprometimento do rendimento escolar, a tendência ao isolamento social, a diminuição da autoestima e o aumento da recusa em frequentar a instituição de ensino. Em longo prazo, ressaltam-se dificuldades de relacionamento e sintomas de depressão, além da associação ao crescimento da taxa de suicídio entre alunos.

Para Eriksson (1976) e Boyd e Bee (2011), o desenvolvimento da autoestima e da identidade, sobretudo na adolescência, pode vir a se constituir em um desafio emocional quando ocorre de modo insalubre. Isto ocorre em virtude da necessidade de aceitação social, de pertencimento e de comparação com os pares. Nesta perspectiva, ao se preocupar com a opinião alheia, o estudante tende a modificar condutas, por exemplo, para que consiga lidar com o que acontece consigo ou com grupo que integra, gerando o que Eriksson (1976) nomeia como confusão de identidade. Em situações assim, os sentimentos de isolamento, de ansiedade e de incapacidade em se encontrar no mundo adulto surgem, podendo comprometer o ciclo do desenvolvimento ao qual o indivíduo se encontra.

Numa outra perspectiva, Gross (2002) ressalta a regulação emocional como essencial para o funcionamento acadêmico e social sadio dentro da escola, destacando o fato de que a falta dessa habilidade pode criar dificuldades diversas para os alunos que possuem dificuldades de ajustar suas emoções de maneira adaptativa, o que se torna um desafio emocional quando se manifesta em reações exageradas de raiva, frustração ou tristeza ao se deparar com situações difíceis e desafiadoras, como a resolução de conflitos ou a percepção de injustiça, por exemplo.

Tem-se ainda, como desafio emocional contemporâneo para estudantes, as transições significativas, que comumente acarretam mudanças de vida. Por envolverem o ato de passar de um estado, status ou lugar para outro, devem ser concebidas como um processo complexo, e não apenas como um acontecimento concreto. Alguns exemplos são a passagem de um ciclo de ensino para outro (como, por exemplo, do ensino fundamental para o médio), uma possível transferência de escola ou mesmo uma modificação de endereço. Alguns autores (Eccles et al., 1993; Sonkin, 2010) destaca ser comum que o aluno nessa situação experimente algum nível de desconforto relacionado à adaptação a novos contextos, o que pode gerar sentimentos de insegurança, ansiedade e alienação, repercutindo no desempenho acadêmico e no bem-estar psicológico.

De modo similar, problemas familiares que não contam com o suporte emocional adequado também acabam se constituindo em um desafio emocional para crianças e adolescentes em idade escolar. Isto ocorre quando as adversidades domésticas interferem no âmbito escolar, correlacionando as dificuldades vivenciadas (como divórcios, violência doméstica ou a perda de um ente querido) com o desempenho acadêmico ou a sociabilidade. Neste sentido, Cicchetti e Blender (2006) sugerem que o estresse familiar pode afetar diretamente o comportamento e as emoções de um indivíduo, comprometendo sua capacidade de aprender e se relacionar em contextos escolares.

No que tange ao suporte emocional, foi percebido por Gaspar et al. (2006) que este deve ser considerado nas diversas dimensões que o compõem, como as características do próprio estudante e da família, o status socioeconômico e o estilo parental. Nesta perspectiva, Bradley et al. (2011) percebe este elemento como fundamental no processo de aprendizagem, visto que pode contribuir para atenuar possíveis desvantagens sobre o desempenho escolar, bem como problemas comportamentais decorrentes das vivências dos problemas familiares.

Um outro desafio emocional recorrente no contexto educacional atual são os diagnósticos de doenças e transtornos que ameaçam a saúde mental. Becker, Sidol e Luebbe (2014) perceberam que alguns deles, tais como a depressão, a TAG (transtorno de ansiedade generalizada) e o TDAH (transtorno de déficit de atenção e hiperatividade), por exemplo, influenciam a capacidade dos alunos de funcionar adequadamente na escola, repercutindo no desempenho acadêmico, no relacionamento com os colegas e na qualidade de vida em geral, fazendo com que os alunos que vivenciam alguma(s) dessa(s) condição(ões) precisem lidar com desafios adicionais no ambiente escolar, tanto no que diz respeito ao controle das emoções quanto à adaptação relacionados aos requisitos acadêmicos e sociais.

Por fim, um último desafio emocional identificado é a falta de suporte social no próprio espaço educacional. Seja por parte de professores, dos gestores ou de colegas, a ausência da percepção de apoio social pode aumentar a sensação de solidão, desesperança e até a dificuldade em pedir ajuda quando necessário (Rutter, 1979). De acordo com Wang e Eccles (2012), o suporte social adequado no ambiente de aprendizagem é um dos principais preditores de um engajamento escolar positivo, englobando as esferas emocionais, comportamentais e cognitivas. Os autores perceberam melhor desempenho acadêmico, presença do sentimento de pertencimento à escola, maior interesse e prazer associados às aulas, bem como menores níveis de ansiedade ao se envolverem com tarefas, entre alunos que possuem uma rede de suporte social na escola.

