

## TRANSTORNO DE ANSIEDADE NA ADOLESCÊNCIA<sup>1</sup>

Fátima Cavalcanti de Carvalho<sup>2</sup>  
Efigênia Maria Dias Costa<sup>3</sup>

**RESUMO:** O transtorno de ansiedade tornou-se um tema muito discutido ultimamente, sendo ainda mais relevante quando o adolescente é o alvo de tal problema. Este trabalho objetiva analisar o Transtorno de Ansiedade na adolescência, suas principais causas e efeitos, bem como suas consequências no adolescente e no meio em que ele está inserido. Iniciamos considerando um breve olhar no Transtorno de Ansiedade, descrevendo um histórico sobre o desenvolvimento do ser humano em sociedade. Em seguida definimos o que é o Transtorno de Ansiedade, como ele se apresenta e os danos que ele causa na vida do adolescente. Propusemos uma reflexão sobre como o transtorno tem marcado o adolescente de nossa geração, como a competitividade e o avanço da tecnologia trouxe benefícios, mas também tem provocado muitos estragos. Tratamos sobre o desencadeamento de fobias no adolescente, sobre a ditadura da beleza e da magreza, que além de provocar danos de ordem emocional, também compromete a saúde física do adolescente. Por fim ressaltamos o papel da família, a contribuição da escola e as possíveis soluções de superação, com vistas à proteção do adolescente em nossos dias. Neste artigo a pesquisa concentrou-se na Teoria do Comportamento Operante Condicionado, de Skinner e nos estudos de Freud sobre o comportamento humano.

**Palavras-chave:** Adolescência. Transtorno de ansiedade. Superação.

### 1 INTRODUÇÃO

O ser humano é o ser vivo mais complexo que existe. E não poderia ser diferente, porque é o único racional. Essa complexidade não existiu todo tempo, é coisa relativamente nova. Houve um tempo, remoto, em que o ser humano mesmo sendo um ser racional, não era tão complexo como hoje, pelo menos não do ponto de vista social e psicológico. Era complexo apenas do ponto de vista anatômico e fisiológico.

Todavia, o ser humano como um todo, nunca foi esse ser que é hoje; ele passou por um processo evolutivo que o transformou não somente em suas características particulares, mas também em sua capacidade de mudar o meio em que vive, alterando ambientes para o seu viver complexo.

A evolução da sociedade, as novas tecnologias, o desenvolvimento da indústria, tudo isso trouxe avanço, modernidade e conforto muito grande para as

---

<sup>1</sup> Trabalho de conclusão de curso de especialização em Psicopedagogia.

<sup>2</sup> Licenciada em Língua Portuguesa pela Universidade Vale do Acaraú. E-mail: fatimaguedes2005@hotmail.com

<sup>3</sup> Professora do DCSA/CCHSA/UFPB. E-mail: efigeniamaria@yahoo.com.br

famílias, além do avanço do conhecimento, fator extremamente importante para o mundo como um todo.

Toda essa transformação certamente produziria algum prejuízo, por que toda ação gera uma reação, tudo tem um preço na sociedade, e o ser humano tem pago um preço alto demais para usufruir do conforto e das tecnologias, que esse avanço impôs.

Um dos preços que o ser humano está pagando tem afetado o conjunto da sociedade: pessoas deixando de trabalhar por licença médica; famílias com seus mantenedores seriamente comprometidos em sua saúde; crianças que crescem até à adolescência sem ter o convívio natural dos pais por causa do trabalho excessivo, etc.

Nesse ir e vir do homem na busca de se tornar um ser realizado, conquistador, seguro de si, as mudanças e adaptações às novas realidades sociais o força a se tornar um ser ousado e dinâmico, um vencedor em potencial, mesmo sem estrutura para tanto. Nesse percurso alguma coisa haveria de se perder. Como ele não está preparado para perder o que tem sob seu poder, sob seus olhos, permitiu a perda onde sua vista não alcança: a saúde mental. O preço disso é muito alto, cobrado de várias maneiras, dentre elas sob a forma de Transtorno Obsessivo Compulsivo que, em larga escala tem afetado o indivíduo que, por sua vez, afeta a família, a sociedade e o conjunto da humanidade.

Se olharmos a história analisando como a sociedade evoluiu ao longo das décadas, perceberemos que os transtornos não tinham espaço em classes sociais mais privilegiadas. Na literatura, quando citados, apresentam casos apenas nas classes menos favorecidas, onde o desequilíbrio emocional e a carência afetiva são seus fatores determinantes. Hoje se vê pessoas completamente fora desse grupo sofrendo algum tipo de Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC).

Sabemos que os transtornos foram identificados e estudados, pois Freud, desde seus primeiros ensaios já se dedicava a uma linha de pesquisa nessa área. Mas também não é correto afirmar que eles, os transtornos, sempre existiram, não! Eles foram se instalando na sociedade. Dentre esses transtornos, um que tem causado danos de toda ordem, porque é o que mais se evidencia na vida prática,

gerando limitações sociais e familiares, é o transtorno de ansiedade, tema a ser abordado neste trabalho.

Se o transtorno de ansiedade tem afetado a sociedade como um todo, e o ser humano adulto, com toda a sua bagagem intelectual e sua maturidade, tem sofrido esse impacto, o que se dirá das crianças e adolescentes, que não tem essa mesma estrutura psicológica e emocional devidamente pronta para lidar com questões tão complexas.

