

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO -UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

DEBORAH MARIA MOURA DA SILVA
EMANUELY ROCHA DE CARVALHO CAVALCANTI

**ADOLESCÊNCIA E FOBIA SOCIAL: A
IMPORTÂNCIA DO ACOLHIMENTO
FAMILIAR E PSICOLÓGICO.**

RECIFE/2022

DEBORAH MARIA MOURA DA SILVA
EMANUELY ROCHA DE CARVALHO CAVALCANTI

ADOLESCÊNCIA E FOBIA SOCIAL: A IMPORTÂNCIA DO ACOLHIMENTO FAMILIAR E PSICOLÓGICO.

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Disciplina TCC II do Curso de psicologia do Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA, como parte dos requisitos para conclusão do curso.

Orientador(a): Prof^a. Espec. Catarina Burle Viana.

Co-orientador(a): Prof^a. Espec. Nivaneide Ferreira

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 1745.

C376a Cavalcanti, Emanuely Rocha de Carvalho
Adolescência e Fobia Social: a importância do acolhimento
familiar e psicológico / Emanuely Rocha de Carvalho Cavalcanti, Deborah
Maria Moura da Silva. Recife: O Autor, 2022.

22 p.

Orientador(a): Prof. Catarina Burle Viana.

Trabalho De Conclusão De Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – Unibra. Bacharelado em Psicologia, 2022.

Inclui Referências.

1. Fobia social. 2. TCC. 3. Adolescência. I. Silva, Deborah Maria Moura da.
II. Centro Universitário Brasileiro - Unibra. II. Título.

CDU:159.9

RESUMO

Essa pesquisa refere-se a fobia social na adolescência com base na Teoria Cognitiva Comportamental (TCC), sabendo que a patologia pode interferir no desenvolvimento do indivíduo no contexto familiar e social. O Transtorno de Ansiedade Social (TAS) é um transtorno comum, de certa forma, entre os adolescentes que requer atenção especial por parte dos pais, principalmente porque pode ser confundido com timidez ou até mesmo rebeldia. Tendo em vista uma pesquisa bibliográfica qualitativa, o presente trabalho busca através de uma revisão sistemática de literatura abordar sobre adolescência e fobia social, a importância do acolhimento familiar e psicológico, a fim de compreender como a pressão familiar influencia no desenvolvimento da fobia social do adolescente. Para tanto, é necessário compreender a fase do desenvolvimento da adolescência e suas especificidades, abordando situações comuns que podem influenciar no desenvolvimento da fobia social. Através das bases de dados do Google acadêmico, buscou-se por artigos que falassem da Fobia Social na adolescência com base na Teoria Cognitiva Comportamental. Com a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram selecionados cinco artigos. Diante disso, verificou-se que os transtornos de ansiedade englobam diversos elementos, pode-se observar que a fobia social é algo muito presente, possui um tratamento com base na teoria cognitiva comportamental. Realizou-se, então, uma pesquisa científica para ponderar a importância da psicoterapia e do apoio familiar do adolescente.

Palavras-chave: Fobia social, TCC, Adolescência

SUMMARY

This research refers to social phobia in adolescence based on the Cognitive Behavioral Theory (CBT), knowing that the pathology can interfere with the development of the individual in the family and social context. SAD is a common disorder, in a certain way, among adolescents that requires special attention from parents, mainly because it can be confused with shyness or even rebelliousness. In order to an qualitative bibliographic research, the present work seeks, through a systematic review of the literature, to address adolescence and social phobia, the importance of family and psychological care, in order to understand how family pressure influences the development of adolescent social phobia. Therefore, it is necessary to understand the phase of adolescence development and its specificities, addressing common situations that can influence the development of social phobia. Through the Google academic databases, we searched for

articles that talked about Social Phobia in adolescence based on the Cognitive Behavioral Theory. By applying the inclusion and exclusion criteria, five articles were selected. Given this, it was found that anxiety disorders encompass several elements, it can be observed that social phobia is something very present, it has a treatment based on cognitive behavioral theory. A scientific research was then carried out to ponder the importance of psychotherapy and adolescent family support.

Keywords: Social Phobia, Undergraduate Thesis, Adolescence

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	6
REFERENCIAL TEÓRICO	7
2.1 Sobre a adolescência	7
2.2 A relação familiar na adolescência	8
2.3 Fobia social (CID 10 – F40.1) e adolescência	8
2.4 Terapia Cognitiva Comportamental (TCC).....	9
DELINEAMENTO METODOLÓGICO	10
RESULTADOS	11
DISCUSSÃO	16
CONSIDERAÇÕES FINAIS	19
REFERÊNCIAS	20

1. INTRODUÇÃO

A Fobia social (FS) representa um problema grave de saúde mental com características incapacitantes em suas diferentes formas de apresentação, a mais comum é o medo de ser humilhado ou ridicularizado em situações sociais por apresentar atitudes inadequadas ou sintomas de ansiedade, como tremor, rubor, sudorese excessiva e desatenção, a interação social torna-se mais ameaçadora se for associada a um descontrole motor observável em comportamentos como beber, comer ou escrever (ITO et al, 2008).