Constata-se que os diversos desafios emocionais que influenciam no contexto escolar podem interferir de forma danosa na saúde mental e no sucesso acadêmico dos alunos. Deste modo, um dos recursos para auxiliar no gerenciamento dos efeitos dos desafios emocionais é a utilização da mediação das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TICs), que proporcionam, por exemplo, ambientes digitais que promovem interação social, entretenimento e conhecimento, e são tão amplamente utilizadas pelos estudantes. Deste modo, identificamos, através de uma revisão narrativa da literatura, os principais desafios emocionais experimentados por estudantes (medo do fracasso, violência escolar, autoestima comprometida, dificuldades de autorregulação, transições significativas, problemas familiares, diagnósticos que interferem na aprendizagem e falta de apoio social) e como o uso das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TICs) podem influenciar neste contexto.

Conforme percebido na literatura (Kuss; Griffiths, 2017; O'Keeffe; Clarke-Pearson, 2011; Twenge, Martin; Campbell, 2017), os ambientes digitais subsidiados pelas TICs possuem o potencial para oferecer aos seus usuários (estudantes) que enfrentam desafios emocionais recursos que envolvam apoio social, educação emocional e expressão pessoal, elementos úteis ao enfrentamento dos danos decorrentes dos desafios emocionais. Quando utilizadas de maneira construtiva, também oferecem oportunidades para os indivíduos desenvolverem resiliência e encontrarem representatividade e acolhimento. Sendo assim, exploraremos no próximo tópico como as TICs são compreendidas e apreendidas pelo contexto educacional.

TICs no Contexto Educacional

Desde a descoberta dos primeiros registros que marcam as interações humanas, é possível perceber a presença de tecnologias, sendo estas, inclusive, fundamentais para a continuidade da evolução da espécie. De acordo com Kenski (2007), a sistematização dos saberes para a construção de ferramentas que pudessem auxiliar na resolução de problemas cotidianos relacionados à própria sobrevivência é uma prática que subsiste à atualidade.

Neste sentido, os vínculos entre conhecimento, poder e tecnologias foram forjados em todas as épocas e em todos os tipos de relações sociais (Kenski, 2007). Um dos espaços no qual essa integração se torna extremamente significativa são as instituições de ensino. Segundo a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Brasileira (2005), esse é o âmbito responsável por sistematizar e compartilhar os saberes necessários para “o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho” (Brasil, 2005, p.7), o que pressupõe um domínio dos recursos tecnológicos ao conjunto de conhecimentos aceitos e considerados necessários pela instituição para um pleno desenvolvimento do sujeito.

As plataformas digitais são exemplos de tecnologias contemporâneas mediadas por TICs que integram uma importante mobilização de saberes com o reconhecimento de diferentes identidades e a articulação dos pensamentos que compõem a coletividade e a sociabilidade (Machado; Tijiboyve, 2005). Podem ser compreendidas como infraestruturas digitais que permitem dois ou mais grupos interagirem, conectando audiências, publicitários, fornecedores de serviço, objetos físicos e empresas e estabelecendo assim a mediação das atividades humanas, da interação interpessoal e da negociação de serviços e comércio (Van Dijck, Poell; De Waal, 2018). Dentre as plataformas mais utilizadas no Brasil, temos o WhatsApp, o Instagram e o Facebook (Associação dos Dirigentes de Vendas e Marketing do Brasil (ADVB/SC, 2024).

Os usos frequentes de TICs no cotidiano dos estudantes, ainda que de forma indireta, trazem implicações nos processos de aprendizagem que reverberam nos contextos institucionais, já que são influenciados pela interação de uma multiplicidade de fatores sociais e complexos que aparecem na sala de aula, na escola, na comunidade e nos contextos políticos e culturais mais amplos (Unsworth, 2001). Contudo, a receptividade ao digital não costuma ser tão positiva, uma vez que o caráter dinâmico e os diversos recursos ofertados demandam que os conceitos tradicionais que sustentam as instituições de ensino (e que, em sua maioria ainda são fortemente baseados na palavra e no impresso) sejam ressignificados, promovendo um diálogo entre o velho e o novo, o que não se limita às tecnologias digitais ou à tela (Kersch; Marques, 2017).

