ISSN: 2358-8829

INCLUIR É O JOGO: PROJETO DE VIDA E GAMIFICAÇÃO PARA A INCLUSÃO DE ESTUDANTES COM TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E TDAH (TRANSTORNO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE)

Gilmara de Melo Ferreira Alves [1]

INTRODUÇÃO

A escola deve constituir um espaço de acolhimento, inclusão e cuidado, reconhecendo as necessidades emocionais, cognitivas e sociais dos estudantes e respeitando suas singularidades. No contexto escolar, sinais de desatenção, agitação, impulsividade, ansiedade, baixa autoestima, desmotivação e dificuldades de socialização, muitas vezes presentes mesmo sem diagnóstico formal ou acompanhamento especializado, podem comprometer a aprendizagem, a convivência e a permanência escolar. Essas questões foram intensificadas no período pós-pandemia, reforçando a necessidade de estratégias pedagógicas acessíveis e humanizadas.

Nesse cenário, o projeto "Incluir é o Jogo: Projeto de Vida e Gamificação para a Inclusão de Estudantes com Transtornos de Ansiedade e TDAH" foi desenvolvido na Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Reitor Edvaldo do Ó, em Campina Grande (PB), com a turma da 1ª série D do Ensino Médio, em 2025, no componente curricular Projeto de Vida, objetivando promover a inclusão e fortalecer as habilidades socioemocionais dos estudantes de toda a turma, com atenção especial aos com transtornos de ansiedade e déficit de atenção com hiperatividade.

Fundamentada em Deterding et al. (2011), a gamificação foi utilizada como estratégia metodológica para tornar a aprendizagem mais dinâmica, atrativa e colaborativa, por meio de objetivos claros, estímulos visuais, desafios e recompensas. Essas práticas buscaram estimular a autoestima, a empatia, a resiliência, a organização e a regulação emocional, contribuindo para o autoconhecimento e o planejamento pessoal.

Além de responder às necessidades dos estudantes, a iniciativa buscou contribuir para o enfrentamento da reprovação e do abandono escolar, problemas apontados no

[1] Doutora em Ciências Sociais PPGCS/ UFCG, gilmaraferreira79@gmail.com

ISSN: 2358-8829

Projeto Político-Pedagógico da instituição (PPP, 2024). Assim, a proposta visou fomentar a inclusão de estudantes com ansiedade e TDAH, ampliar o engajamento e o sentimento de pertencimento além de desenvolver estratégias para lidar com os desafios escolares e pessoais, favorecendo uma educação mais acolhedora, equitativa e comprometida com o desenvolvimento integral.

METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)

O projeto foi realizado durante o segundo semestre letivo de 2025, na Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Reitor Edvaldo do Ó, em Campina Grande (PB) com a turma da 1ª série D do Ensino Médio, no período da tarde, como parte do componente curricular Projeto de Vida.

Nosso percurso metodológico caracterizou-se como uma pesquisa-ação, de abordagem qualitativa, fundamentada em pesquisa bibliográfica sobre a gamificação e sua contribuição para a construção dos projetos de vida. A intervenção adotou estratégias ativas, lúdicas e gamificadas, voltadas ao acolhimento e ao desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos estudantes, especialmente daqueles com ansiedade e TDAH.

Inicialmente, realizou-se uma sondagem diagnóstica baseada em observações, escuta ativa, feedbacks docentes e acompanhamento psicopedagógico, visando identificar as necessidades dos estudantes, mesmo sem diagnóstico formal. Em seguida, foram desenvolvidas missões semanais ou quinzenais com desafios colaborativos, rodas de conversa, dinâmicas e jogos sobre autoestima, empatia, convivência, autorregulação emocional e planejamento de vida, utilizando pontuação simbólica, avatares, trilhas de progressão, cartas-desafio e recompensas para estimular a motivação. A avaliação foi contínua, qualitativa e formativa, considerando participação, engajamento e avanços individuais, com autoavaliação e feedback coletivo, sob acompanhamento da coordenação pedagógica, da equipe do AEE e dos professores, promovendo a interdisciplinaridade e a articulação do componente Projeto de Vida com outras áreas do conhecimento.