A adolescência é um período marcado por transições e descobertas, onde os jovens não são considerados nem crianças nem adultos, mas, são cobrados a fazerem escolhas e se responsabilizar por elas. A família tem um enorme papel no desenvolvimento dos filhos, seja educacional ou social, pois é o primeiro grupo social de uma criança, onde ela inicia o processo de aprendizagem de convivência social, assim a infância é um período crítico para o aprendizado de habilidades sociais (PORTO, 2005). Sendo assim, a família além de ser influência social, também tem o papel de trabalhar as habilidades sociais de seus filhos e observá-las, para identificar possíveis comportamentos que irão necessitar de atenção maior e evitar serem na verdade um modelo social negativo ou um gatilho para a fobia social do adolescente em momentos de socialização.

Nesta fase também ocorrem as transformações no corpo, fazendo com que sintam uma baixa na autoestima ou até mesmo uma supervalorização frente aos outros. É o momento das amizades se sobressaírem e se tornarem imprescindíveis, pois surge o desejo de ser aceito em determinados grupos sociais. Os pais têm um papel de extrema importância pois é através deles que os jovens elaboram escolhas. Para lidar com adolescentes, os pais precisam ser exemplo positivo, além de estarem abertos para escutá-los e apoiá-los. Desta forma, faz-se urgente pensar novas formas de lidar com os adolescentes, pensar uma mudança do olhar parental, propor maior incentivo ao diálogo e apoio da família para começar terapia.

A psicoterapia ajuda o adolescente a significar e elaborar questões problemáticas, assim como ampliar o autoconhecimento. O interesse pelo tema surgiu por ansiedade ser um problema cada vez mais comum e mais conhecido e necessitando ser levado a sério, a fobia social também leva o nome de transtorno de ansiedade social, e por ser confundida com timidez em algumas situações, compreende-se que é relevante informar sobre um problema que pode tornar-se maior, caso não observado e trabalhado o mais breve possível.

Diante deste cenário, questionou-se: De que forma este comportamento exercido pelos pais e meio social poderia influenciar no desenvolvimento da fobia social do adolescente? Logo, este trabalho tem como objetivo geral compreender como a pressão familiar influencia no desenvolvimento da fobia social do adolescente. E como objetivo específico, compreender a fase do desenvolvimento da adolescência e suas especificidades, abordando situações comuns aos que podem influenciar no desenvolvimento da fobia social e identificar como a abordagem de terapia cognitivo comportamental (TCC) pode ajudar no acompanhamento aos adolescentes.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Sobre a adolescência

Embora a adolescência pareça um período turbulento, representa uma fase muito importante na formação da personalidade. O adolescente não se vê apenas pela imagem que tem de si, mas, também pela maneira como pensa que os outros o veem. O adolescente deve projetar a imagem que tem de si e assumir valores. O autoconhecimento na adolescência em contextos diferentes pode gerar insegurança sobre quem realmente é, e manifestar-se com valores distintos. As diferenças no contexto social podem ser encaradas de forma negativa para alguns, pois podem se preocupar em não se encaixarem em meios, por não se parecer com outros da mesma idade. Contudo, a vivência da adolescência não é um processo uniforme para todos os indivíduos, mesmo compartilhando de uma mesma cultura. Ela costuma ser, geralmente, um período de conflitos e turbulências para muitos.

A adolescência é gradual e dura longos anos, a partir de seu início, o corpo sofrerá diversas mudanças, tais mudanças geram impacto no comportamento do adolescente, interferindo na autoestima, socialização, emocional e outros. Esse impacto é influenciado pelos fatores sociais e psicológicos presentes nessa etapa da vida. A partir disso, cria-se uma necessidade de que educadores, pais e responsáveis entendam o que é o período adolescente, para que os adolescentes se sintam aceitos e seguros com suas mudanças.

Nesta fase, além de ser relevante a compreensão dos pais e responsáveis, também é importante a busca por profissionais para investigação das mudanças de comportamento e mudanças físicas aceleradas, pois, nem sempre podem ser mudanças que pais e responsáveis poderão trabalhar, como comportamento violento, devido a altas taxas de testosterona ou baixo

nível de cortisol, que pode causar cansaço, falta de apetite e até mesmo depressão ou até mesmo algum transtorno.