Por terem se tornado espaços de conexão, interação, criatividade, autonomia, conhecimento e aprendizagem entre os usuários, seus usos associados ao contexto educacional se tornam significativamente ampliados, oferecendo potenciais que envolvem o aprimoramento do processo de aprendizagem (como através de tutoriais e pesquisas, por exemplo), e fornecendo aos estudantes um repertório de práticas que ultrapassam o preparo apenas para seu futuro local de trabalho e influenciam também suas interações sociais e projetos de vida como um todo. Contudo, o alcance desses objetivos exige, conforme afirmam Kersch e Marques (2017), um novo sentido para as práticas institucionais, de modo a ser considerado os benefícios que os ambientes digitais podem oferecer: buscar, explorar, pesquisar e selecionar informações; e em seguida, processar, criar, construir e apresentar informação.

No que diz respeito aos usos de TICs relacionados ao apoio emocional no contexto da educação, Hernandez et al. (2021) apontam eficácias quando estas complementam as práticas pedagógicas tradicionais, permitindo, por exemplo, que educadores acompanhem o bem-estar emocional dos alunos em tempo real e assim ajustando suas abordagens conforme necessário para promover um ambiente de aprendizado mais inclusivo e empático.

As funcionalidades disponíveis em plataformas digitais, por exemplo, como recursos interativos e jogos digitais, podem ainda auxiliar na construção de habilidades emocionais e sociais de forma envolvente, aumentando a resiliência e o engajamento dos alunos. No estudo realizado por Sousa, Andrade e Machado (2017), exemplificativamente, foi percebido que o uso de plataformas digitais contribuiu para o gerenciamento de situações como

difficultades de aprendizagem, comportamentos inadequados em sala de aula e exclusão social, além de estimular o fortalecimento de laços afetivos que ocorrem entre professor, alunos e seus pares.

O apoio emocional para estudantes no contexto escolar pode ainda ser facilitado através do incentivo por usos de TICs que os ajudem a identificar suas emoções até técnicas de gestão de conflitos. Algumas plataformas digitais, como as agendas e fóruns virtuais, por exemplo, podem facilitar ainda a comunicação entre a escola, os alunos e as famílias, o que promove um ambiente de apoio mútuo e fortalece os vínculos entre os membros da comunidade escolar (Gil; Martins, 2021).

Apesar de tantas vantagens, alguns desafios também se destacam em relação à utilização de TICs no contexto educacional. O despreparo da equipe, sobretudo dos docentes, para integrar as tecnologias com a prática, a constante necessidade de atualizações e treinamentos (tanto técnico quanto humano) e a dificuldade financeira para implementação de dispositivos e recursos que possam ser utilizados pelos estudantes são alguns deles (Fernandes; Figueiredo, 2020).

Em comunidades escolares com dificuldades de acesso aos dispositivos tecnológicos e significativos problemas sociais, foi constatado por Gadea (2015) que o uso de TICs permitiu o empoderamento e uma sociabilidade muito maior aos jovens com carências sociais, tornando-as um espaço de expressão e de visibilidade. Nesta perspectiva, o autor considera a aliança entre tecnologias digitais e contextos educacionais uma potencial promotora de uma cultura de paz, de convivência e de respeito, desenvolvendo conectividade, circulação de informação, desenvolvimento da identidade, ampliação da linguagem e da expressividade, entre os estudantes.

Em suma, percebe-se que a utilização de TICs no ambiente escolar pode ser desafiadora no sentido de romper paradigmas entre o tradicional e o moderno, além de exigir adaptações e adequações tanto técnicas quanto para os profissionais que compõem o contexto educacional. Entretanto, configura-se também em um importante potencial para contribuir com as mais diversas áreas, desde o processo de aprendizagem, as interações sociais, até o apoio emocional dos estudantes, já que quando integram tecnologias digitais e cuidado emocional, as escolas podem criar ambientes mais acolhedores e propícios ao desenvolvimento integral dos alunos, preparando-os mais assertivamente para lidar com os desafios do mundo contemporâneo.

Algumas Possibilidades de Usos das Tics nos Contextos Educacionais

Além de estratégias tradicionais, algumas possibilidades de gerenciamento dos desafios emocionais podem ser encontradas através da mediação das TICs no contexto educacional. Para além das plataformas e aplicativos voltados apenas para o aspecto da aprendizagem, tais dispositivos oferecem também a possibilidade de ampliação dos seus usos e apropriações com o potencial de influenciar positivamente nos âmbitos sociais e emocionais, promovendo o desenvolvimento socioemocional e auxiliando os estudantes a superarem desafios emocionais com resiliência e confiança.

Em relação aos desafios associados a sintomas de ansiedade e medo do fracasso, por exemplo, temos os AVAs (Ambientes Virtuais de Aprendizagem), que oferecem aos estudantes flexibilidade e a possibilidade de acessar materiais e atividades em seu próprio ritmo, o que pode reduzir a pressão associada aos prazos rígidos e minimizar a ansiedade relacionada ao desempenho. No estudo realizado por Behar, Machado e Longhi (2022), foi percebido que o uso do AVA auxiliou alunos em relação a aspectos como: engajamento, resiliência, autogestão, abertura ao novo e empatia, o que indica que esta pode ser vista como uma prática inovadora e inclusiva, que considera os aspectos socioafetivos no processo de aprendizagem.