Como decidir sobre o certo ou o errado? E os conflitos envolvendo relações interpessoais? A necessidade de ter uma imagem positiva para o grupo, a escolha de uma carreira, dentre tantos outros questionamentos nesta fase, são condições que alteram significativamente o estado emocional do adolescente. Assim sendo, pode-se dizer que o adolescente não é o mais afetado pelo transtorno de ansiedade, mas sem dúvida é o que mais sofre com os efeitos dele, pois não tem a estrutura fisiológica e emocional de um adulto para lidar com o problema.

Considerando estas questões, será abordado neste artigo o Transtorno de Ansiedade na Adolescência; será explanado o tema analisando suas particularidades; como ele se desenvolve, os possíveis problemas potencializadores; as consequências que afetam o adolescente no ambiente escolar e familiar; além de refletir sobre algumas soluções para este problema, a partir da análise de textos de autores que pesquisam essa temática.

A motivação deste artigo tem como base a corrente teórica *Skinneriana* da Teoria do Comportamento Operante Condicionado, que estuda as reações do indivíduo quando provocado pelo meio em que está inserido. Sendo um trabalho que contribuirá como objeto de pesquisa nas abordagens do comportamento do adolescente nas relações sociais e familiares e no trato sobre o **Transtorno de Ansiedade**.

## 2 TRANSTORNO DE ANSIEDADE: UM BREVE OLHAR

Ao longo da sua história o homem evolui passando por transformações de ordem social e econômica. O avanço da tecnologia e os meios de comunicação

possibilitaram ao cidadão do século XXI acesso rápido à informação, e disponibilidade de recursos cada vez mais sofisticados, tornando esse indivíduo ainda mais dependente do meio em que vive.

É preciso voltar nossa atenção para perceber que estamos vivendo uma realidade que nos confronta e ao mesmo tempo nos cobra uma postura, uma tomada de atitude. Nesse cenário os transtornos obsessivos estão cada vez mais presentes e a sociedade sofre sem se dar conta que hoje, eles são responsáveis por uma grande parcela de males que acometem o ser humano.

A adolescência é uma fase onde o indivíduo está experimentando fortes emoções, descobrindo a vida, passando por transformações de ordem física e psicológica. De acordo com Aberastury (1980, p.28), "toda adolescência leva, além do selo individual, o selo de meio cultural e histórico".

É na adolescência que as estruturas psicossociais são formadas, onde o indivíduo necessita ter uma estrutura emocional como referencial, norteando-o em suas decisões. Segundo (SAITO, 2000, p. 217) a adolescência é "o processo pelo qual um indivíduo aprende e adota ideias, crenças, atitudes, normas e valores de cada sociedade".

Se a adolescência leva consigo o selo do meio cultural e histórico; se a adolescência é o processo pelo qual o indivíduo aprende e adota crenças, atitudes e valores, então, é verdade que uma proposta de ambiente saudável onde esses processos possam acontecer de forma tranquila se torna cada vez mais imprescindível, sob pena de perdermos muito tempo tentando entender transtornos que nem sequer deveriam existir na vida dos adolescentes.

## 2.1 DEFININDO O TRANSTORNO DE ANSIEDADE

A ansiedade é um sentimento que desestrutura emocionalmente, induzindo ao medo e à sensação de perigo excessivo em situações do cotidiano, tornando a pessoa fragilizada e atemorizada. Quando esse sentimento é potencializado por algum fator, quer seja externo ou interno, então, o transtorno se instala.

O transtorno de ansiedade leva a pessoa a se tornar refém de sua mente, de seus sentimentos, uma prisão sem muros, preso em seus delírios e devaneios. É

uma cadeia com correntes imaginárias, mas real, com consequências dolorosas, onde ninguém, a não ser o próprio prisioneiro, pode fazer alguma coisa pra alcançar a liberdade.

De acordo com Skinner (1953, 1965, p. 178):

[...] há efeitos emocionais que podem ocorrer apenas quando um estímulo precede caracteristicamente um estímulo aversivo com um intervalo de tempo suficientemente grande para permitir a observação de mudanças comportamentais. A condição resultante geralmente é denominada ansiedade.

A pessoa que sofre desse transtorno se afasta dos ambientes sociais, tornando-se reclusa em seu mundo. Dependendo do grau de maturação do seu sistema defensivo, o ego pode contribuir de forma danosa, agravando a proporção em que a ansiedade se desenvolve; e isso independe das motivações que levaram o indivíduo a chegar neste ponto. De acordo com Zamignani & Vermes (2003, p.118) "a função de esquiva não é a única possível na manutenção de um transtorno de ansiedade e as consequências que mantêm o problema podem ser as mais diversas, envolvendo diferentes configurações de contingências.

Muitos são os estímulos que desencadeia o processo de ansiedade, mas é preciso ressaltar que ela também pode se instalar em momentos relacionados com pressão psicológica pela espera de algo benéfico. É compreensível que uma noiva, às vésperas do casamento, se torne ansiosa e, motivada pela ansiedade, perca o sono ou o apetite. Isso porque o casamento é a realização de seu sonho, e estar ansiosa é natural.