2.2 A relação familiar na adolescência

A adolescência é constantemente estudada, por ser um período de transição, mas, é necessário entender o contexto familiar dentro da adolescência e sua importância. Os adultos têm um papel central neste processo, pois, oferecem a base inicial aos jovens, a bagagem de regras e normas essenciais para o social, bem como atuam como modelos introjetados, geralmente como ideais, cujas atitudes e comportamentos serão transmitidos às gerações que os sucedem (ALVES, 2001).

A família possui um papel primordial no amadurecimento e desenvolvimento biopsicossocial dos indivíduos, apresentando algumas funções primordiais, as quais podem ser agrupadas em três categorias que estão intimamente relacionadas: funções biológicas (sobrevivência do indivíduo), psicológicas e sociais (OSÓRIO, 1996).

Em relação às funções psicológicas, podem-se citar três grupos centrais: a) proporcionar afeto ao recém-nascido, aspecto fundamental para garantir a sobrevivência emocional do indivíduo; b) servir de suporte e continência para as ansiedades existenciais dos seres humanos durante o seu desenvolvimento, auxiliando-os na superação das "crises vitais" pelas quais todos os seres humanos passam no decorrer do seu ciclo vital (um exemplo de crise que pode ser mencionado aqui é a adolescência); c) criar um ambiente adequado que permita a aprendizagem empírica que sustenta o processo de desenvolvimento cognitivo dos seres humanos (OSÓRIO, 1996).

Dito isso, entende-se que, a família é extremamente necessária no desenvolvimento de uma criança, e isso precede até o fim da adolescência, que também é uma fase vital, onde o papel da família não acaba, adolescentes necessitam de suporte emocional constante, observação quanto às suas atitudes que pareçam suspeitas e intervenção, quando parecerem prejudiciais.

2.3 Fobia social (CID 10 – F40.1) e adolescência

A fobia social (FS) ou Transtorno de ansiedade social (TAS), é um transtorno que nesta fase pode ser facilmente confundida por timidez ou até mesmo rebeldia, pois, em certas situações o adolescente pode demonstrar distanciamento de pessoas, pouca comunicação, negação em falar em público ou até mesmo em responder perguntas de um professor, situações estas que caso não trabalhadas, podem causar comorbidades como depressão, disfunção sexual,

transtorno de pânico, e ansiedade generalizada. A Fobia social pode ser identificada através de testes, onde o indivíduo responderá sobre situações que podem desagradar psicologicamente e fisicamente o mesmo.

Segundo Cid-10 (2011, p.134) fobias sociais frequentemente se iniciam na adolescência e estão centradas em torno de um medo de expor-se a outras pessoas em grupos comparativamente pequenos (em oposição a multidões), levando a evitação de situações sociais. Pereira e Lourenço (2012) enfatizam que os sintomas desse transtorno podem surgir em situações específicas como o medo relacionado a exposição trazendo a preocupação de dizer tolices, ser observado por outras pessoas, interagir com estranhos ou pessoas do sexo oposto, comer, beber e ser o centro das atenções. Normalmente a fobia social é notada durante a infância e a adolescência, sendo mais comum em mulheres.

A primeira estratégia que deve ser trabalhada na orientação de pais é a psicoeducação, é importante oferecer informações quanto à Fobia Social e os fundamentos da Terapia Cognitivo-Comportamental (Beidel & Turner, 1998). Trazendo ao conhecimento dos pais as dificuldades que o adolescente poderá vir a apresentar e os cuidados que serão necessários ter. De acordo com Almeida et al., (2013) o primeiro passo para o tratamento é sensibilizar o paciente de que a fobia social é uma doença, e por isso pode e deve ser tratada. Castillo et al., pontua que o tratamento mais utilizado nos dias atuais são as terapias comportamentais de acordo com a prática clínica.

2.4 Terapia Cognitiva Comportamental (TCC)

A terapia cognitiva comportamental é bastante importante na adolescência, pois é um período em que acontece o desenvolvimento do indivíduo. A TCC pode atuar nesse período auxiliando o adolescente a identificar as suas emoções, os pensamentos e os comportamentos, certificando que todos esses elementos estão ligados um ao outro. A atuação do psicólogo nessa questão é intervir no desenvolvimento de padrões de pensamentos disfuncionais de acordo com as necessidades das crianças e dos jovens.

