

TRANSTORNO DE ANSIEDADE SOCIAL NA ESCOLARIDADE E TERAPIA COGNITIVO – COMPORTAMENTAL: REVISÃO INTEGRATIVA

Polyana Ketlyn Araújo de Jesus¹. Rafaela Guimarães Lima². Daieny Panhan Theodório³

1. Estudante do curso de Psicologia; e-mail: polyana.araujo.109@gmail.com
2. Estudante do curso de Psicologia; e-mail: dearafaela@hotmail.com
3. Professora da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: daienytheodorio@umc.br

Área do conhecimento: Aprendizagem e Desempenho Acadêmicos; Desenvolvimento Social e da Personalidade; Intervenção Terapêutica.

Palavras-chave: Transtorno de Ansiedade Social; Fobia Social; Terapia Cognitivo-Comportamental; Escola; Adolescência.

INTRODUÇÃO

O Transtorno de Ansiedade Social (TAS) é definido pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM V (APA, 2014) como um medo ou ansiedade intensa diante de circunstâncias de socialização, onde o indivíduo pode ser exposto a avaliações por terceiros. No contexto escolar, a ansiedade social causa o declínio acadêmico, o adolescente apresenta dificuldades em expressar sua opinião ou tirar dúvidas com seus professores. Estudos apontam que jovens com ansiedade social tem histórico acadêmico com, ao menos, uma repetência escolar (D'EL REY; PACINI; CHAVIRA, 2006). A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é apontada como o tratamento mais estudado na ansiedade social e seu resultado já foi mostrado em inúmeros casos. Quando se trata da fobia social, o tratamento da TCC é rápido, pretendendo resolver problemas atuais, mudar pensamentos e comportamentos incomuns. Ela é educativa e tem a natureza focal, privilegiando as conversas práticas durante as sessões e nas atividades de casa (FARIA, 2011).

OBJETIVOS

A presente pesquisa tem como objetivo geral analisar nas bases de dados SciELO (Scientific Eletronic Library Online), Lilacs (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde e Portal Periódicos CAPES, materiais a respeito de adolescentes com Transtorno de Ansiedade Social, em período escolar, que passam por tratamento com a Terapia Cognitivo-Comportamental e as implicações para o desempenho escolar. Como objetivos específicos, o estudo pretende: levantar as formas de tratamento da Terapia Cognitivo-Comportamental para pessoas com Transtorno de Ansiedade Social; verificar se o desempenho estudantil do portador de TAS é igual ou inferior a uma pessoa sem o transtorno e, por fim, identificar se há algum programa de integração nas escolas para alunos com o Transtorno de Ansiedade Social.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, seu principal objetivo é que o pesquisador entre em contato com tudo o que já foi produzido sobre o assunto em questão (MARCONI; LAKATOS, 2003). Além disso, trata-se de uma revisão integrativa, que é constituída pela integração de fatos acerca de conclusões de estudos com exatidão metodológica (DYNIEWICZ, 2014). No que se refere aos materiais, foram utilizados artigos científicos presentes nas bases de dados SciELO (Scientific Eletronic Library Online), Lilacs (Literatura

Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e Portal Periódicos CAPES. Em seguida, foram feitas pesquisas nas bases citadas utilizando o operador booleano AND e as palavras-chave: “Fobia Social”, “Transtorno de Ansiedade Social”, “escola”, “Terapia cognitivo-comportamental” e “adolescência”. O período de publicação do material analisado foi de 2006 a 2019 e como critério de inclusão foram considerados artigos completos em português. Para os critérios de exclusão foram desconsiderados artigos repetidos, *proceedings*, teses, dissertações, livros e artigos indisponíveis. Logo após, foram feitos os downloads dos artigos selecionados e a leitura completa do material para análise de seu conteúdo. Por fim, realizou-se a tabulação dos dados, a fim de que fossem obtidos os resultados da pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Analisando a Tabela 1 é possível perceber que o tema dessa pesquisa é pouco presente nas bases de dados analisadas, pois, ao pesquisar as palavras-chave em questão, a maioria os resultados não estão relacionados com o tema.

