

FATORES INFLUENCIADORES DA ANSIEDADE E ESTRESSE EM ALUNOS PRÉ-VESTIBULANDOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

Aline Mara Ferreira Fontenele¹

Universidade Estadual do Piauí. Piauí, Brasil.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8852-3778>

E-mail: alinemaraff@hotmail.com

RESUMO

O presente artigo discute sobre o marco da passagem para a vida adulta, indicada pelo período da prova ENEM, considerado uma espécie de terror psicológico por diversos autores. Pretendeu-se investigar a influência dos fatores gerais nos níveis de ansiedade e estresse no cenário do ENEM, com objetivo de compreender a relação entre o ENEM e as consequências psicológicas geradas por ele, identificar quais são os fatores de risco comuns associados à ansiedade em estudantes pré-vestibulandos na literatura existente, incluindo fatores demográficos, ambientais e psicológicos e explorar o potencial impacto da ansiedade e do estresse no desempenho acadêmico e no funcionamento social em pré-vestibulandos. Por meio de uma revisão de literatura, foram extraídos, interpretados e apresentados dados de 5 pesquisas de campo sobre o tema. Os resultados destacam que as habilidades sociais para lidar com estresse e ansiedade são tão importantes quanto o conhecimento acadêmico para o sucesso nas provas avaliativas.

Palavras-chave: Ansiedade. Estresse. Pré-vestibulando. ENEM e consequências psicológicas.

INFLUENCING FACTORS OF ANXIETY AND STRESS IN PRE-VESTIBULAR STUDENTS: AN INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

ABSTRACT

This article discusses the mark of the transition to adulthood, indicated by the period of the ENEM test, considered a kind of psychological terror by various authors. It was intended to investigate the influence of general factors on the levels of anxiety and stress in the ENEM scenario, with the objective of understanding the relationship between ENEM and the psychological consequences generated by it, identify what are the common risk factors

¹ Graduada em Psicologia pela Universidade Estadual do Piauí – UESPI, Teresina, Piauí, Brasil. Especialista em Psicologia Escolar. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8852-3778>. E-mail: alinemaraff@hotmail.com

associated with anxieties in pre-vestibulant students in the existing literature, including demographic, environmental and psychological factors, and explore the potential impact of anxiousness and stress on academic performance and social functioning in preparatory schools students. Through a literature review, data from 5 field researches on the topic were extracted, interpreted and presented. The results highlight that social skills to cope with stress and anxiety are as important as academic knowledge for success in evaluative tests.

Keywords: Anxiety. Stress. Pre-university students. ENEM and psychological consequences.

FACTORES INFLUYENTES DE LA ANSIEDAD Y EL ESTRÉS EN ESTUDIANTES PRE-VESTIBULARES: UNA REVISIÓN INTEGRAL DE LA LITERATURA

RESUMEN

El presente artículo discute sobre el marco de la transición a la vida adulta, indicada por el período de la prueba ENEM, considerado una especie de terror psicológico por varios autores. Se buscó investigar la influencia de los factores generales en los niveles de ansiedad y estrés en el escenario del ENEM, con el objetivo de comprender la relación entre el ENEM y las consecuencias psicológicas generadas por él, identificar cuáles son los factores de riesgo comunes asociados a la ansiedad en estudiantes pre-vestibulandos en la literatura existente, incluyendo factores demográficos, ambientales y psicológicos, y explorar el potencial impacto de la ansiedad y el estrés sobre el rendimiento académico y el funcionamiento social en los pre- vestibulandos. A través de una revisión de literatura, se extrajeron, interpretaron y presentaron datos de 5 investigaciones de campo sobre el tema. Los resultados destacan que las habilidades sociales para lidiar con el estrés y la ansiedad son tan importantes como el conocimiento académico para el éxito en las pruebas de evaluación.

Palabras clave: Ansiedad. Estrés. Prevestibulando. ENEM y consecuencias psicológicas.