Uma situação que deveria ser agradável, uma conquista, torna-se um momento de angústia e desconforto, devido às expectativas geradas pela ansiedade mal administrada. Segundo Zamignani & Banaco (2005), esse tipo de situação não é o que dá origem à ansiedade como problema clínico. Assim a ansiedade natural é momentânea, estimulada por um acontecimento de ordem passageira onde o indivíduo sofre por um curto período e, em seguida, retoma o controle de suas emoções. Já no transtorno de ansiedade ele não consegue ter esse controle dos seus sentimentos

## 2.2 ANSIEDADE: MARCANDO UMA GERAÇÃO

A atual geração tem como marca a necessidade de fazer muitas atividades ao mesmo tempo. Pode-se dizer que é uma geração formada pela hiperatividade, senso de descoberta e ansiedade. Ela é atraída pelo novo e não se apega a situações que não estejam em constante processo de transformação. Assim, a necessidade por resultados satisfatórios se torna cada vez mais urgentes. A ansiedade hoje, é considerada o grande mal, o grande desafio do século XXI (BALLONE, 2002).

O homem contemporâneo, devido ao ambiente competitivo em que vive, tem a necessidade de obter sucesso, e essa obrigação o leva a superar seus limites a cada momento. Nesta busca incessante ele não mede consequências e sacrifica o seu corpo e intelecto para conseguir o que espera. Segundo Vallejo (1991), a ansiedade é uma emoção normal cuja função é ativada de tal modo que, face ao perigo, mobiliza uma atividade ou tensão que tem como função estimular a capacidade de resposta de um indivíduo.

Essa busca desenfreada acaba por acarretar problemas de ordem emocionais. É o ambiente adequado para a formação do transtorno de ansiedade, que se instala de forma sutil, se tornando alimento para o indivíduo em sua busca de poder e conquistas. Segundo Levy (1971) o ser humano tem a capacidade de se adaptar a situações desfavoráveis, mesmo que isso lhe traga algum dano.

Devido ao seu estilo de vida o homem moderno desenvolve cada mais sintomas de ansiedade e estresse. Esses sintomas precisam ser identificados e tratados, por serem de ordem emocional, imprecisos, e que por isso, muitas vezes, não se percebe a necessidade de tratamento. Segundo Stuart (2002), a ansiedade é uma apreensão difusa e vaga associada a sentimentos de incerteza e desesperança, sendo experimentada de forma subjetiva e comunicada de forma interpessoal. Por ser de ordem emocional, a ansiedade ainda é vista em nossa sociedade como algo de menor importância, alguns leigos não conseguem perceber os malefícios que ela provoca, não se permitindo os cuidados necessários.

### 3 O TRANSTORNO E O ADOLESCENTE

A passagem da infância para adolescência é um momento onde o indivíduo se depara com muitas dúvidas. A saída da meninice para a puberdade ocasiona muitas incertezas, pois exige do adolescente uma maturidade emocional que ainda não está formada.

Nossa sociedade ocasionalmente cobra do adolescente atitude de adulto e em outros momentos de criança, deixando-o confuso em algumas situações. Quando se trata de responsabilidades sobre qual curso fazer para entrar na universidade, os pais esperam que os filhos tenham essa resposta; nesse caso eles são considerados adultos. Em outros, os pais querem projetar seus sonhos nos filhos, então decidem seus futuros, sob a alegação que os pais sabem o que é melhor e o adolescente não têm vivência para decidir, tratando-os como crianças. Não sabem que significado do termo adolescência está relacionado com a época e a sociedade em que o indivíduo está inserido, e não com capacidades. De acordo com Becker (1998, p.8 e 9):

Apesar do conceito de adolescência (do latim ad, que significa para mais olescere, que significa crescer em suma, crescer para) como ele é hoje conhecido ter surgido em torno do início do século, a questão do jovem como problema existe há muito tempo e acompanha a evolução da civilização ocidental (... ) na visão do adulto o adolescente é um ser em desenvolvimento e em conflito. Atravessa uma crise que se origina basicamente em mudança corporais, outros fatores pessoais e conflitos familiares. E finalmente é considerado 'adulto quando mais adaptado a estrutura da sociedade'.

A construção da identidade do adolescente é um processo onde ele tem como referência todas as suas vivências de mundo. O processo construtivo do adolescente em formação receberá contribuições diretas e indiretas das suas relações sociais e culturais.

Muitos podem pensar que a família é o berço dessas experiências e, que portanto, toda a referência de um adolescente habita no ceio dela. Mas é claro que a escola contribui de forma significativa nessa construção, como também os amigos que se firmam nessa fase – principalmente se eles são mais jovens ou mais velhos. É possível até afirmar que a escolha de um determinado tipo de esporte que se

pratique na adolescência pode contribuir como referência para a construção da identidade do adolescente. Ele projeta e transforma as informações que estão ao seu alcance apropriando-se delas partindo como elemento referencial para sua vida.

Nesta fase eles se comportam como indivíduos que sabem de tudo que não precisam de ajuda, se consideram fortes e resolvidos, mas são simplesmente crianças que cresceram um pouco mais, e que não tem experiência de vida o suficiente pra fazer as escolhas certas. Todos nós podemos afirmar o quanto estávamos iludidos acerca de nossas convicções quando em nossa adolescência.

Nesta busca pela autoafirmação alguns obstáculos surgem levando o adolescente a conflitos interpessoais, porque nesse processo ele testa não somente suas crenças, mas também seu poder de convencimento. Um dos caminhos inevitáveis são os conflitos familiares, problemas entre os irmãos e os pais. Eles consideram que as pessoas mais próximas não se enquadram nos padrões estabelecidos pelo grupo ao qual eles pertencem, considerando os pais caretas e ultrapassados e os irmãos, pessoas antiquadas para sua tribo.