Na adolescência ocorre uma desorganização interior, as emoções e as descobertas acabam dando origem aos conflitos pessoais e psicológicos. É um período de transição de desenvolvimento entre a infância e a idade adulta, que abrange importantes mudanças inter-relacionadas ao nível físico, cognitivo e psicossocial (Papalia, Olds & Feldman, 2001; Sprinthall & Collins, 2003). Na atuação é pertinente o cuidado da linguagem utilizada e a forma de abordagem com o público mais jovem.

A TCC apresenta melhoras evidentes para ajudar adolescentes a se conhecer melhor durante a construção da identidade mostrando habilidades e desenvolvimento nas novas formas de agir, dando ao indivíduo autonomia e oportunidade de confiar mais em si mesmo. É uma abordagem que tem um método diretivo, por isso, é uma boa abordagem para ser trabalhada com os adolescentes porque busca focar na solução de problemas específicos. São usadas técnicas e estratégias que tem a virtude de orientar o adolescente e identificar os riscos de fazer escolhas inadequadas.

As principais técnicas utilizadas são: técnicas de relaxamento, ajudando o paciente a controlar os sintomas fisiológicos antes ou durante eventos temidos (Jerremalm, Jansson & Öst, 1986 e Öst, Jerremalm & Jansson, 1981); treinamento de habilidades sociais, onde, o terapeuta auxilia no ensaio comportamental, reforçamento social e em tarefas do cotidiano; exposição, onde o paciente imagina e confronta os estímulos temidos e reestruturação cognitiva Argyle, Bryant & Trower (1974). Sendo assim, a TCC apresenta alta eficácia no acompanhamento e tratamento da fobia social, tendo em mente que ela dispõe de técnicas que irão melhorar a qualidade de vida de um adolescente com fobia social.

3. DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Este trabalho situa-se no campo da pesquisa qualitativa que, segundo Machado (2021), examina evidências baseadas em dados verbais e visuais para entender um fenômeno em profundidade. Portanto, seus resultados surgem de dados empíricos, coletados de forma sistemática. A pesquisa qualitativa é indicada principalmente quando há necessidade de entender um fenômeno em profundidade, de forma detalhada, exigindo um estudo amplo do objeto de pesquisa, considerando o contexto em que ele está inserido e as características da sociedade a que pertence. Este trabalho tem o propósito de identificar como o meio social e familiar influencia no desenvolvimento da fobia social na adolescência, sendo construído em revisão sistemática de literatura, que segundo Falavigna (2018), visa responder a uma questão específica, de forma objetiva e imparcial, sendo utilizados métodos sistematizados e pré-definidos de identificação e seleção de estudos, extração de dados e análise de resultados.

A pesquisa teve como base de dados o site de busca Google Acadêmico (Google Scholar), utilizando os seguintes descritores: Fobia social na adolescência e Adolescência e Fobia Social. A partir disso, foram encontrados 60 resultados, em seguida, foram aplicados critérios de inclusão e exclusão, sendo eles: artigos publicados entre os anos de 2007 e 2022, conteúdo

referente aos descritores, e apenas em língua portuguesa, sendo assim, não utilizados artigos de línguas estrangeiras, não de anos anteriores ao ano de 2015 e artigos de revisão e não de qualquer tipo, como mostra no site, restaram 10 artigos, dentre os quais cinco foram selecionados, a partir de leitura do resumo e título de uma fração dos 60 achados.

4. RESULTADOS

Autor	Ano	Título	Objetivo	Resultados	Consideração Final
FRANCISCO, D.K.S.; TAVARES, F. S.; TOLEDO, J. D. K.	2019	Adversidade da ansiedade social aplicada na adolescência.	Analisar por meio de revisão de literatura, aspectos da associação do transtorno de ansiedade social no que tange a adolescência.	Os transtornos de ansiedade englobam diversos elementos. Com o decorrer do tempo, as definições e explicações mais ditas na atualidade alegam que os transtornos observados na idade adulta têm a possibilidade de ter início durante a infância e adolescência.	A pesquisa realizada e o desenvolvimento deste estudo trouxeram conhecimento do que é o transtorno de ansiedade, como ocorre, e como essas mudanças podem interferir na vida social dos adolescentes devido ao acúmulo de experiências negativas.
MULLER, J.L;	2015	Transtorno de Ansiedade	Relatar um estudo de caso com	Os resultados obtidos na avaliação final	O presente estudo teve como objetivo abordar um estudo