INTRODUÇÃO

A adolescência pode significar liberdade, mudança, descoberta, angústia, alegria, tristeza, crise, agressividade, melancolia, dúvidas, sexualidade, rebeldia, desejos, segredos, sendo impossível defini-la em uma só palavra e mais difícil ainda é estabelecer fronteiras para essa fase, já que é influenciada por diversos fatores, desde a hereditariedade, raça, cultura, gênero, meio social etc. (FOCESI, RANGEL, TORMAN, 2012). Nessa etapa, o adolescente precisa desenvolver habilidades para lidar com perdas e escolhas: integrar-se ao mundo adulto, desenvolver autoconceito, emancipar-se da família e buscar relações satisfatórias. (FARIA, WEBER, TON, 2012). A escolha profissional, que é uma das diversas adaptações da fase da adolescência, pode ter a função de motivá-lo a ingressar na vida adulta, como pode ser um fator ansiogênico. (Rodrigues, Pelisoli, 2008)

O Exame Nacional do Ensino Médio (Enem) foi instituído em 1998, com o objetivo de avaliar o desempenho escolar dos estudantes ao término da educação básica, servindo como porta de acesso ao ensino superior e é visto como um rito de passagem por marcar o fim do ensino médio, enfrentamento da prova e expectativa pelo futuro profissional, e logo, conseqüentemente, causando também diversas conseqüências psicológicas não só antes da prova, como depois. Por mudar totalmente a rotina dos alunos para se dedicar ao estudo, muitas vezes pode se tornar uma neurose e aumentar os níveis de ansiedade, estresse e sentimento de culpa. (Paggiaro, Callais, 2009). Alves (1995) denomina de "efeito guilhotina" o terror psicológico que contagia e cresce à medida que a data do exame se aproxima. Soares (2002) também afirma que o vestibular representa uma das grandes causas de estresse na nossa sociedade e que no ano que antecede a realização do vestibular, o candidato pode sofrer vários distúrbios psicofisiológicos.

Essa ansiedade causada pode ser definida como uma condição emocional apreensiva e desagradável, que vem acompanhada por um sentimento de impotência, com sensação de perigo diante de uma situação real ou até mesmo imaginária, marcada por sensações corporais desagradáveis, tais como transpiração, coração batendo rápido, aperto no tórax, medo intenso (Batista & Oliveira, 2005). Em relação a provas, compreende reações psicológicas, fisiológicas e comportamentais que ocorrem em associação com a preocupação com os resultados negativos resultantes do fracasso ou mau desempenho em situações de avaliação antes (fase antecipatória), durante (fase de confrontação) e depois de um período de exames (fase de espera). (Gonzaga, Silva, Enumo, 2016)

E o estresse, para Lipp (2000), é uma reação do organismo por meio de componentes psicológicos, físicos e hormonais, que surge quando há a necessidade de que o indivíduo se adapte a um evento ou a uma situação, que nos obriga a fazer um esforço maior que o usual diante de um evento ou situação importante. (Faria, Weber, Ton, 2012)

Além de toda a pressão exercida em si mesmos, há outros fatores externos que influenciam esse desequilíbrio psicológico causado pela chegada das provas: a disputa por vagas, o processo de escolha profissional (Rodrigues, Pelisoli, 2008), as escolas preparatórias também contribuem para o aumento da pressão exercida sobre os alunos a fim de que alcancem sucesso no exame (Paggiaro, Callais, 2009), cobranças em relação a escolha da profissão, expectativas da família, o comportamento dos pais, por exemplo, tem grande

influência na prevenção de estresse de seus filhos (Faria, Weber, Ton, 2012), intensa rotina de estudos em função do concurso do vestibular e a angústia causada por ter que escolher algo junto ao luto de perder outras oportunidades. (D'AVILA, SOARES, 2003).

Para esta finalidade, o presente artigo visa investigar a influência dos fatores externos e internos nos níveis de ansiedade e estresse no cenário do ENEM, com objetivo de compreender a relação entre o ENEM e as possíveis consequências psicológicas geradas por ele, identificar quais são os fatores de risco comuns associados à ansiedade em estudantes pré-vestibulandos na literatura existente, incluindo fatores demográficos, ambientais e psicológicos e explorar o impacto potencial da ansiedade e do estresse no desempenho acadêmico e no funcionamento social em pré-vestibulandos.