Segundo Jodelet (2001) de acordo com a teoria das representações sociais o indivíduo absorve representações simbólicas do meio em que vive e estas passam a fazer parte do processo construtor do conhecimento, sendo transformadas e reelaboradas por ele.

A ansiedade deixa de ser vista então como um sentimento normal, passando a ser considerado um sintoma patológico quando se torna exagerada. Por exagero podemos entender situações que levam o adolescente a crises de profundo isolamento, interferindo em suas atividades cotidianas. Quando o adolescente é afetado em suas emoções a ponto de prejudicar sua rotina, seus relacionamentos com os amigos e com os demais, pode se considerar que ele está sofrendo com o Transtorno de Ansiedade. De acordo com Skinner (1989, p.7) “a condição sentida como ansiedade passa a funcionar como um segundo estímulo aversivo condicionado”. Este estímulo faz com que o indivíduo se distancie mais dos relacionamentos afetivos e sociais, isolando-se ainda mais, mergulhando num universo de psicoses e dúvidas.



### 3.1 DESENCADEAMENTOS DE FOBIAS NA ADOLESCÊNCIA

A passagem da infância para uma nova etapa da vida gera desconforto e exige uma nova forma de pensar e agir. Ser aceito pelo grupo social que é considerado o mais destacado da turma é uma necessidade que precisa se concretizar com urgência, pois tudo para o adolescente é urgente. É nessa fase que ele se torna mais instável emocionalmente devido às mudanças de ordem fisiológicas e emocionais.

Diante da necessidade de se integrar ao grupo social escolhido, alguns obstáculos começam a surgir, e a forma como os pais pensam é seu primeiro alvo para combate. Nesta etapa os pais, em muitos momentos, deixam de ser o super heróis idealizados na infância para se tornar alguém que não consegue compreender as necessidades e urgências do filho. Quando esse conflito se instala começa a surgir distância no relacionamento entre eles porque os pais, por falta de conhecimento ou por não saber o que fazer, tentam impor a sua vontade para os filhos.

Em meio a conflitos e dúvidas, surgem dificuldades emocionais que levam o adolescente a sofrer no âmbito social e pessoal. Sem saber o que fazer e qual o caminho a seguir, ele fica confuso, começa a se sentir sufocado e angustiado, perdendo completamente o controle de suas emoções. Segundo Estes & Skinner (1941, 1961, p.399) “o efeito do estado emocional é uma depressão temporária da força do comportamento”.

Tal cenário de ansiedade e medo é o ambiente ideal para desencadeamento de fobias. O processo se dá de forma inconsciente, sem que o indivíduo reconheça os sintomas, crescendo cada vez mais até alcançar proporções danosas, prejudicando sua convivência na sociedade.

Dentre as fobias que são desencadeadas pelos Transtornos de Ansiedade estão aquelas que são reconhecidas por sinais de inquietação e irritabilidade frequente, processo de medo, em que o jovem não sabe explicar a fonte. As fobias são classificadas em três tipos: Fobia Social, Fobia Específica e Agarofobia.

### 3.1.1 Fobia Social

Esta fobia é gerada quando o indivíduo percebe que está sendo avaliado de alguma forma e, por timidez ou vergonha, ele sente-se intimidado, gerando uma condição de desconforto e aumentando a sensação de insegurança. Nestas circunstâncias pode ocorrer palpitação, sudorese, mal estar e dificuldades para falar entre outros sintomas.

Segundo o dicionário de psicanálise Chemama (1995), a fobia é determinada por um descontrole de proporções desmedidas, onde a pessoa desenvolve sentimentos confusos como pavor, raiva e nojo por objetos, animais ou lugares desencadeando sinais de pânico e angústia.

Na adolescência a fobia social é algo comum se analisarmos sob a perspectiva que o adolescente está buscando a construção da sua identidade, sendo assim, é natural que ele em meio a situações de pressão, onde precise apresentar suas ideias diante de outras pessoas, se sinta ameaçado e confuso.

### 3.1.2 Fobia Específica

A fobia específica é aquela em que o indivíduo tem medo ou repulsa de determinada coisa ou situação. As pessoas que desenvolvem esse tipo de fobia não têm necessariamente nenhum histórico anterior de vivência com o objeto fóbico, elas são afetadas, mas essa situação não as exclui de uma vida social normal.

Geralmente a fobia específica acontece relacionada a algum tipo de animal ou inseto. Os animais como cobra, aranha, barata, escorpião e lesma são os mais comuns em despertar fobias, principalmente nas garotas.

Nesta fase da vida as meninas estão com a sensibilidade aflorada e quando se deparam com algum desses animais, são tantos os gritos de desespero que parece que o mundo chegou ao fim. Mas, mesmo causando alguns danos e sustos, as fobias específicas causam pequeno comprometimento para a saúde e a vida dos que sofrem com este problema.

### 3.1.3 Agorafobia

A agorafobia é uma dificuldade que muitas pessoas sofrem que é o medo por se encontrar em espaços abertos, presença de multidão e dificuldade de escapar de lugares onde a saída é restrita. Normalmente a agorafobia se manifesta em conjunto com a crise de pânico ou algum processo de mal estar repentino.