Outra interessante possibilidade de mediação das TICs para os desafios emocionais é a utilização de plataformas de comunicação e suporte social. Segundo Renaud e Cherba (2023), através de recursos como fóruns e grupos de discussão, geralmente com a figura de um moderador presente, é permitido aos estudantes compartilharem suas experiências e obterem apoio de colegas, educadores, ou até mesmo profissionais, aliviando sentimentos de isolamento e fornecendo estratégias coletivas para lidar com a ansiedade e o medo do fracasso, por exemplo.

Klettemberg e Nunes (2023) destacam ainda a gamificação como uma ferramenta mediada por TICs que auxilia no enfrentamento de desafios emocionais no contexto educacional. De acordo com Kapp (2012), a gamificação consiste não no uso de jogos, mas sim da incorporação de alguns elementos que compõem um jogo, como avatares, ranking, desafios ou sistemas de reputação, logo, trata-se do pensar em uma ação como em um jogo, utilizando seus elementos, e aplicando-a em um contexto externo ao jogo em si. Entre estudantes que vivenciam questões complexas que influenciam no processo de

aprendizagem, a gamificação mediada por TICs tem o potencial de aumentar a motivação e o engajamento e auxiliar na resolução de problemas em contextos desafiadores.

As TICs também podem ser úteis no diz que respeito à violência escolar enquanto um desafio emocional a ser enfrentado por estudantes. Neste caso, podem ser utilizadas tanto na prevenção quanto na intervenção de casos de violência (como o bullying ou cyberbullying, por exemplo). Para além do apoio psicológico mediado e da promoção da conscientização sobre os efeitos nocivos de situações violentas, seja através da criação ou da utilização de plataformas já existentes, é possível ainda a realização de monitoramentos e intervenções mais assertivas por parte das instituições de ensino, por meio de ferramentas digitais podem ser empregadas para acompanhar sinais de violência e fornecer suporte imediato às vítimas, inclusive a possibilidade de denúncias anônimas, o que facilitaria a ação por parte de educadores e profissionais de saúde mental (Garaigordobil; Martínez-Valderrey, 2016; Mancini et al, 2013).

No que se refere ao desenvolvimento da autoestima e da identidade como desafios emocionais, as TICs podem ser facilitadoras para a exploração de interesses, de compartilhamento de experiências, da promoção de socialização e do contato com redes de representatividade, identificação e acolhimento, o que pode contribuir para o fortalecimento da autoestima e da autoconfiança. Segundo Romanó (2003), a mediação das TICs pode trazer benefícios tanto em nível individual, quanto social para estudantes. No primeiro caso, tem-se o aumento das competências sociais, de interação e de comunicação efetivas; o incentivo ao desenvolvimento do pensamento crítico, a aquisição de novas informações e a diminuição dos sentimentos de isolamento. Já em termos grupais, há o incentivo da aprendizagem entre os próprios alunos, a possibilidade de uma maior aproximação entre alunos e consequente intercâmbio de ideias, além da promoção da satisfação pelo próprio trabalho, o que repercute não apenas na autoestima e autoconfiança, como também no desempenho acadêmico.

O uso de jogos digitais, de realidade virtual e de aplicativos e plataformas digitais tem demonstrado potencial no desenvolvimento de habilidades emocionais que auxiliam não apenas no desenvolvimento da autoestima e autoconfiança dos estudantes, repercutindo também nas suas habilidades para a autorregulação emocional. Através de recursos que exploram a atenção focada, a autoconsciência e a cognição social dos indivíduos, por exemplo, foi percebido por Brasil e Gabry (2021) que os resultados tendem a ser positivos.

Um outro desafio emocional que pode ser superado com a mediação das TICs no contexto educacional é o enfrentamento as transições significativas, como as mudanças de séries ou até mesmo de contexto de vida. Neste sentido, de acordo com Lopes (2021), o acolhimento se torna fundamental para um gerenciamento saudável desse tipo de situação, logo, as tecnologias digitais podem ser utilizadas para criar ambientes virtuais de apoio, oferecendo recursos que auxiliem na adaptação dos alunos às novas demandas acadêmicas e sociais.

Quando combinados, os contextos escolar e familiar também podem ser beneficiados com a mediação das TICs. É sabido que os problemas familiares, enquanto desafio emocional, pode trazer interferências negativas no desempenho acadêmico (Ferreira; Marturano, 2002). Segundo Costa e Lima (2019), quando direcionado para o apoio psicológico, a mediação de conflitos, o fortalecimento da resiliência e a facilitação da comunicação entre escola e família, o uso de tecnologias digitais pode ser um importante aliado. Para Ramos e Cardoso (2017), os recursos oferecem o compartilhamento de experiências similares, o que gera um processo de ampliação de habilidades para transpor os efeitos negativos trazidos pela vivência dos problemas familiares.