METODOLOGIA

O presente artigo consiste numa revisão integrativa da literatura a respeito dos fatores estressores e ansiogênicos presentes no exame vestibular na vida de estudantes. Uma revisão integrativa da literatura é uma metodologia de pesquisa que envolve sintetizar informações de várias fontes para desenvolver uma compreensão abrangente de um determinado tópico ou fenômeno. Este tipo de revisão combina estudos qualitativos e quantitativos, bem como pesquisas teóricas e empíricas, para fornecer uma visão holística do assunto sob investigação. O processo de uma revisão integrativa da literatura envolve identificar estudos relevantes, analisar e sintetizar dados desses estudos e tirar conclusões com base nos achados. Essa abordagem é valiosa para identificar lacunas na pesquisa existente, além de fornecer insights para pesquisas e práticas futuras. (Souza, Silva, Carvalho, 2010)

Foram utilizados os seguintes descritores: ansiedade, estresse, ENEM, vestibular, adolescentes, bem-estar psicológico e vestibulandos, nas seguintes plataformas de pesquisa: Scielo, BVS-Psi e Google Acadêmico. Após identificado o tema, estabeleceu-se como critérios de inclusão artigos publicados em português, inglês e espanhol; artigos na íntegra que retratassem a temática referida, sem nenhuma filtração por ano, para que pudesse passar para as próximas etapas de selecionar e avaliar as informações que devem ser extraídas de 5 pesquisas de campo sobre o referido tema e, por fim, interpretá-las e apresentar os principais resultados através dos seguintes tópicos:, já que a revisão integrativa da literatura é uma

ferramenta útil para pesquisadores, educadores e profissionais que buscam obter uma compreensão mais profunda de fenômenos complexos.

ANÁLISE E DISCUSSÃO

Para alcançar os objetivos propostos da pesquisa, reuniu-se efetivamente 5 artigos organizados metodologicamente como: empírico, de natureza qualitativa, com análise quantitativa dos resultados da amostra obtida, de forma dedutiva, um estudo do tipo descritivo e correlacional e um estudo qualitativo com método psicanalítico os quais foram considerados pertinentes à finalidade de investigar quais aspectos que abrangem a realização desse exame geram ansiedade e estresse na vida dos adolescentes.

Os instrumentos utilizados, em geral, foram: questionários, Procedimento de Desenhos-Estórias com Tema, Test Anxiety Scale [TAS] (Sarason, 1978), Escala de Indecisão Profissional, Escala de Estilos Parentais e os Inventários Beck de Ansiedade e Depressão, para alcançarem seus objetivos e resultados.

Os resultados da categorização dos artigos selecionados foram, por fim, interpretados a partir da articulação com outros estudos sobre o assunto, o que levou à síntese do conhecimento. Os artigos estão apresentados na tabela por título, autor, ano, objetivo e participantes.

Tabela 1 – Categorização dos artigos escolhidos quanto à título, autor, ano de publicação, objetivos e participantes.

TÍTULO	AUTOR/ANO	OBJETIVO GERAL	PARTICIPANTES
Indecisão profissional, ansiedade e depressão na adolescência: a influência dos estilos parentais	Claudio Simon Hutz Marúcia Patta Bardagir 2006	Investigar a influência dos estilos parentais percebidos sobre os níveis de indecisão profissional, ansiedade e depressão de adolescentes.	467 estudantes gaúchos (52,9% meninas) do terceiro ano do Ensino Médio entre 15 e 20 anos.
O Imaginário de Adolescentes Sobre o Vestibular: Um Estudo Psicanalítico	Sueli Regina Gallo-Belluzzo Marcela Casacio Ferreira-Teixeira Tânia Maria José Aiello-Vaisberg 2017	Investigar psicanaliticamente o imaginário de adolescentes em relação ao vestibular.	9 alunos de terceiro ano de ensino médio, de um colégio particular do interior do estado de São Paulo, com idades entre dezesseis e dezenove anos.