Um dos exemplos mais comum de agorafobia está relacionado às pessoas que não conseguem andar de elevador. Elas sentem-se sufocadas ao mesmo tempo em que se processa a sensação de medo e insegurança pensando no que possa acontecer. Nessa hora de aflição e incerteza acontecem as crises de pânico.

A agorafobia, diferentemente da fobia específica, provoca alguns transtornos no cotidiano dos que sofrem com esse problema. Ela deixa a pessoa em estado de dependência, uma vez que ela não consegue ficar em determinados ambientes sozinha. Dependendo do grau de afetação, esta pessoa precisa de tratamento médico especializado.

## 3.2 A DITADURA DA BELEZA E DA MAGREZA

Hoje estamos vivendo dias onde o conceito do belo é cada vez mais subjetivo, isto porque os padrões de beleza são ditados pela mídia; são eles, os meios de comunicação quem estabelecem as regras de beleza. As passarelas de moda determinam as normas do que é ter um corpo perfeito. E essas regras são rapidamente absorvidas pela juventude.

Mas o que é ter um corpo perfeito para a adolescente? É ser magérrima como as modelos que desfilam nos eventos de moda? Para algumas esse é o padrão de beleza, mas ele desconsidera uma série de fatores, como biótipo e carga genética. Mesmo assim, muitas entram nesta solitária e angustiante busca pela forma perfeita.

Essa procura pelo corpo perfeito tem conduzido muitas adolescentes por caminhos que geram prejuízos à saúde física e emocional. Em busca dessa ilusão, elas diminuem a alimentação, e aos poucos, sem perceber, entram num círculo vicioso onde a comida já não é importante, mas sim, o ser magra.

O corpo começa a reagir à ausência dos nutrientes necessários que são fornecidos através da alimentação e começa a ficar debilitado, dando os primeiros sinais que algo não está bem. Mesmo sendo alertadas pelo corpo, a ilusão e o desejo de serem magras, cega o discernimento, e essas meninas não conseguem admitir o óbvio, que precisam de ajuda.

Quando a pessoa chega neste ponto, o transtorno de ansiedade se instala, despertando a neurose ou obsessão em ser cada vez mais magra. Não havendo mais parâmetro de comparação, só a obsessão desenfreada em busca do seu objetivo. Sem controle de quando deve parar, ela passa a ter uma visão distorcida de si mesma, se vendo gorda, desencadeando um comportamento irracional de que precisa emagrecer. A citação de Woordman sobre o depoimento de uma jovem de aproximadamente 20 anos nos conduz à reflexão.

Quando é que poderei sair desta caixa? Arrasto o meu corpo de um lado para o outro como se fosse um enorme objeto estranho. Tenho muito medo de câncer, de guerra, da escola e do que as pessoas acham. Agora estou tão transtornada que a minha cabeça está a ponto de explodir. Estou tão assustada de ficar imensa e de o mundo acabar e eu não estar em lugar nenhum. Não estou aqui e certamente não estou lá. O que eu estou fazendo? Fico o tempo todo arrumando padrões para mim mesma e simplesmente não consigo. Não consigo fazer nada. NADA. NADA. Feia, nojenta, vaca gorda! (WOORDMAN, 2002, p.37).

Em alguns casos, além de evitar ou deixar de se alimentar, há também a busca pelos medicamentos, como laxantes e diuréticos, como alternativa para eliminar o excesso de peso, e quando não se dão por satisfeitas chegam a provocar o vômito. Todos esses procedimentos nada mais são do que a busca por um padrão de beleza inacessível, que a sociedade, consciente ou inconscientemente, tem ditado para nossos adolescentes.

#### **4 O CAMINHO DA SUPERAÇÃO**

Na busca por respostas para os problemas que têm atingido um número cada vez maior dos nossos jovens, se faz necessário uma reflexão sobre o que estamos fazendo pra reverter a situação. Aonde devemos depositar a nossa confiança e o cuidado com os nossos adolescentes? Até que ponto a família e a escola têm

responsabilidades nessa busca? Em que momento deixamos de observar nossos adolescentes permitido que esses transtornos se instalassem em nossa sociedade?

É preciso reafirmar que a família tem não somente a responsabilidade pela educação do adolescente, mas também o dever de protegê-lo de amizades que venham lhe trazer prejuízos, como o envolvimento com grupos de risco, de comportamento duvidoso, com pessoas que lidem com drogas, com prostituição, entre outros. É papel da família, resguardá-los dos perigos que estão incutidos na sociedade e que geram desequilíbrio emocional no jovem, afetando sua conduta moral.

Mas é preciso ir além e encontrar soluções. A busca por mais informação é um sinal de comprometimento que os pais devem dar, sem esquecer que o adolescente não é a causa do problema, mas sim o alvo. Por isso ele sente as consequências e não sabe como reagir diante do conflito.

#### 4.1 O PAPEL DA FAMÍLIA

A família é o primeiro ambiente social que o indivíduo conhece, é nela que são construídas as relações afetivas e sociais. A família é a célula *mater* da sociedade onde a pessoa estrutura sua base social e psicológica, recebendo informações necessárias para construir suas impressões em relação ao mundo e ao outro. Segundo Johnson (1975, p.16) "... a família é uma importante força de desenvolvimento humano. Indiscutível é a influência que exerce sobre a saúde mental".