<p>TRENDINI, C. M.;</p> <p>ZANINI, A. M.;</p> <p>LOPES, F. M.;</p>		<p>Social: Um Estudo de Caso</p>	<p>intervenção cognitivo comportamental, sem o uso associado de psicofármacos, em um adulto jovem do sexo masculino.</p>	<p>e no seguimento de seis meses indicaram melhora considerável das queixas iniciais, redução da ansiedade social, correção de crenças errôneas, desenvolvimento de habilidades sociais, redução de estratégias de segurança e de comportamentos inibitórios.</p>	<p>de caso de um adulto jovem com diagnóstico de TAS que recebeu tratamento psicoterapêutico de abordagem cognitivo comportamental. Verificou-se que o tratamento realizado possibilitou a redução da ansiedade social, o desenvolvimento de habilidades sociais e a correção de crenças errôneas. Concluiu-se que as técnicas mais eficazes para o tratamento do paciente foram a reestruturação cognitiva, a exposição e o treino em habilidades sociais, pois foram as técnicas que mais auxiliaram na redução dos sintomas de ansiedade e no enfrentamento de situações sociais.</p>
--	--	----------------------------------	--	---	--

SILVA, G. F. A.;	2019	Características da fobia social em meios acadêmicos.	Identificar através de uma revisão literária as características da fobia social nos meios acadêmicos, mostrando ao leitor os sintomas, forma de tratamento, como identificar o transtorno, modo de avaliação, causas, razões e dentre outras.	Pode-se observar que a fobia é algo muito presente, possui um tratamento com base na teoria cognitivo comportamental, instrumento utilizado pelo psicólogo como alternativa de abordagem ao indivíduo com tal problema.	O estudo apresentou uma série de indagações sobre a ansiedade ou comumente chamada de fobia social. Foi possível perceber que os transtornos de ansiedade são realmente condições psiquiátricas e precisam ser discutidas. É possível observar que a fobia social está tornando-se cada vez mais frequente e intimamente com maior destaque. Ainda se configura que a fobia social tem uma real influência na infância, porém, é na adolescência que ela se desenvolve com mais intensidade.
ALVES, J. M. P.;					
LIMA, N. M.					
PRATTA, E. M. M.;	2007	Família e adolescência: a influência do contexto familiar	Apresentar uma sistematização dos resultados	Os resultados acumulados até o presente momento	Os estudos sugerem que a família ainda mantém seu papel específico no
SANTOS, M. A.					

		no desenvolvimento psicológico de seus membros.	obtidos através de um estudo bibliográfico.	sugerem a necessidade de mais investigação e, que busquem compreender melhor o papel das relações familiares no processo adolescente, principalmente no que se refere à exploração de temas complexos, como sexualidade e consumo de drogas.	contexto social em que se insere. No nível microsocial, continua a ter um papel central durante todo o processo de desenvolvimento de seus membros, desempenhando funções particulares em cada etapa, embora tenham sido observadas alterações em termos de intensidade com que essas funções são exercidas na contemporaneidade (Nogueira, 1998). Por essas razões, torna-se imperativo investir em programas de orientação para pais com a finalidade de instrumentalizá-los para poderem lidar de forma mais adequada com seus filhos adolescentes, auxiliando-os a fornecer orientações, mais precisas que sirvam de referência
--	--	---	---	--	---

					para os adolescentes frente a quaisquer situações que necessitem de reflexão e tomada de decisões. Assim, os pais podem reduzir suas angústias frente à adolescência dos filhos e estes, por sua vez, podem ver os pais como um suporte emocional singular ao qual podem recorrer diante das dificuldades de ajustamento que enfrentam.
BATISTA, D.; BORRI, L. M.; ACHMITT, S. S.; BARROS, Y. S.; CYRINO, L. A. R.	2016	A fobia social no cotidiano de adolescentes.	Discutir quais são as manifestações e consequência da fobia social no cotidiano do adolescente e como esta doença altera seu padrão de vida.	Visto que se buscou discutir as implicações sociais, psicológicas e neurais da fobia social no cotidiano dos adolescentes e suas futuras consequências com o objetivo de levantar as consequências	Conforme os estudos encontrados, considera-se que a fobia social é encontrada constantemente, em adolescentes, sendo que o início ocorre nessa fase, principalmente, entre os 15 e 16 anos, levando a um comprometimento significativo na vida

				<p>da fobia social no cotidiano do adolescente e como esta doença altera seu padrão de vida, percebeu-se que a fobia social é um dos distúrbios que mais prejudica o desenvolvimento social e psicológico de adolescentes.</p>	<p>dos adolescentes. Baseando-se na pesquisa realizada, a Fobia Social apresenta implicações relacionadas, principalmente, às questões sociais, psicológicas e neurais.</p>
--	--	--	--	--	---