Influências biológicas, psicológicas e sociais do vestibular na adolescência	Maria de Lourdes Perieto Guhur, Raiani Nascimento Alberto Natália Carniatto 2010	Investigar o significado do exame vestibular para os adolescentes	Participaram do estudo 37 jovens na faixa etária entre 16 e 19 anos (24 do sexo feminino e 13 do sexo masculino), De todos os participantes, responderam as questões 27 alunos da escola particular (terceiro ano e cursinho) e 10 da pública.
Ansiedade de provas em estudantes do Ensino Médio	Luiz Ricardo Vieira Gonzaga, Andressa Melina Becker da Silva, Sônia Regina Fiorim Enumo 2016	Objetivou-se neste estudo analisar o nível de ansiedade de provas escolares em estudantes do Ensino Médio de uma escola pública da capital do Estado de São Paulo.	Participaram deste estudo 379 adolescentes (59,89% meninas) com idade entre 14 e 20 anos, das três séries do Ensino Médio de uma escola pública, localizada no bairro da Lapa, capital do Estado de São Paulo.
Fatores do ambiente escolar progresso que podem contribuir para o desenvolvimento de ansiedade em estudantes do ensino médio, na percepção de calouros universitários	Catarina Beatriz Ramos Ribeiro 2021	Identificar quais elementos presentes no ambiente escolar podem contribuir para o sentimento de ansiedade em alunos do ensino médio.	Universitários na primeira e segunda fase de curso universitário com 18 a 21 anos de todas as regiões do Brasil.

Fonte: Elaboração pelo autor.

As pesquisas corroboram entre si tanto na presença do estresse e da ansiedade na vida de pré-vestibulandos e citam diversos fatores que proporcionam esse prejuízo psicológico. Guhur, Alberto, Carniatto (2010) citam que o adolescente passa pelo luto do corpo infantil, dependência familiar e da família ideal, e da busca da identidade em outro contexto social (rodas de amigos e turma), além do seu estado de transitoriedade entre ser criança e ainda não ser adulto. O primeiro fator interferente nessa passagem do Ensino Médio é a obrigatoriedade pela escolha de uma profissão.

Por todos precisarem trabalhar para sobreviver, é importante a escolha de uma profissão que seja agradável. Assim, a escolha de uma ocupação ou de uma profissão torna-se muito importante para o jovem. Muitos jovens recebem uma verdadeira sobrecarga de informações e acabam optando por uma profissão com base muito mais nos referenciais externos do que nos próprios anseios, podendo tornar-se um profissional frustrado. Na pesquisa de Guhur, Alberno e Carniatto (2010), perguntou-se aos alunos sobre a tomada de decisão e sua influência nesse processo. Dos alunos que já haviam escolhido o curso, vinte e cinco (67%) o fizeram por afinidade, quinze alunos (40%) optaram pelo curso dos “sonhos”, três (8%) pela influência da família (o que sempre quis que o filho fosse) e seis alunos (16%)

por perspectiva financeira, ou seja, pelo retorno financeiro que a profissão poderá lhes propiciar (os alunos podiam escolher mais de uma opção).

Em Hutz e Bardagir (2006), a maioria dos adolescentes (63%) relata ter escolha profissional definida. Os fatores estressores e ansiogênicos são reforçados pela pesquisa ao demonstrar que adolescentes mais indecisos se mostram também mais deprimidos e ansiosos, indicando que a dificuldade em realizar a opção profissional (especialmente quando isso é socialmente solicitado) prejudica o bem-estar. Se os adolescentes que já escolheram parecem estar firmes em suas decisões, é provável que tenham escolhido uma carreira que seja congruente com seus interesses e preferências vocacionais. Isso sugere que eles não estão apenas seguindo as expectativas sociais ou tentando evitar conflitos. Por outro lado, aqueles que ainda não escolheram uma carreira têm maior probabilidade de sofrer de depressão. Isso sugere que a indecisão pode levar a sentimentos de incompetência, desvalorização e desaprovação social. Além disso, os alunos da rede pública parecem ter menor bem-estar psicológico, como indicado pelos níveis mais elevados de ansiedade e depressão.