ISSN: 2358-8829

REFERENCIAL TEÓRICO

De acordo com a Política Nacional de Educação Especial na Perspectiva da Educação Inclusiva (BRASIL, 2008), a inclusão escolar assegura o direito de todos os alunos a participarem integralmente do ensino, levando em consideração suas especificidades.

Estudantes neurodivergentes, que possuem transtornos de ansiedade ou TDAH, lidam com dificuldades cognitivas, emocionais e sociais que exigem abordagens pedagógicas específicas, acolhedoras e eficientes. Barkley (2022) ressalta que esses transtornos impactam a concentração, a organização, a autorregulação e o desempenho, podendo levar à evasão escolar, à desmotivação e à sensação de exclusão.

Simultaneamente, o componente curricular Projeto de Vida visa desenvolver habilidades socioemocionais, fomentar o autoconhecimento e auxiliar os alunos na criação de objetivos e visões para o futuro. Ao incorporar práticas focadas no planejamento pessoal e na formação integral, esse componente expande as oportunidades de envolvimento e protagonismo dos jovens.

A gamificação, enquanto uma metodologia ativa, incorpora elementos específicos dos jogos, como desafios, recompensas, etapas e metas definidas, ao processo de ensino-aprendizagem, tornando-o mais dinâmico, interativo e focado no aluno. Essa metodologia incentiva o pensamento crítico, promove o trabalho em equipe e aprimora habilidades socioemocionais como empatia e resiliência. Além disso, auxilia na personalização do ensino e na criação de ambientes mais inclusivos e motivadores, sendo particularmente eficiente para alunos que têm problemas de concentração, baixa autoestima ou transtornos como o TDAH, que se beneficiam de atividades segmentadas e incentivos imediatos. Ferreira (2024) enfatiza que “a incorporação de elementos e mecânicas de jogos no ensino podem proporcionar uma experiência de aprendizagem mais envolvente, estimulante e interativa, permitindo a personalização do aprendizado e uma eficiência pedagógica de grande potencial”.

Dessa forma, ao adotar uma metodologia focada na gamificação e no crescimento socioemocional, o projeto expande as oportunidades de interação significativa entre os alunos, priorizando a escuta, o acolhimento e a criação conjunta de laços. Em um contexto em que muitos jovens enfrentam relações instáveis, alta ansiedade e problemas de

concentração, geralmente exacerbados pelo uso excessivo de tecnologias digitais, é ainda mais essencial reforçar as experiências escolares que fomentem o sentimento de pertencimento, empatia e convivência respeitosa. Conexões humanas mais conscientes, promovem a inclusão de alunos com TDAH e transtornos de ansiedade e transformam a escola em um local de cuidado e mudança social.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O desenvolvimento do projeto "Incluir é o Jogo", realizado com 25 estudantes da 1ª série D do Ensino Médio da Escola Estadual Reitor Edvaldo do Ó, evidenciou a relevância de estratégias pedagógicas inclusivas voltadas ao desenvolvimento socioemocional e ao bem-estar escolar. A avaliação diagnóstica inicial, realizada por meio de questionário estruturado, identificou relatos de ansiedade diante de provas e apresentações, dificuldades de concentração, insegurança nas interações sociais e diferentes percepções sobre o apoio familiar e escolar. Os resultados reforçaram a necessidade de práticas pedagógicas que considerassem as dimensões emocionais, cognitivas e sociais da aprendizagem, respeitando as singularidades dos estudantes e favorecendo o acolhimento e a participação.

As intervenções articularam gamificação, educação socioemocional e metodologias ativas por meio de dinâmicas de mitos e verdades sobre ansiedade e TDAH, rodas de conversa, atividades de autorregulação emocional, exercícios físicos relaxantes, produção de mapas mentais, fanzines e a dinâmica "*Árvore dos Sonhos*". Como culminância, os estudantes produziram quatro maquetes-tabuleiros: *Ilha do Medo, Ilha da Ansiedade, Hiperativilândia e Ilha dos Sonhos*, elaborando regras, cartas-desafio e percursos que simbolizavam situações cotidianas, estratégias de superação e objetivos pessoais. Essas experiências estimularam a criatividade, o protagonismo juvenil, a colaboração, a escuta ativa e a reflexão sobre emoções, inclusão e projetos de vida, além de favorecerem a desconstrução de preconceitos e o respeito às diferenças.