Para estudantes que possuem diagnósticos que podem influenciar nos seus respectivos desempenhos acadêmicos, a mediação das TICs no contexto educacional pode facilitar os processos diversos que envolvem o aprendizado. Segundo Balbino, Oliveira e Silva (2021), os benefícios da utilização de tecnologias ultrapassam os alunos, incluindo também o corpo docente, através da promoção de práticas inclusivas e do desenvolvimento de competências para intervenções mais assertivas, de acordo com as capacidades de cada indivíduo. Alguns exemplos de recursos são jogos, softwares educativos, dispositivos de comunicação assistiva, aplicativos que focam em técnicas de relaxamento, de monitoramento de humor e em estratégias de enfrentamento. Contudo, as autoras ressaltam a importância do acompanhamento desse uso por profissionais qualificados, o que garante a adequação das ferramentas às necessidades específicas de cada estudante.

O uso mediado das TICs pode oferecer suporte significativo a estudantes que enfrentam a falta de suporte social, promovendo a inclusão, a comunicação e o acesso a recursos educacionais adaptados às suas necessidades. Plataformas digitais, por exemplo, podem ser pontes que proporcionam aos usuários uma sensação de pertencimento. Em um

estudo realizado com 456 estudantes de escolas privadas do Brasil, Andretta et al. (2021) concluíram que as tecnologias digitais foram fundamentais no desenvolvimento da civilidade, desenvoltura social, empatia, autocontrole, assertividade e abordagem afetiva entre alunos com deficiências no suporte social, o que aponta para um potencial significativo nesse processo de enfrentamento deste tipo de desafio emocional.

De forma geral, a mediação das TICs oferece uma gama diversificada de recursos que, quando utilizados de forma responsável e planejada, podem transformar o ambiente educacional em um espaço de acolhimento e desenvolvimento emocional. Além da possibilidade de auxiliarem na promoção de inclusão, representatividade, pertencimento e autorregulação, as tecnologias também ampliam o alcance de iniciativas pedagógicas e de saúde mental, contribuindo assim para o bem-estar dos estudantes (Costa; Lima, 2019; Ferreira; Oliveira, 2020; Goleman; Rhee, 2019; Prensky, 2012; Ramos; Cardoso, 2017).

Considerações Finais

Mesmo que não esteja diretamente relacionada às instituições de ensino, a vivência de desafios emocionais pode reverberar significativamente no contexto educacional de um estudante, influenciando tanto o seu desempenho acadêmico, uma vez que estados emocionais negativos, como ansiedade e estresse, podem prejudicar a capacidade de concentração e assimilação de informações, quanto seu desenvolvimento social e pessoal. Portanto, torna-se fundamental que as escolas busquem estratégias que promovam a saúde emocional e auxiliem os discentes no enfrentamento desses desafios.

Uma possibilidade no enfrentamento de tais desafios é a adoção do uso das TICs. Os diferentes recursos oferecidos pela mediação das tecnologias digitais se mostraram eficazes para lidar com desafios emocionais diversos, como o fracasso escolar, a violência, o desenvolvimento da autoestima, os momentos de transições significativos ou mesmo diante de estudantes com diagnósticos que desafiam seus processos de aprendizagem, como o TDAH ou a depressão. Dentre estes recursos, encontram-se plataformas, aplicativos, jogos e ambientes virtuais que visam fornecer estratégias e habilidades que ultrapassam o enfrentamento dos desafios emocionais, como também têm seus benefícios alcançando outras esferas, como a familiar e social.

Entretanto, dada a realidade de uma parcela significativa das instituições de ensino brasileiras, a utilização das TICs no contexto educacional nem sempre é fácil. Um exemplo seria a falta de infraestrutura adequada, que restringe o acesso aos dispositivos, como

computadores ou mesmo à internet. Logo, sem recursos tecnológicos básicos, torna-se desafiador para professores e alunos utilizarem essas ferramentas no processo de ensino-aprendizagem e além.

Esta dificuldade não é percebida apenas no ambiente escolar, uma vez que o Brasil é marcado pela desigualdade no acesso às tecnologias, o que também alcança os estudantes. Dada as condições socioeconômicas que marcam o país, é sabido que a utilização de dispositivos que viabilizam a mediação da tecnologia não é igualitária entre os indivíduos, seja por limitações socioeconômicas ou por falta de recursos em suas comunidades. Essa desigualdade pode ampliar a lacuna educacional entre alunos, criando desafios adicionais para a inclusão digital.