Tabela 1 – Tabulação dos artigos

Base de dados	Palavras-chave	Número inicial de artigos	Artigos descartados	Artigos selecionados
Scielo	“Fobia Social” AND “Terapia Cognitivo Comportamental”	8	3	5
Scielo	“Fobia Social” AND “Escola”	2	0	2
Scielo	“Transtorno de Ansiedade Social” AND “Terapia Cognitivo Comportamental”	3	3	0
CAPES	“Transtorno de Ansiedade Social” AND “Adolescência”	11	10	1
Lilacs	“Fobia Social” AND “Terapia Cognitivo Comportamental”	22	19	3
Total		46	35	11

Fonte: Autores

Muitos artigos foram descartados por terem assuntos divergentes dos objetivos desta pesquisa, sendo selecionados apenas 11 para análise. De modo geral, ao pesquisar as palavras-chave: “Transtorno de ansiedade social”, “Terapia Cognitivo-comportamental” e “escola” não foram encontrados artigos que tratassem dessas três variáveis de forma relacionada. Na maioria dos materiais analisados essas variáveis aparecem separadas, o que pode apontar que o conhecimento científico acerca das implicações de adolescentes acometidos pelo transtorno é um tanto escasso e deve ser mais explorado pelos diversos pesquisadores das diversas áreas do conhecimento. Colocando em pauta os 11 materiais selecionados para análise, o artigo “Eficácia do tratamento cognitivo e/ou comportamental para o transtorno de ansiedade social” aponta a eficácia de intervenções cognitivas e comportamentais como exposição, tarefa em treino de concentração, relaxamento e treino em respiração na redução de sintomas do TAS. Além disso, ressalta que o comportamento fóbico-evitativo causa prejuízo notável no funcionamento do indivíduo, inclusive no ambiente escolar. O artigo “Terapia cognitivo-comportamental da fobia social” aponta técnicas como o Treino de Habilidades Sociais (THS) e de assertividade (TA); Abordagem cognitiva; Manejo de estresse e relaxamento; exposição e tarefas de casa. No artigo “Tratamento cognitivo-comportamental

de grupo na fobia social: resultados de 12 semanas” os autores apontam as técnicas de exposição e reestruturação cognitiva, assim como o treino de habilidades sociais, que está relacionado a exposição. Além disso, consideram que a Terapia Cognitivo Comportamental de grupo traz resultados significativos na melhora aos sintomas. No artigo “Tratamento do transtorno de ansiedade social em crianças e adolescentes” a psicoeducação, o treinamento de habilidades sociais, a resolução de problemas, o treinamento de assertividade, a reestruturação cognitiva e a terapia de exposição às situações que causam ansiedade são apontadas como técnicas efetivas para o tratamento do TAS. No artigo “Terapia Cognitivo-Comportamental da fobia social: modelos e técnicas” as formas de tratamento apontadas são: técnicas de relaxamento; treinamento de habilidades sociais; exposição e reestruturação cognitiva. No que se refere ao aspecto acadêmico, o artigo “Fobia social – estudo da prevalência em duas escolas em Porto Alegre” constatou que a presença do TAS acarreta em limitação funcional do indivíduo na área educacional. Entretanto, os autores afirmam que, estatisticamente, não há comprovação de que exista relação entre repetência e fobia social. O estudo “Fobia social em uma amostra de adolescentes” relata que, provavelmente, o medo de interação presente nos adolescentes com TAS limita o desempenho escolar e o potencial educacional destes. Além disso, constata que a maioria dos adolescentes com sintomas de TAS havia repetido o ano escolar ao menos uma vez. Na pesquisa “Histórico, diagnóstico e epidemiologia da ansiedade infanto-juvenil” é feita a associação do fracasso escolar com a presença do TAS, pois os indivíduos apresentam desempenho inferior em comparação aos demais alunos ao ter que executar determinadas tarefas, como ler em voz alta. O artigo “A terapia cognitivo-comportamental em grupo no Transtorno de Ansiedade Social” apresenta técnicas como a Terapia Cognitivo-Comportamental em grupo (TCCG), reestruturação cognitiva, exposição, treino de habilidades sociais e relaxamento para o manejo do TAS. O artigo “Aplicação da Terapia Cognitivo-Comportamental em Grupo na Ansiedade” traz a psicoeducação, a reestruturação cognitiva, a exposição, o treinamento em habilidades sociais, as tarefas de casa, a TCCG, o treino de atenção, a exposição, o feedback de vídeo e o relaxamento como técnicas eficazes na intervenção de sintomas ansiogênicos causados pelo TAS. Por fim, o artigo “Contribuições da terapia cognitivo-comportamental para o tratamento da fobia social” destaca as seguintes técnicas: reestruturação cognitiva; o treino de relaxamento; o treino de habilidades sociais e os experimentos comportamentais como formas de tratamento do TAS e, além disso, o estudo constata que existe prejuízo acadêmico em decorrência do Transtorno de Ansiedade social. Com base no exposto, cabe fazer uma comparação dos resultados encontrados nesta pesquisa com resultados encontrados por outros autores referentes ao mesmo tema. Ao realizar uma pesquisa de revisão bibliográfica, Faria (2011) chegou ao resultado da eficácia das técnicas da abordagem comportamental-cognitiva em casos de ansiedade social, sendo estas: reestruturação cognitiva, exposição, técnicas de relaxamento, o treino de habilidades sociais e em tarefa de concentração. Esse resultado vai de encontro com os materiais apresentados nesta pesquisa, os quais afirmam a efetividade das técnicas apresentadas pela autora, que buscava técnicas eficientes para o tratamento do transtorno de ansiedade generalizada, transtorno do pânico e fobia social. A pesquisa com 201 indivíduos acometidos pelo TAS realizada pelos autores Ameringen, Mancini e Farvolden (2003) chegou a conclusão de que o abandono escolar precoce está diretamente relacionado à apresentação de sintomas da ansiedade social, como o medo de falar na frente dos colegas e professores e a sensação de nervosismo ao estar dentro da sala de aula. Além disso, 34,8% dos participantes afirmavam que os sintomas de ansiedade eram grandes reforçadores para atrasos e faltas, evidenciando prejuízo acadêmico. Dessa forma, pode-se observar que tais resultados vão de encontro com o conteúdo apresentado neste trabalho e mostra, mais uma vez, que o Transtorno de Ansiedade Social é um fator que causa prejuízo funcional na vida escolar dos indivíduos. Entre os materiais analisados, não foram encontrados artigos que apontassem a presença de um programa de intervenção para o alunos com TAS nas escolas.