5. DISCUSSÃO

Segundo Ramos (2016) o TAS faz referência ao desconforto situacional elevado, onde o indivíduo sente ao interagir socialmente, pois tem medo de ser ridicularizado, constrangido, humilhado e entre outros. Já Baslow (1999) compreende o TAS como um problema crônico, que além de ser de ordem psiquiátrica, apresenta grande risco ao ser humano, pois tem a capacidade de comprometer e incapacitar o desenvolvimento de suas áreas funcionais. Os estudos de Tavares (2011) relatam uma prevalência de cerca de 13% na população geral dos Estados Unidos, alertando que o TAS é o terceiro transtorno com ocorrência mais frequente no decorrer da vida das pessoas que participaram das pesquisas. Santos (2016) cita em seu artigo, o relato dos autores Vilete, Coutinho e Figueira (2004) e Mochovich (2014), onde estudos apontam que a idade inicial para desenvolver TAS estar entre 12 e 17 anos. Souza et al (2014)

indicam alguns dos sintomas físicos, como: boca seca, crises de sudorese, vertigens, tremedeira e outros.

Pesquisadores ressaltam a efetividade das abordagens cognitivo-comportamentais no tratamento de indivíduos com TAS, pois se associa ao desenvolvimento de estratégias terapêuticas específicas e efetivas (Juster e Heimberg, 1995; Ballenger et al. 1998). Alguns dos fatores predisponentes ou etiológicos com grande possibilidade no desenvolvimento do TAS são fatores genéticos, neurológicos, timidez na infância, maus-tratos e experiências traumáticas (APA, 2014) Machado-de-Souza et al. ,2014; Picon e Knijnik, 2004).

Porto (2005) afirma que as causas da fobia social estão relacionadas com vários fatores, dentre eles estão os biológicos, porém, as questões genéticas correspondem a 30% da predisposição para a fobia, por isso Brawer et al (2014) sugerem que pacientes com TAS apresentam a mesma resposta ao estresse fisiológico como um romance estressor psicossocial. Segundo Badiá et al. (1999) a fobia social também está associada a outros transtornos psiquiátricos, principalmente a depressão maior, distímia e síndrome do pânico.

De acordo com Cid-10 (2011, p.134), a fobia social tipicamente começa e é centrada na adolescência, no medo de se expor aos outros em um grupo relativamente pequeno evitando situações sociais. Angélico, Crippa e Loureiro (2006) relatam que as pessoas com fobia social apresentam medos excessivos, persistentes e irracionais de serem percebidas como agindo de forma humilhante, constrangedora ou inadequada por parecerem ansiosas. Para Almeida et al., (2013) pode-se dizer que o primeiro passo no tratamento é o paciente perceber que a fobia social é um transtorno e, portanto, pode e deve ser tratada, o que geralmente não é difícil, pois a grande dor pode apresenta a probabilidade desses pacientes receberem ajuda.

Segundo Castillo et al., o tratamento mais utilizado para fobias específicas é a terapia comportamental baseada na prática clínica. O tratamento farmacológico de fobias específicas não tem sido utilizado na prática clínica, havendo poucos estudos sobre o uso de medicamentos nesses transtornos. Para Menezes et al, (2007) os transtornos de ansiedade estão associados a prejuízo funcional significativo além de sua prevalência. Apesar dos recentes avanços no manejo e compreensão desses transtornos, o tratamento da ansiedade continua sendo um desafio para a prática clínica.

Barbieri; Canals (2011) enfatiza como intervenção as próprias técnicas aplicadas pela abordagem que são: psicoeducação, respiração diafragmática, relaxamento, treino de habilidades sociais, tarefas de casa, reestruturação cognitiva e exposição ao vivo. A técnica de

exposição ao vivo é utilizada para envolver o indivíduo no processo de tratamento colocando-o diante suas situações anteriormente evitadas. A reestruturação cognitiva auxilia na modificação dos pensamentos automáticos disfuncionais, melhora a estima do paciente e modifica a maneira de pensar sobre si e o mundo. Beck (1997) diz que os pensamentos automáticos acontecem de forma rápida e interpreta o significado dos episódios vividos pelo indivíduo. Para o tratamento da FS, Gusmão et al., (2013), afirma que a TCC pode ser definida como uma intervenção estruturada e focada na resolução do problema por meio da modificação de pensamentos e comportamentos disfuncionais.