Além disto, conforme constatado anteriormente, muitos educadores não possuem formação adequada para integrar as TICs em suas práticas pedagógicas. A ausência de capacitação específica limita a habilidade dos professores em utilizar tecnologias de forma eficaz, sobretudo em relação ao enfrentamento de desafios emocionais, influenciando negativamente a qualidade do ensino.

Tem-se ainda uma resistência à mudança e adoção de TICs por parte de alguns educadores e instituições de ensino, seja por apego a métodos tradicionais de ensino, pela adoção de currículos escolares pouco flexíveis ou por insegurança em relação ao uso das TICs. Compreendemos que posturas como essas podem retardar a inovação pedagógica e a adaptação às demandas contemporâneas da educação, limitando também as estratégias possíveis para o enfrentamento dos desafios emocionais vivenciados pelos estudantes.

Deste modo, destacam-se os diversos desafios para a utilização de TICs no contexto educacional, que vão desde questões estruturais até aspectos culturais e pedagógicos. Superar essas barreiras requer investimentos em infraestrutura, formação continuada de professores, flexibilização curricular e uma receptividade social em relação ao papel das tecnologias na educação.

No que tange aos desafios emocionais, ao levarmos em consideração as particularidades que compõem os ambientes digitais, destaca-se ainda um outro importante desafio: lidar com os aspectos éticos e de privacidade que compõem os contextos mediados por TICs. Neste sentido, é importante ressaltar que o uso de tecnologias digitais para suporte emocional envolve a coleta e o manejo de dados sensíveis dos estudantes, levantando

preocupações que precisam ser cuidadosamente abordadas pelos profissionais responsáveis pela recepção das informações, como armazenamento, encaminhamentos e acessos.

Os estudos que relacionam os desafios emocionais vivenciados por estudantes e que influenciam em algum grau suas experiências escolares com o uso de TICs como recurso de enfrentamento ainda são escassos, tendo, entretanto, um aumento de produção científica neste sentido durante ou após o período da pandemia de COVID-19. Por se tratar de um recorte específico, faz-se necessária ainda uma exploração que contemple contextos que não envolvem condições sanitárias desafiadoras apenas.

A consideração dos diversos desafios, que contemplam desde a escassez na literatura até a necessidade do cuidado com aspectos que, historicamente, o campo da educação resistiu a integrar, como tecnologias, AVAs e mediação tecnológica, é fundamental para uma utilização saudável e assertiva por parte das instituições de ensino. Contudo, há de se ressaltar também a grande quantidade de resultados positivos que já foi constatada quando é permitida a associação entre TICs e desafios emocionais.

A saúde mental é um elemento fundamental para uma boa vivência dos processos de aprendizagem, de socialização e de desenvolvimento individual que se dão nas instituições de ensino, devendo ser uma prioridade. Ainda que a revisão narrativa da literatura aqui proposta tenha ampliado a compreensão acerca das possibilidades de usos de TICs como ferramentas potentes de intervenção e auxílio para a superação de desafios emocionais vivenciados por estudantes, sugerimos estudos futuros que possam contribuir com dados empíricos e explorar outros métodos de investigação, considerando a complexidade do fenômeno e as características dos ambientes digitais.

Sendo assim, conclui-se que a mediação das TICs para o enfrentamento dos desafios emocionais que influenciam no contexto educacional complementa o trabalho presencial, tornando o suporte mais acessível e dinâmico. Ademais, quando bem utilizadas, podem transformar positivamente o modo como a saúde mental é promovida nas escolas, ajudando a criar uma geração de estudantes mais resilientes e emocionalmente equilibrados.

Referências

ADVB/SC - Associação dos Dirigentes de Vendas e Marketing do Brasil. **As 10 redes sociais mais usadas no Brasil em 2024**. 2024.

Andretta, Ilana et al., V. Habilidades sociais e uso de mídias sociais por adolescentes no ensino médio. **Aletheia**, 54(2), 44-54. 2021.

Araújo, Alexandra M., & Leandro S. Almeida. Sucesso acadêmico no ensino superior: aprendizagem e desenvolvimento psicossocial. In **Estudantes do ensino superior: desafios e oportunidades** (pp. 159-178). ADIPSIEDUC: Associação para o Desenvolvimento da investigação em Psicologia da Educação. 2019.

Balbino, Vanessa da Silva, Iolanda Carvalho de Oliveira & Regina Celi Delfino da Silva. As tecnologias digitais como instrumentos mediadores no processo de aprendizagem do aluno com Autismo. **Educação, Ciência e Cultura**, 26(3), 1-18. 2021.

Behar, Patricia A., Leticia R. Machado & Magalí T. Longhi. Competências socioafetivas em ambientes virtuais de aprendizagem: uma discussão do conceito. **Revista Novas Tecnologias na Educação**, 20(1), 389-398. 2022.