As observações docentes, as autoavaliações e os relatos dos participantes apontaram avanços percebidos no autocontrole, na empatia, na autoconfiança e na interação social, com estudantes demonstrando maior segurança para expressar ideias e participar de atividades coletivas. Os resultados sugerem que a gamificação, articulada a práticas

socioemocionais, constitui uma estratégia promissora para fortalecer o protagonismo estudantil e a inclusão escolar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto “Incluir é o Jogo”, desenvolvido na turma da 1ª ´serie D, teve como objetivo promover a inclusão, o protagonismo estudantil, o bem-estar e o desenvolvimento socioemocional por meio da gamificação no componente curricular Projeto de Vida. Com desafios, missões e narrativas relacionadas à ansiedade e ao TDAH, a proposta estimulou o autoconhecimento, a regulação emocional, a empatia, a colaboração, o respeito às diferenças e o combate ao bullying. As ações foram complementadas por questionários, rodas de conversa, práticas de relaxamento e atividades físicas, com a participação de profissionais da escola e do Atendimento Educacional Especializado (AEE).

Os resultados, identificados por meio de autoavaliações, relatos e observações dos estudantes e professores, apontaram avanços no autocontrole, na concentração, na autoconfiança, na cooperação e na interação social. A participação na construção das regras, cartas e trilhas do jogo fortaleceu o protagonismo, a liderança e o planejamento de metas pessoais e escolares. Apesar dos desafios relacionados à resistência inicial de alguns estudantes, à ausência de diagnósticos formais em parte dos casos e às limitações de tempo e recursos, o acolhimento e a mediação pedagógica favoreceram a participação gradual dos envolvidos, contribuindo para um ambiente escolar mais respeitoso, acolhedor e inclusivo.

Conclui-se que o projeto “Incluir é o Jogo” constituiu uma experiência pedagógica significativa, demonstrando o potencial da gamificação como estratégia para integrar aprendizagem, inclusão e desenvolvimento integral. A iniciativa reforçou a importância de uma educação sensível às diferenças e comprometida com o bem-estar e o pertencimento estudantil. Como perspectivas futuras, destaca-se a ampliação da proposta para outros componentes curriculares, sua consolidação como prática pedagógica permanente e o fortalecimento de parcerias com profissionais da saúde e da assistência social, visando aprimorar o acompanhamento e promover uma escola cada vez mais inclusiva e humanizada.

Palavras-chave: Inclusão, Projeto de Vida, Gamificação, Ansiedade, TDAH.

REFERÊNCIAS

BARKLEY, Russell A. **Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade (TDAH)**: **guia completo e atualizado para compreensão e tratamento**. 4.ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Especial. **Política Nacional de Educação Especial na Perspectiva da Educação Inclusiva.** Brasília: MEC/SEESP, 2008. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/arquivos/pdf/politicaeducespecial.pdf. Acesso em: 21 jul. 2025.

DETERDING, Sebastian et al. From game design elements to gamefulness: defining "gamification". In: **Proceedings of the 15th International Academic MindTrek Conference:** *Envisioning Future Media Environments*, Tampere, Finland. New York: ACM, 2011. p. 9–15. DOI: https://doi.org/10.1145/2181037.2181040.

FERREIRA, Gilmara de Melo. **O uso de metodologias ativas no ensino de sociologia na educação básica: desenvolvendo competências crítico-sociais na sociedade digital contemporânea**. In: ALMEIDA, Allyson Pereira de; SILVA, Iolanda Barbosa da (orgs.). Educação, linguagens e ciências humanas: contribuições para a formação docente. Campina Grande, PB: EDUEPB, 2024. p.145- 155.

GOLEMAN, D. **Inteligência emocional**: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995.

POLANCZYK, Guilherme V. et al. **Transtornos mentais na infância e adolescência: evidências científicas para a saúde pública**. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, São Paulo, v. 37, n. 2, p. 118–125, abr./jun. 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbp/a/7jQFdCp9gKtfdGmsMR5hVtz/?lang=pt. Acesso em: 21 jul. 2025.

SANTOS, Clara. Caminhos para inclusão: **TDAH e ansiedade**. São Paulo: Autoral, 2023.

TURKLE, Sherry. ***Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other.*** New York: Basic Books, 2017.

TWENGE, Jean M. **iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy – and Completely Unprepared for Adulthood**. New York: Atria Books, 2017.