De acordo com Osório (1996), a família tem um papel importante na vida e no desenvolvimento biopsicossocial do indivíduo. Algumas funções podem ser agrupadas em três categorias que estão relacionadas: funções biológicas, sobrevivência do indivíduo, psicológicas e sociais. Scabini (1992) salienta que a família, produz-se como uma organização intensa de relações entre os membros que a compõem, tem por objetivo organizar, produzir e dar forma a essas relações. Romanelli, (1995, “p. 1”) as primeiras relações entre pais e filhos são as que constroem um vínculo forte dentro do contexto familiar. Tallón e cols. (1999) acrescenta que as interações realizadas entre pais e filhos, assim como as expectativas e os sentimentos demonstrados pelos pais, é pertinente para a formação da personalidade do filho no futuro e no seu desenvolvimento escolar.

Kalina, (1999); Tallón & cols., (1999) fala que um grande impacto causado no contexto familiar é a fase da adolescência, é uma fase de transição do indivíduo, da infância para a idade adulta. É um período que o indivíduo passa por momentos de desequilíbrios e instabilidades extremas, sentindo-se muitas vezes inseguro, confuso, angustiado, injustiçado, incompreendido por pais e professores, o que pode acarretar problemas para os relacionamentos do adolescente com as pessoas mais próximas do seu convívio social. De acordo com Drummond & Drummond Filho, (1998) o diálogo nessa etapa assume um papel ainda mais importante, apesar de muitas vezes os adolescentes buscarem se fechar em seu “mundo” próprio, pois a falta de diálogo no contexto familiar pode causar dificuldades, principalmente em termos de relacionamento, podendo afetar até mesmo o bem-estar e a saúde psíquica dos adolescentes.

A maioria das vezes os familiares mostram-se indisponível para participar da intervenção, fato que pode estar associado à negação da doença. Sztamfater, Savóia (2010) enfatiza que essa parece ser uma variável de peso para a recuperação do portador. Diante disso, este despreparo, a sobrecarga do familiar e prováveis efeitos negativos na sua vida psicológica

(ansiedade, depressão, medo e culpa), além de atritos e críticas com relação ao doente (Yacubian, 1997; Tsang et al, 2003; Rossler, 2006; Reinares et al, 2006; PickettSchenk et al, 2006).

Vê-se, portanto, que a adolescência é uma fase marcada por muitas transições e descobertas e que o meio social familiar tem influência sobre o adolescente. A família tem grande importância para o desenvolvimento social do adolescente, pois além de ser o primeiro grupo social no qual o indivíduo é inserido também é onde a base de aprendizado deve ser estabelecida. Nesta fase se torna relevante a compreensão dos pais e também a busca por profissionais para se tornar possível a compreensão das mudanças de comportamento e também do corpo.

Os pais podem desenvolver um comportamento mais atencioso para com seus filhos adolescentes, pois além de ser uma fase conturbada eles também se deparam com diversas mudanças que precisam enfrentar e que acabam influenciando em seus comportamentos sociais. Estar sempre atento, conversar e acolher o jovem é um bom caminho para tentar entender o que está se passando. Como foi abordado ao longo do trabalho, a Fobia Social pode ser facilmente confundida com timidez ou até mesmo rebeldia e que podem passar despercebido pelos pais por falta de uma atenção especial.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A fobia social é um transtorno presente na adolescência, mas que acaba se tornando difícil de identificar, pois é facilmente confundido com timidez ou rebeldia. Por isso é importante o acompanhamento psicológico e apoio dos pais e familiares. As relações sociais obtêm grande importância durante o período da adolescência, pois é uma fase em que o indivíduo apresenta um maior desenvolvimento cognitivo e social. Com isso, as experiências vividas e os aprendizados em meio sociais são postos em prática.

Neste trabalho visamos alertar os pais a ficarem mais atentos em relação a seus filhos adolescentes e as mudanças repetidas que eles sofrem. Abordamos como uma psicoterapia pode ajudar neste processo, de acordo com a abordagem escolhida e o que alguns teóricos pensam sobre o transtorno social.

REFERÊNCIAS

BATISTA, D; BORRI, L. M; SCHMITT, S. M; BARROS, Y. S; CYRINO, L. A. R. A Fobia Social no Cotidiano de Adolescentes. **A Fobia Social no Cotidiano de Adolescentes**, Joinville, v. 1, n. 15, p. 56-61, 30 dez. 2016. Disponível em: <https://revista.pgsskroton.com/adolescencia/article/view/4302>. Acesso em: 20 maio 2022.

BIASOLI-ALVES, Z. M. **Crianças e adolescentes: a questão da tolerância na socialização das gerações mais novas**. Em Z. M. Biasoli-Alves & R. Fischman (Orgs.), *Crianças e adolescentes: construindo uma cultura da tolerância* (pp.79-93). São Paulo: EDUSP, 2001.