Gallo-Belluzzo, Ferreira-Teixeira, Aiello-Vaisberg (2017) dividiu seu material em dois campos de sentido afetivo-emocional denominado “Responsabilidade individual”, que organiza-se em torno da crença de que a escolha da profissão e a conquista da vaga na universidade dependem única e exclusivamente do jovem, e “chave para sucesso”, que organiza-se em torno da crença de que o diploma de nível superior garante sucesso profissional e ascensão social. No primeiro campo, essa escolha profissional é expressa pelos participantes no temor de não se encontrar apto a tomada de decisão, por exigir uma articulação entre seus próprios gostos com a aquisição da capacidade de gerir seu próprio sustento, o que gera ansiedade, por colocar apenas em si e em seus recursos intelectuais e disciplinares a prova para conduzir a própria vida.

Outro fator que pode provocar esse mal-estar psicológico é a autocobrança e autopercepção frente a esse momento da vida. Em Gonzaga, Silva, Enumo (2016), os estressores acadêmicos apontados com maior frequência pelos alunos estavam relacionados a *Autocobrança no desempenho da prova*: “querer fazer o melhor na prova” (89,79%), *Sentimento de incapacidade*: “preferência em fazer um trabalho ao invés de uma prova” (81,58%). Em Ribeiro (2021), na questão aberta de seu questionário: “Outro fator relacionado

a escola que me deixava ansioso(a)”, obteve um grande índice de respostas relacionadas ao desempenho e pressão pela perfeição, e entende-se que a noção de autoeficácia é considerada um fator protetivo, ou seja, quando o indivíduo acredita na sua própria capacidade, a ansiedade é reduzida. O segundo campo “Chave para sucesso” citado acima presente na pesquisa de Gallo-Belluzzo, Ferreira-Teixeira e Aiello-Vaisberg (2017) compara os pré-vestibulandos com atletas de alto rendimento antes de campeonato e políticos em período eleitoral, pois utilizam frases do tipo “temos que acreditar em nós”, “pensamos sempre que somos capazes de conseguir aquilo que queremos muito” ou “temos que pensar que é possível passar no vestibular” como maneira de defesa, atraindo bons resultados e afastando o azar, fingindo essa autoeficácia e autoestima para que seus resultados se tornem reais, ou seja, uma fuga da ansiedade.

A autocobrança e autopercepção também sofrem ameaças de fatores externos, como a família e outros relacionamentos interpessoais. Os estudos corroboram no papel da família como sendo essencial enquanto ponto de apoio, mas que, na realidade, projetam suas expectativas nos filhos. Na pesquisa de Guhur, Alberto e Carniatto (2010), 65% dos participantes alegaram sentir algum tipo de pressão, mesmo que os pais não tenham consciência disso, como por exemplo, ao traçar um paralelo entre o pré-vestibulando e o irmão mais velho bem-sucedido; ou um aluno que já está há um tempo maior que esperado no cursinho; o fato de terem pagado um colégio particular e se sentirem no direito de exigir resultados em troca. Gonzaga, Silva, Enumo (2016) enumeram a cobrança por um bom desempenho acadêmico, o excesso de atividades escolares a serem feitas e a necessidade de sair-se bem na prova, por exemplo, foram apontadas por serem as mais importantes fontes de estresse para os alunos do Ensino Médio. Hurt e Bardagir (2006) compara a influência do estilo parental sobre os níveis de ansiedade e depressão em adolescentes, e comprovam que filhos de pais autoritativos apresentam menor depressão do que filhos de pais autoritários, indulgentes e negligentes e menor ansiedade do que filhos de pais autoritários. Os autores constatarem até influência da posição na família no momento da escolha da profissão. Os filhos únicos e do meio tendem a ser mais indecisos em comparação com outros filhos devido a uma variedade de fatores. Os filhos únicos, por estarem em primeiro lugar na família, podem sentir a pressão de serem os primeiros a lidar com questões profissionais e com o vestibular, o que pode gerar expectativas elevadas tanto em si mesmos quanto nos outros. Por outro lado, os

filhos do meio podem sentir-se pressionados a superar os irmãos mais velhos, especialmente se eles tiveram dificuldades, o que pode levar a uma maior indecisão. Embora a maior indecisão dos filhos do meio seja surpreendente, pois não há achados semelhantes anteriores, a comparação com os irmãos mais velhos pode ser um fator importante que contribui para essa tendência.