Becker, Stephen. P. et al. School-based Intervention for Children with Emotional and Behavioral Problems. **Journal of School Psychology**. 2014.

Boyd, Denise & Helen Bee. **A criança em crescimento**. Artmed Editora. 2011.

Bradley, Robert H., Lorraine M. McKelvey & Leanne Whiteside-Mansell. Does the quality of stimulation and support in the home environment moderate the effect of early education programs? **Child development**, 82(6), 2110-2122. 2011.

Brasil. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Brasileira**. Lei 9394/96, 20 de novembro de 1996. Brasília: Senado Federal, Secretaria Especial de Editoração e Publicação. 2005.

Brasil, Magda Schmidt & Maria Clotildes Felix Gabry. As Competências Para o Século XXI a Partir das Metodologias Ativas e o Uso das Tics Nos Processos Educacionais. **Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação**, 7(6), 286–300. 2021.

Cicchetti, Dante., T. P. Beauchaine, and S. P. Hinshaw. A multiple-levels-of-analysis perspective on research in development and psychopathology. **Child and adolescent psychopathology**, 27-57. 2008.

Costa, Rosalice, & Lima, Fernanda. Comunidades virtuais como suporte à saúde emocional de adolescentes. **Revista Psicologia em Debate**, 10(2), 112-130. 2019.

Eccles, Jacquelynne S., et al. Negative effects of traditional middle schools on students' motivation. **The elementary school journal**, 93(5), 553-574. 1993.

Erikson, Erick. **Identidade, juventude e crise** [1968]. Rio de Janeiro: ZAHAR Editores. 1976.

Fernandes, Preciosa, & Carla Figueiredo. Tecnologias educativas e plataformas digitais na gestão educacional: o que evidenciam os estudos acadêmicos. **Laplage em Revista**, Sorocaba, v. 6, n. especial, p. 24-38. 2020.

Ferreira, Marlene de Cássia Trivellato, & Edna Maria Marturano. Ambiente familiar e os problemas do comportamento apresentados por crianças com baixo desempenho escolar. **Psicologia: Reflexão e crítica**, 15, 35-44. 2002.

Ferreira, Rafael., & Oliveira, Paula. Tecnologias educacionais e o impacto no bem-estar emocional de adolescentes. **Revista Brasileira de Educação e Tecnologia**, 15(2), 123-140. 2020.

Gadea, Carlos A. A Realidade juvenil e violência intersubjetiva em bairros de Porto Alegre. **Contextos, situações e perspectivas**. Porto Alegre: Cirkula. 2015.

Garaigordobil, Maite, & Vanesa Martínez-Valderrey. Impact of Cyberprogram 2.0 on different types of school violence and aggressiveness. **Frontiers in psychology**, 7, 428. 2016.

Gaspar, Tania, et al. Qualidade de vida e bem-estar em crianças e adolescentes. **Revista brasileira de terapias cognitivas**, 2(2), 47-60. 2006.

Gil, Henrique, & Maria Carolina dos Santos Martins. Fomentar o bem-estar entre Escola-Família através das plataformas digitais: Resultados de uma investigação. **Atas do XXVII Colóquio da AFIRSE Portugal – Educação e Bem-Estar**. 2021.

Goleman, Daniel. Emotional intelligence. Why it can matter more than IQ. **Learning**, 24(6), 49-50. 1995.

Goleman, Daniel.; & Kenneth Rhee. Tecnologias e a educação emocional: o papel das TICs no ensino de competências emocionais. In: **Educação para o século XXI**. Editora Pearson. 2019. 88p.

Gross, James J. Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. **Psychophysiology**, 39(3), 281-291. 2002.

Hernandez, Emilio S., et al. I'd rather just text you my feelings: The effects of new technologies and social media on college students and emotional support. **Florida Communication Journal**, 49(1). 2021.

Kapp, Karl M. **The gamification of learning and instruction**: Game-based methods and strategies for training and education. Pfeiffer. 2012.

Kenski, Vani Moreira. **Educação e tecnologias**: o novo ritmo da informação. 3. ed. Campinas: Papirus. 2007.

Kersch, Dorotea Frank.; & Renata Garcia Marques. Redes sociais digitais na escola: possibilidades de conexão, produção de sentido e aprendizagem. **Diálogo das Letras, Pau dos Ferros**, v. 06, n. 02, p. 343-362. 2017.

Klettemberg, Janaina Schlickmann.; & Felipe Becker Nunes. Gamificação e Ansiedade de Teste: Considerações Sobre as Avaliações Escolares. **Revista Tecnologias Educacionais em Rede (ReTER)**, e4-1. 2023.

Kuss, Daria J., & Mark D. Griffiths. Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 14(3), 311. 2017.

Lazarus, Richard S. **Stress, appraisal, and coping** (Vol. 464). Springer. 1984.