##### 4.1.1 Como as Meninas Agem

A mentalidade começa a mudar, é hora de largar as bonecas, deixar as brincadeiras com os garotos na rua e começar a rever conceitos. Cuidar da aparência é de fundamental importância, pois é preciso se mostrar bela, atrair os olhares e atenção dos rapazes, mostrar que deixou de ser menina.

É nessa hora em que a relação da mãe com a filha deve estreitar num processo de íntima confiança e afetividade, de maneira que haja espaço no coração

e na mente da menina para ouvir da mãe que ela não deve ser um simples objeto de desejo, que o seu maior valor não está nas curvas do seu corpo, mas em todo um código moral e ético, onde suas relações interpessoais devem ser construídas.

A mãe nessa fase da vida de sua filha deve constituir-se um referencial maior, porque as amigas neste período conseguem influenciar as atitudes da adolescente, que deslumbrada com as descobertas sente-se atraída pelo que está na moda e na mídia, sem ponderar sobre os valores envolvidos.

Esse comportamento também pode ser constatado em outras áreas, como na qualidade da música que ouvem, com seu apelo sensual, além das mensagens transmitidas nos filmes e as exigências impostas pelas várias “tribos” das quais fazem parte. Não é simples a influência que a mãe deve exercer sobre sua filha, sem, no entanto, invadir e anular sua identidade, mas é imprescindível, sob risco de perderem a oportunidade de construírem juntas uma história sem danos.

#### **4.1.2 Como os Meninos Agem**

Com os garotos não é diferente, as mudanças do corpo começam a partir do aparecimento dos primeiros pêlos e o aumento da produção do hormônio masculino, a testosterona. A mudança da voz e o aumento do tamanho do pênis é o que mais marca a passagem do menino para a puberdade.

Nesta fase o garoto se dá conta das transformações que seu corpo está passando e sua mente começa a despertar para outros interesses, entre eles o sexo, que é canalizado para o ato da masturbação. Nesse momento de descoberta, o menino sai de cena, acreditando que já se tornou homem. Embora ele de fato não tenha se tornado, esse novo ser tem valores e expectativas diferentes, e por isso precisa conquistar espaço e ser reconhecido pelo seu grupo.

É nessa hora que a figura paterna é de fundamental importância, pois dependendo da educação sexual e intelectual que este pai recebera, ele pode salvar ou condenar para sempre este menino/homem, visto que os valores para ele transmitidos podem estar contaminados com toda sorte de preconceitos, entre eles o machismo, o racismo e a homofobia.

Segundo Moura & Gabassi (1998), a importância da participação dos pais atuando de forma preventiva deve considerar a reflexão e até modificação das práticas educativas, tornando-as mais efetivas na busca de mudanças no comportamento do adolescente. Dessa forma, a orientação aos familiares de como interagir contribui para a superação das dificuldades.

É fato que alguns pais dão orientação machista aos seus filhos, e os meninos aprendem a ver o sexo de forma banal, vulgarizado e até como um troféu. O resultado disso é que eles entram em competições para saber quem fica com mais meninas, enxergando a mulher como um objeto. Embora nesse comportamento o desejo de conquista não seja de todo errado – faz parte da natureza humana –, é preciso observar a motivação, pois ela vai indicar um possível desvio de comportamento.

#### **4.1.3 Quando Não é o Bastante**

Dentro desse universo de representação simbólica, o adolescente recebe as orientações e informações necessárias para construir suas relações fora da família. Essas orientações irão nortear o adolescente na busca por novas descobertas e lhe darão parâmetros para discernir entre o certo e o errado.

Mas nem sempre essas orientações são recebidas pelo adolescente com despreendimento. Alguns, pensando que já estão prontos para fazer suas próprias escolhas, não dão atenção ao que a família pensa e tomam suas próprias decisões sem refletir.

Quando o adolescente faz uma escolha errada fica claro que toda a orientação oferecida não foi o bastante, e assim, toda a estrutura familiar sofre junto com ele. É nesse momento que a família será desafiada a renegociar as regras de autoridade estabelecidas e começar a aceitar maior individualidade por parte do jovem (RHODES, 1977). Com isso, a família vai descobrir que é possível superar conflitos através da reafirmação de alguns princípios que foram ignorados. Essa é uma negociação vitoriosa, que provê base forte para a construção de valores maiores no adolescente: formação da identidade e individualização. Quando os pais conseguem essa condição, a família é vista como porto seguro e o adolescente

deixa de lado a vaidade e o orgulho para se render à segurança que sempre lhe foi oferecida.

De acordo com o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) - Lei 8.069, de 13/7/1990, que regula os direitos da criança e do adolescente, no Capítulo III - "Do Direito à Convivência Familiar e Comunitária" -, artigo 19:

Toda criança, ou adolescente tem direito a ser criado e educado no seio de sua família e, excepcionalmente, em família substituta, assegurada a convivência familiar e comunitária, em ambiente livre da presença de pessoas dependentes de substâncias entorpecentes.

É dever da família proporcionar um ambiente saudável aonde o adolescente se sinta protegido, motivando nele o desejo de relacionamento fundamentado no respeito e confiança, na troca de experiências saudáveis com seus familiares e amigos, e na reciprocidade entre os pares.

#### 4.2 CONTRIBUIÇÕES DA ESCOLA

A escola é formada pelos ambientes de aprendizagens que possibilitam ao jovem desenvolver suas habilidades de tolerância e respeito pelo outro. Nas atividades pedagógicas interdisciplinares, são abordados assuntos que fazem parte do universo do adolescente, levando-o a questionar e refletir sobre as atitudes dele e do grupo ao qual pertence.