Ribeiro (2021), ao se tratar de relacionamentos interpessoais dentro da escola, sejam eles com professores, colegas ou equipe de direção da escola, realizou sete perguntas e dentre essas, a que obteve a média mais alta de respostas foi “Senti medo de ser julgado (a) no ambiente escolar”, com o escore médio de 8,2, e a questão aberta “Outro fator relacionado a escola que me deixava ansioso (a)”, também obteve grande número de respostas indicando esses relacionamentos como desencadeadores de ansiedade, e principalmente *bullying*, apresentação de trabalhos na frente da turma, hora do recreio e relação com professores ou coordenadores, concluindo-se que: a ansiedade se faz presente em interações sociais e relações interpessoais que acontecem no ambiente escolar e pode partir de um medo de interações violentas, prejudiciais ou incômodas de alguma forma, sejam elas com discentes ou docentes, tendo em vista que crianças que são tratadas de forma negligente por adultos, principalmente por aqueles os quais possuem vínculo afetivo, podem internalizar os conceitos negativos aos quais são expostas, influenciando na autopercepção.

Por fim, o significado do vestibular e sua importância para uma melhor perspectiva de futuro são demonstrados por (Guhur, Alberto, Carniatto, 2010), ao comparar as respostas de alunos de escola pública e particular ao serem questionados o que fariam caso não passassem no vestibular e os dados mostraram que a maioria dos alunos que tem a oportunidade de fazer um cursinho pré-vestibular após o término do terceiro ano são de colégio particular, pelo simples fato de, nas classes mais desfavorecidas, haver a necessidade de aumentar a renda da família, fazendo com que alguns deles se coloquem rapidamente no mercado de trabalho. Gallo-Belluzzo, Ferreira-Teixeira, Aiello-Vaisberg (2017) aprofunda esse contexto econômico quando solidifica que aprovação no vestibular e sucesso são sinônimos tão quanto reprovação e infelicidade, e a formação universitária se coloca como uma condição de empregabilidade e de inserção na vida social. O nível de escolaridade brasileira é baixo, desigual e favorece a eliminação de alunos de escola pública, mas não são fatores que ainda não são levados em conta por tais estudantes, ao contrário disso, ainda se tem essa ideia de que para aqueles que

conseguiram aprovação, merecem tal reconhecimento e um resultado ruim também é merecido por falta de esforço e preparação pessoal.

Em suma, diversos fatores podem ter um impacto significativo na vida de um pré-vestibulando, afetando tanto seu bem-estar psicológico quanto seu desempenho na prova e até mesmo seu futuro. É importante levar em consideração esses fatores e buscar maneiras de mitigar seus efeitos negativos, garantindo que os pré-vestibulandos tenham acesso a um ambiente favorável ao aprendizado e ao desenvolvimento pessoal.

CONCLUSÃO

A principal contribuição deste trabalho refere-se a investigar quais são os fatores externos e internos que influenciam nos níveis de ansiedade e estresse no cenário do ENEM e qual seu impacto na vida do estudante.

Os resultados deste estudo põem em evidência que as habilidades sociais para enfrentar situações geradoras de estresse e ansiedade é tão importante quanto o conhecimento acadêmico, tanto que muitos vestibulandos reprovam em tais provas mesmo com anos de cursinho e se culpabilizam por isso, percebendo então que a questão psicológica ainda é bastante negligenciada.

Apesar de ter sido exposto diversos fatores, ainda não é dado a devida relevância ao impacto de cada um no Ensino Médio e ao fazer a prova do ENEM. A maioria dos estudos analisados nesta revisão se concentrou na influência dos estilos parentais, o processo da escolha profissional e o nervosismo sentido na hora da prova, sendo necessário que pesquisas futuras abordem uma ampla gama de perspectivas e variáveis, para que possamos ter uma compreensão mais completa sobre o tema.

Por isso, torna-se necessário um número maior de pesquisas sobre tal tema, considerando a diferença das escolas públicas e privadas, e também intervenções psicoeducativas a fim de ensinar a lidar de forma funcional e adaptativa com os pensamentos e sentimentos construídos nesse contexto. Essas intervenções podem contribuir para melhorar a qualidade de vida das pessoas envolvidas com o tema em questão, bem como fornecer diretrizes para profissionais de diferentes áreas que trabalham com essa população.