BULHÕES, A.; BORGES, Blendon.; MORAES, Elisângela.; VIEIRA, Rayanne.; MEIRELES, Tammy. **Fobia Social: um estudo a partir da Teoria Cognitivo Comportamental**. Repositório Digital. Disponível em: <http://repositoriodigital.univag.com.br/index.php/Psico/article/viewFile/472/466>. Acesso: 02 novembro 2022

D'EL REY, G. J. F.; PACINI, C. A. **Terapia cognitivo-comportamental da fobia social: modelos e técnicas**. *Psicologia em Estudo*, v. 11, n. 2, p. 269– 275, ago. 2006.

D'EL REY, G. J. F.; PACINI, C. A.; CHAVIRA, D. J. F.; **Fobia social em uma amostra de adolescentes**. [S. l.: s. n.], 2006. 111-114 p.

FERNANDA, G.; PEREIRA, Jessica.; LIMA, Nays. **Características da Fobia Social em meios acadêmicos**. *Revista multidisciplinar do sertão*, 2019. Disponível em: <https://revistamultisert1.websiteseguro.com/index.php/revista/article/view/157/56>. Acesso: 02 novembro 2022

FRANCISCO, D. K. S; TAVARES, F. S; TOLEDO, J. D. K. ADVERSIDADE DA ANSIEDADE SOCIAL APLICADA NA FASE DA

ADOLESCÊNCIA. **ADVERSIDADE DA ANSIEDADE SOCIAL APLICADA NA FASE DA ADOLESCÊNCIA**, Minas Gerais, v. 4, p. 30-34, 2019. Disponível em: <https://revista.unifagoc.edu.br/index.php/multidisciplinar/article/view/439/427>. Acesso em: 20 maio 2022.

ITO, L. M; ROSO, M. C; TIWARI, S. T; KENDALL, P. C; ASBAHR, F. R. Terapia cognitivo-comportamental da fobia social. **Terapia cognitivo comportamental da fobia social**, São Paulo, p. 596-599, 22 out. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/8jL85kwBNNpFkYv5w5DDnKq/?lang=pt#>. Acesso em: 20 maio 2022.

MULLER, J. L; TRENTINI, C. M; ZANINI, A. M; LOPES, F. M. Transtorno de Ansiedade Social: um estudo de caso. **Transtorno de Ansiedade Social: um estudo de caso**, Porto Alegre, p. 66-78, 24 jun. 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822015000100008. Acesso em: 20 maio 2022.

OSÓRIO, L. C. (1996). **Família hoje**, Porto Alegre: Artes Médicas.

PRATTA, E. M. M; SANTOS, M. A. S. Família e adolescência: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico de seus membros. **Família e adolescência: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico de seus membros**, São Carlos, v. 12, n. 2, p. 247-256, 12 ago. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/3sGdvzqtVmGB3nMgCQDVBgL>. Acesso em: 20 maio 2022.

PEPER, J. S.; DAHL, R. E. **The Teenage Brain**. Current Directions in Psychological Science, v. 22, n. 2, p. 134–139, abr. 2013.

PORTO, P. **Orientação de pais de crianças com fobia social**. **Rev. bras.ter. cogn.**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 1, p. 101-110, jun. 2005. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872005000100012&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 22 maio 2022.

SANTOS, L. F.; **Fobia Social em adolescentes: Repercussões Acadêmicas**. [S. l.: s. n.], 2016. 172-184 p.

ROUXINOL F. (2018) **ANSIEDADE E PSICOPATOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO:A FOBIA SOCIAL NA ADOLESCÊNCIA.**, Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0452.pdf>

SILVA, G. F. A; ALVES, J. M. P; LIMA, N. M. CARACTERÍSTICAS DA FOBIA SOCIAL EM MEIOS ACADÊMICOS. **CARACTERÍSTICAS DA FOBIA SOCIAL EM MEIOS ACADÊMICOS**, Serra Talhada, v. 01, n. 4, p. 547-556, 30 out. 2019. Disponível

em:<https://revistamultisert1.websiteseuro.com/index.php/revista/article/view/157/5> 6. Acesso em: 20 maio 2022.

TCC na infância e adolescência: vale a pena se especializar nessa área? [S. l.], 11 set. 2021. Disponível em: encr.pw/T9EXB. Acesso em: 5 abr. 2022.

TERAPIA cognitivo-comportamental para adolescentes: quais os benefícios? [S. l.], 18 jun. 2019. Disponível em: encr.pw/qYD0Z. Acesso em: 5 abr. 2022.

XAVIER, A. S.; NUNES, A. I. B. L.; **Psicologia do Desenvolvimento**. 4. ed. rev. Fortaleza: Universidade Estadual do Ceará, 2015. 165 p. ISBN 978-85- 7826-285-3.