É na escola onde são formados os primeiros laços de amizades, entre os que fazem parte do mesmo grupo social e dos que se identificam entre si. A escola também é o espaço onde surgem os primeiros sinais de agressividade. Quando o jovem percebe que é protegido pelo grupo ele sente-se à vontade para desenvolver uma "suposta" superioridade, tentando se sobrepôr sobre os colegas mais fracos.

Segundo Nunes de Souza (1997, p.153), citando uma frase de Aberastury (s/d):

"Entrar no mundo dos adultos - desejado e temido - significa para o adolescente a perda definitiva de sua condição de criança. É um momento crucial na vida do homem e constitui a etapa decisiva de um processo de desprendimento que começou com o nascimento."



A necessidade de provar superioridade leva o adolescente a perder o interesse pelos estudos, conseqüentemente, diminuindo o rendimento escolar e empenho nas atividades curriculares. Nesse momento é preciso ter um olhar além dos problemas que o jovem está causando, é necessário buscar ajuda junto à equipe multidisciplinar da escola, trazendo esse jovem para a socialização e buscar descobrir o que está motivando esse comportamento.

A escola, junto com a equipe multidisciplinar, pode e deve ajudar esse jovem a se reencontrar. É seu dever proporcionar práticas educativas que visem a formação e amadurecimento deste ser em desenvolvimento, considerando todas as suas necessidades, respeitando suas complexidades. A escola deve resistir à tentação de se posicionar confortavelmente transferindo a responsabilidade exclusivamente para os pais.

Os direitos do adolescente devem ser assegurados pela escola conforme citado no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) - Lei 8.069, de 13/7/1990, que regula os direitos da criança e do adolescente, no Capítulo II - "Do Direito à Liberdade, ao Respeito e a Dignidade" -, artigo 15: "A criança e o adolescente têm direito à liberdade, ao respeito à dignidade como pessoas humanas em processo de desenvolvimento e como sujeitos de direitos civis, humanos e sociais garantidos na Constituição e nas leis."

#### 4.3 A BUSCA POR RESPOSTAS: POSSÍVEIS SOLUÇÕES

O adolescente como todo ser humano é complexo em suas atitudes e pensamentos, e não poderia ser diferente, uma vez que enquanto pessoa, ele está em processo de construção de sua identidade e as dúvidas e incertezas fazem parte dessa evolução. Enquanto pais e educadores, devemos considerar que esse ser em construção passa por conflitos constantes, cabendo a nós, que já passamos por essa fase da vida, ter sensibilidade para lidar com tais situações geradas no cotidiano do jovem.

Outro ponto a ser considerado diz respeito à distorção do foco do adulto, quando tenta resolver o conflito do adolescente olhando para sua própria experiência. É preciso deixar claro que cada geração é marcada por características

próprias; o tempo não para, as circunstâncias mudam, por isso é preciso focar nos problemas considerando essas implicações.

É necessário aguçar nosso foco com objetivos claros, aceitando o fato que não temos todas as respostas, mas que cada problema que surgir será enfrentado com respeito ao adolescente em formação. Este é o ponto positivo nesse cenário: transmitir nosso respeito e o valor incalculável que o jovem tem para nossas vidas.

É hora de baixar a guarda e sermos mais compreensíveis com os nossos jovens, eles precisam da nossa ajuda em todas as áreas de sua vida. Quando um distúrbio se instala em um adolescente é sinal de que falhamos em ajudá-los. Entretanto, nós os adultos, somos a referência que eles têm para espelharem-se como seres em construção. A nossa contribuição só será positiva se lhes oferecermos caminhos que possam transmitir confiança e credibilidade.

Quando tudo isso falhar ainda poderemos contar com o apoio de profissionais das mais diversas áreas clínicas, psicológicas e psicanalíticas, que no decorrer dos anos sedimentou uma excelente base de conhecimentos e experiências no tratamento de distúrbios, transtornos e obsessões no adolescente de nosso tempo.

É preciso acreditar na cura, na expectativa de um jovem sadio, feliz e apto a construir sua história de vida independentemente das dificuldades que tiver de enfrentar no caminho. Enquanto houver essa crença haverá sempre alguém em algum lugar, buscando, aplicando conhecimentos e experiências na tentativa de propor novas soluções, tratamentos mais eficazes.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

No processo de desenvolvimento deste artigo analisamos o adolescente em suas mais importantes características da vida. Pudemos entender que é nessa fase onde muitos pensamentos e projeções para o futuro são construídos. Mesmo nossos jovens com pouca idade, eles se sentem na responsabilidade de projetar suas expectativas. Por isso, é preciso que esta etapa da vida possa ser vista com um olhar mais atencioso, de carinho e respeito pelo ser humano e suas aspirações para o futuro.

O adolescente de nossa geração terá um futuro equilibrado se nós, seus referenciais, pudermos intervir em sua vida com segurança, respaldados pelo respeito e confiança de ambas as partes. Não podemos esquecer que o adolescente é um ser frágil e que precisa se sentir amado e valorizado para poder seguir em frente com seus projetos.

Constatamos ainda que o Transtorno de Ansiedade só tem espaço na vida de jovens que não conseguem trabalhar suas emoções em seus relacionamentos, quer seja na família ou com os amigos. Esse problema precisa ser revisto se quisermos, enquanto educadores, pais ou professores oferecer ao jovem o tempo e atenção necessários para revertermos essa situação que nos tem afligindo.