CONCLUSÕES

Referente ao levantamento de técnicas da TCC para o tratamento de pessoas com TAS, foram encontrados cerca de quinze procedimentos indicados por diferentes autores, sendo estes: a exposição, a reestruturação cognitiva e o THS são as técnicas mais recomendadas e utilizadas. Nesse contexto, pode-se perceber que a maioria das técnicas se repetem em distintos artigos, o que indica sua efetividade para o tratamento de sintomas de TAS. Entretanto, tal repetição pode indicar também a falta de novos estudos que apontem formas diferenciadas de intervenção para o tratamento da fobia social dentro da linha teórica da Terapia Cognitivo-Comportamental. Ao verificar se o aspecto do desempenho estudantil do indivíduo com TAS é igual ou inferior a uma pessoa sem o transtorno, foi constatado que a fobia social interfere de forma significativa na vida acadêmica do sujeito. Atividades como: apresentar trabalhos, realizar tarefas em grupo e se expor diante de muitas pessoas podem levar o indivíduo com Fobia Social a determinado grau de sofrimento e aversão ao ambiente escolar. Entretanto, os resultados encontrados pelos autores em relação ao aspecto da repetência escolar variam, haja vista que alguns autores dizem que o TAS é um fator determinante para a repetência e outros dizem que essa relação não é estatisticamente comprovada. Por fim, sobre a existência de um possível programa de integração nas escolas para os alunos com o TAS, não foram encontrados resultados aparentes, o que aponta para a necessidade de uma constante atualização de pesquisas e intervenções referentes a esse tema tão importante e que afeta a vida de adolescentes em diversos contextos, tal achado abre um espaço de sugestão aos futuros pesquisadores desse tema que podem vir a desenvolver esse programa de intervenção.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais DSM-V**. 5.ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

AMERINGEN, Michael Van; MANCINI, Catherine; FARVOLDEN, Peter. The Impact of anxiety disorders on educational achievement. **Journal of Anxiety Disorders**, v. 17, n. 3, p. 561-571, 2003.

D'EL REY, Gustavo J. Fonesca; PACINI, Carla Alessandra; CHAVIRA, Dionísio J. Fontes. Fobia Social em Uma Amostra de Adolescentes. **Estudos de Psicologia**. Natal, v.11, n. 1, p. 111-114, abr. 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2006000100013&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 10 de novembro de 2018.

DYNIWICZ, Ana Maria. **Metodologia da pesquisa em saúde para iniciantes**. 3 ed. : São Caetano do Sul: Difusão editora, SP, 2014.

FARIA, Kátia Figueiredo. **Uma Revisão Bibliográfica de Técnicas Cognitivas e Comportamentais Utilizadas no Transtorno de Ansiedade Generalizada, Transtorno de Pânico e Fobia Social**. 2011. 40 f. Monografia (Especialização em Psicologia Clínica) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2011. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/40110>. Acesso em: 20 de novembro de 2018.

MARCONI, Maria de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos da Metodologia Científica**. 5. Ed. São Paulo: Atlas, 2003.