

ATIVIDADE PRÁTICA DE EXTENSÃO: MANEJO DE ANSIEDADE EM ESTUDANTES DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DE VIDEIRA – SC

SCHOFFEN, Roseli; CAPELARI, Jaziela Da Silva Lisboa; ROCHA, Raiane Apolinária Ferreira; FARIAS, Suéli; TOAZZA, Kátia

Resumo

O trabalho dispõe sobre as Atividades Práticas de Extensão – APEx, realizadas por alunos do curso de Psicologia da Unoesc Videira (SC), concretizadas com a finalidade psicoeducativa de realizar manejo de ansiedade, através de técnicas de respiração, com alunos do Ensino Fundamental II, da Rede Municipal de Ensino de Videira. Atividades de manejo de ansiedade revelam-se relevantes a promoção do bem-estar emocional dos adolescentes, auxiliando, conseqüentemente, na melhora do desempenho escolar. Para os acadêmicos, a atividade se constituiu em um momento de validação do aprendizado teórico em confronto com a realidade, conjecturando a tríade que rege a formação acadêmica: ensino, pesquisa e extensão. A atividade foi efetivada a partir de material previamente preparado pela professora Kátia Toazza, responsável pela APEx nesse semestre, a partir do qual, cada aluno se preparou para o replicar com os alunos da Rede Municipal. As aplicações desta técnicas psicológica determinou um profundo respeito ao ser humano e as particularidades de cada ser, assim a atividade demandou o emprego de alguns atributos e competências como, empatia, conhecimento técnico, comunicação eficaz, observação atenta, escuta ativa e a aplicação balizada por comprometimento postural ético, requisitos

RESUMO

fundamentais da profissão e necessários já em fase formativa. A experiência de aplicar a técnica de manejo de ansiedade junto aos alunos adolescentes foi bastante rica, conferindo novos conhecimentos e experiências ao público acolhido para a realização desta atividade e aos futuros profissionais da Psicologia.

Palavras-chave: Atividade Prática de Extensão. Manejo de ansiedade. Estudantes. Rede Municipal de Ensino. Psicologia.

rschoffen@hotmail.com

jaziella@hotmail.com

suelifarias10@hotmail.com