Lopes, Lusa de Lara Honório. **As TIC como recurso para escola inclusiva**. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Ciências Humanas e Sociais. Universidade Fernando Pessoa. Portugal. 2022.

Lopes, Jacione de Lima Souza. Educando para a Inteligência Emocional: O Papel das Instituições Educacionais. **Revista OWL (OWL Journal)** - Revista Interdisciplinar de Ensino e Educação, 2(2), 452-472. 2024.

Machado, Joicemengue Ribeiro.; & Ana Vilma Tijiboy. Redes Sociais Virtuais: um espaço para efetivação da aprendizagem cooperativa. **Revista Novas tecnologias na educação**, 3(1). 2005.

Mancini, Francesco et al. New technology and the prevention of violence and conflict. **International Peace Institute**, UNDP, USAID. 2013.

O'Keeffe, Gwenn Schurgin.; & Kathleen Clarke-Pearson. The impact of social media on children, adolescents, and families. **Pediatrics**, 127(4), 800-804. 2011.

Oliveira, Claudeney Licínio.; & Antônio José Müller. A indisciplina na escola: desafios e transformações. **Educere et Educare**, 10-17648. 2018.

Pozzobon, Magda, Férita Mahendra, & Angela Helena Marin. Renomeando o fracasso escolar. **Psicologia Escolar e Educacional**, 21(3), 387-396. 2017.

Prensky, Marc. Digital natives, digital immigrants: o impacto das TICs no engajamento escolar. **Revista Internacional de Tecnologia Educacional**, 8(4), 45-60. 2012.

Ramos, Ana Clara, & Cardoso, Luisa. A interface escola-família mediada pelas TICs: implicações para o bem-estar do estudante. **Revista Educação e Sociedade**, 15(4), 223-239. 2017.

Renaud, Lise, and Maria Cherba. Apoio social on-line: questões teóricas, metodológicas, benefícios sociais e recomendações. **Saúde em Debate**, 47, 256-271. 2023.

Ristum, Marilena. **Bullying escolar**. Impactos da violência na escola: Um diálogo com professores. Rio de Janeiro: Ministério da Educação/Editora Fiocruz. 2010.

Romanó, R. S. Ambiente Virtuais para a Aprendizagem Colaborativa no Ensino fundamental. **ATHENA**, Revista Científica de Educação. n.º 2 (vol.2), 73-88. 2003.

Rutter, Michael. **Fifteen thousand hours**: Secondary schools and their effects on children. Harvard University. 1979.

Santos, Havanny Siqueira, Ana Tereza Dias Vasques, & Gleiton Nunes de Azevedo. Transtorno de Ansiedade na Infância: Alterações Cognitivas e os Impactos na Aprendizagem Escolar na Terceira Infância. **Psicologias em Movimento**, 2(1), 105-116. 2022.

Sonkin, Daniel Jay. She's leaving home (bye, bye): Understanding parent's reactions to the college transition through the lens of attachment theory. **The Therapist**, 22(1). 2010.

Sousa, Joaquim, António Andrade, & Joaquim Machado. Experiências de aprendizagem da língua inglesa com alunos em risco usando jogos digitais. **Educação, Territórios e Desenvolvimento Humano**: Atas do II Seminário Internacional. 2017. 405-419.

Twenge, Jean M., Gabrielle N. Martin, & W. Keith Campbell. Decreases in psychological well-being among American adolescents after 2012 and links to screen time during the rise of smartphone technology. **Clinical Psychological Science**, 6(1), 3-17. 2017.

Unsworth, Len. Teaching multiliteracies in the English classroom. In: _____. **Teaching multiliteracies across the curriculum**: changing contexts of text and image in classroom practice. Buckingham: Open University Press, p. 260-282. 2001.

Van Dijck, José, Thomas Poell, and Martijn De Waal. **The platform society**: Public values in a connective world. Oxford university press. 2018.

Zeidner, Moshe. **Test Anxiety**: The State of the Art. Springer. 1998.

Wang, Ming-Te, and Jacquelynne S. Eccles. Social support matters: Longitudinal effects of social support on three dimensions of school engagement from middle to high school. **Child development**, 83(3), 877-895. 2012.

Sobre os autores

José Carlos Ribeiro

Universidade Federal da Bahia (UFBA) Salvador, BA – Brasil

E-mail: jose.ribeiro@ufba.br. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2208-3364>

Mariana Matos

Universidade Federal da Bahia (UFBA) Salvador, BA - Brasil

E-mail: marimatos_n@hotmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-0772-5341>

Maria Virgínia Dazzani

Universidade Federal da Bahia (UFBA) Salvador, BA - Brasil

E-mail: vdazzani@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-5303-3576>

Recebido em: 12/03/2025

Aceito para publicação em: 22/03/2025