REFERÊNCIAS

- ALVES, R. 1995. O fim dos Vestibulares. *Folha de São Paulo*. São Paulo, 6 de fev., 1:3.
- Bardagi, M. P., & Hutz, C. S. (2006). Indecisão profissional, ansiedade e depressão na adolescência: A influência dos estilos parentais. *Psico-USF*, 11(1), 65-73.
- D'AVILA, Geruza Tavares. Vestibular: fatores geradores de ansiedade na “cena da prova”. **Rev. bras. orientac. prof**, São Paulo , v. 4, n. 1-2, p. 105-116, dez. 2003 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902003000100010&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 29 mar. 2023.
- Faria, R. R., Weber, L. N. D., & Ton, C. T. (2012). O estresse entre vestibulandos e suas relações com a família e a escolha profissional. *Psicologia Argumento*, 30(68), 43-52. Recuperado em 06 fevereiro 2018, de <http://132.248.9.34/hevila/Psicologiaargumento/2012/vol30/no68/4.pdf>
- Gallo-Belluzzo, S. R., Ferreira-Teixeira, M. C., & Aiello-Vaisberg, T. M. J.. (2017). O Imaginário de Adolescentes Sobre o Vestibular: Um Estudo Psicanalítico1. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 27(Paidéia (Ribeirão Preto), 2017 27 suppl 1), 404–412. <https://doi.org/10.1590/1982-432727s1201705>
- Gonzaga, L. R. V., Silva, A. M. B., & Enumo, S. R. F. (2016). Ansiedade de provas em estudantes do Ensino Médio. *Psicologia Argumento*, 34(84), 76-88. doi: <10.7213/psicol.argum.34.084.AO07>
- LIPP, M. E. N. (2000). *Inventário de sintomas de stress de Lipp*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- PAGGIARO, Patrícia Bergantin Soares e CALAIS, Sandra Leal. **Estresse e escolha profissional: um difícil problema para alunos de curso pré-vestibular**. *Contextos Clínic* [online]. 2009, vol.2, n.2, pp. 97-105. ISSN 1983-3482.
- PERIOTO GUHUR, M. de L.; NASCIMENTO ALBERTO, R.; CARNIATTO, N. Influências biológicas, psicológicas e sociais do vestibular na adolescência. *Roteiro, [S. l.]*, v. 35, n. 1, p. 115–138, 2010. Disponível em: <https://periodicos.unoesc.edu.br/roteiro/article/view/230>. Acesso em: 29 mar. 2023.
- RANGEL, A. P.; TORMAN, R.; FOCESI, L. V. ADOLESCÊNCIA: CONSTRUINDO UMA IDENTIDADE. *Revista Prâksis, [S. l.]*, v. 1, p. 39–44, 2012. DOI: 10.25112/rp.v1i0.723. Disponível em: <https://periodicos.feevale.br/seer/index.php/revistapraksis/article/view/723>. Acesso em: 13 fev. 2023.

RIBEIRO, C. B. R. Fatores do ambiente escolar pregresso que podem contribuir para o desenvolvimento de ansiedade em estudantes do ensino médio, na percepção de calouros universitários. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade do Sul de Santa Catarina – Unisul, Santa Catarina, 2021.

Rodrigues, Daniel & Pelisoli, Cátula. (2008). Ansiedade em vestibulandos: um estudo exploratório. *Revista De Psiquiatria Clínica - REV PSQUIATR CLIN.* 35. 10.1590/S0101-60832008000500001.

Soares, D. H. P. (2002). Como trabalhar a ansiedade e o estresse frente ao vestibular. Em R. S. Levenfus & D. H. P. Soares (Orgs.), *Orientação Vocacional Ocupacional: Novos achados teóricos, técnicos e instrumentos para a clínica, a escola e a empresa*. Porto Alegre, RS: ArtMed.

SOUZA, M. T. DE .; SILVA, M. D. DA .; CARVALHO, R. DE .. Integrative review: what is it? How to do it?. *einstein (São Paulo)*, v. 8, n. einstein (São Paulo), 2010 8(1), p. 102–106, jan. 2010.