Não podemos permitir a influência negativa de meios que impõe aos adolescentes padrões inalcançáveis de beleza, gerando desequilíbrio físico e emocional, lançando o jovem numa sensação de vazio e ansiedade. O adolescente não é o problema, porém ele tem problemas que precisam ser resolvidos.

A proposta deste artigo é que a reflexão sobre os distúrbios que afetam o adolescente, provocando nele o Transtorno de Ansiedade encontre as respostas para perguntas que ainda não foram respondidas, quando o assunto é ambiente familiar de respeito, compreensão e confiança; estrutura social apoiada em princípios éticos e morais inalienáveis; ambiente escolar saudável, sem cobranças e sem padrões de beleza inatingíveis, além é claro, de programas e políticas públicas que patrocinem pesquisas e tratamentos mais eficazes para o problema, sem a invasão provocada pelas soluções medicamentosas.

O que concebemos nestas linhas, pretende apenas compor mais argumento ao lado de novas pesquisas e propostas acadêmicas; longe de pretender encerrar o debate, motivar outras linhas de pensamento que certamente produzirão mais benefícios para esse ser tão especial da nossa sociedade, o adolescente.

**ABSTRACT:** Anxiety disorder became a hot topic lately, being even more relevant when the teenager is the target of such a problem. This paper aims to analyze the Anxiety Disorder in adolescence, their causes and effects, as well as its consequences in the adolescent and the environment in which they live. We started considering a brief look at Anxiety Disorder, describing a history of the development of human beings in society. Then we define what is Anxiety Disorder, as it stands and the damage it causes in adolescent life. We proposed a reflection on how the disorder has marked our generation's teens, such as competitiveness and the advancement of technology has brought benefits but has also caused much damage. Discussed on the trigger phobias in adolescents, about the dictatorship of beauty and thinness, which in addition to causing emotional damage, also compromises the physical health of adolescents. Finally we

emphasize the role of the family, the contribution of the school and possible solutions to overcome, in order to protect the teenager today. In this article the research focused on the Theory of Operant Conditioning, of Skinner and Freud's studies of human behavior.

**Keywords:** Adolescence. Anxiety disorder. Overcoming.

## REFERÊNCIAS

- ABERASTURY, A. & cols. **Adolescência**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1980.
- BALLONE, Geraldo José; PEREIRA, Eurico Neto; ORTOLANI, Ida Vani. **Da emoção à Lesão: um Guia de Medicina Psicossomática**. São Paulo: Manole, 2002.
- BECKER, Daniel. **O que é adolescência**. 13ªed. São Paulo Editora Brasiliense Coleção Primeiro Passos 1997.
- BRASIL. Lei Federal n. 8069, de 13 de julho de 1990. **ECA** \_ Estatuto da Criança e do Adolescente.
- CHEMAMA, R. (Org.). **Dicionário de Psicanálise**. Porto Alegre: Artes Médicas 1995.
- JODELET, D. **Representações Sociais: um Domínio em Expansão**. Rio de Janeiro: EDUERJ, 2001.
- JOHNSON, B. C. A. Mudança de Padrões. **A Saúde do mundo**. Agosto / Setembro, 1975.
- LEVY, L. **Society, stress and disease**. London Oxford university. Press, 1971.
- MOURA, C. B.; GABASSI, S. E. Dependência e Autonomia Infantil: **O Papel da Psicoterapia no Desenvolvimento Sócio-Emocional de Crianças Imaturas**. Estudos de Psicologia. Vol. 15. Nº 3. São Paulo, 1998.
- NUNES de SOUZA, A.M. A Família e Seu Espaço: Uma Proposta de Terapia Familiar. Rio de Janeiro: Agir. 1997.
- RHODES, S.L. "A developmental approach to the life cycle of the family". Social Casework, 58:301-11, 1977.
- SAITO, M. I. **Adolescência, Cultura, Vulnerabilidade e Risco**. Pediatria, São Paulo. 2000.
- SKINNER, B. F. (1965). **Science and human behavior**. New York: Free Press. (Original publicado em 1953).

SKINNER, B. F. (1989). **Recent issues in the analysis of behavior**. Columbus, OH: Merrill. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pcp/v27n2/v27n2a05.pdf>, acesso em 24 de fev. 2011.

STUART, Gail Wiscarz; LARAIA, Michelle Teresa. **Enfermagem Psiquiátrica**. Rio de Janeiro: Reichmann&Affonso, 2002.

VALLEJO, J. R. **Introduction a la psicopatologia y la psiquiatria**. Barcelona: Masson-Salvat Medicina, 1991.

WOODMAN, Marion. **O vício da perfeição**: compreendendo a relação entre distúrbios alimentares e desenvolvimento psíquico. São Paulo: Summus, 2002.

ZAMIGNANI, D. R.; BANACO, R. A. **Um panorama analítico-comportamental sobre os transtornos de ansiedade**. Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva, 2005.

ZAMIGNANI, D. R.; VERMES, J. S. **Propostas analítico-comportamentais para o manejo de transtornos de ansiedade: Análise de casos clínicos**. In H. M. Sadi & N. M. S. Castro. (Eds.), *Ciência do comportamento. Conhecer e avançar*: 2003.

\*Recebido em março de 2012.

\*Aprovado em dezembro de 2012.