

ANSIEDADE NA ADOLESCÊNCIA: COMO A CONVIVÊNCIA FAMILIAR CONTRIBUI NO SEU DESENVOLVIMENTO¹

ANXIETY IN ADOLESCENCE: HOW FAMILY INTERACTION CONTRIBUTES TO ITS DEVELOPMENT

GRACIELLY BATISTA DA COSTA²

LUCIO FLÁVIO DE SANTANA GIMENES³

RESUMO

Este artigo aborda o impacto significativo da convivência familiar no desenvolvimento da ansiedade na adolescência, um tema relevante, dada a prevalência de distúrbios de ansiedade no Brasil, conforme apontado pela Organização Mundial da Saúde. O estudo utiliza uma metodologia de pesquisa bibliográfica, incluindo buscas no Google Acadêmico e revisão de literatura de autores renomados no campo da Psicologia Cognitivo Comportamental. O objetivo principal do trabalho é entender o papel que a ansiedade desempenha na vida dos adolescentes, a influência do ambiente familiar e as possíveis maneiras de mitigar seus efeitos prejudiciais. O estudo enfatiza a importância da família como uma âncora essencial para o desenvolvimento saudável do indivíduo, especialmente durante a formação da identidade e personalidade. As conclusões do estudo destacam que a ansiedade, embora seja uma doença real e duradoura, pode ser controlada e impedida de se tornar uma força debilitante na vida de um indivíduo. Além disso, destaca o papel vital que a família pode desempenhar nesse processo, oferecendo apoio emocional, estrutura e orientação necessária para lidar com esse desafio.

Palavras-chave: Transtorno de Ansiedade; Adolescência; Convivência Familiar; Desenvolvimento Psicossocial.

ABSTRACT

¹ Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Inhumas - FacMais, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Psicologia, no primeiro semestre de 2023.

² Acadêmica do 10º Período do curso de Psicologia pela Faculdade de Inhumas. E-mail: graciellycosta@aluno.facmais.edu.br.

³ Professor do curso de Psicologia da Faculdade de Inhumas (FacMais) e professor substituto vinculado à Faculdade de Educação da Universidade Federal de Goiás (UFG). Mestre em Psicologia pela UFG e bacharel em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense (UFF). E-mail: contato@luciogimenes.com.br

This article addresses the significant impact of family interaction on the development of anxiety in adolescence, a relevant topic given the prevalence of anxiety disorders in Brazil, as pointed out by the World Health Organization. The study uses a bibliographic research methodology, including searches in Google Scholar and literature review of renowned authors in the field of Cognitive Behavioral Psychology. The main objective of the paper is to understand the role that anxiety plays in the lives of adolescents, the influence of the family environment, and possible ways to mitigate its detrimental effects. The study emphasizes the importance of family as an essential anchor for the healthy development of the individual, especially during identity and personality formation. The study's findings highlight that anxiety, while a real and enduring illness, can be controlled and prevented from becoming a debilitating force in an individual's life. Furthermore, it highlights the vital role that the family can play in this process by providing emotional support, structure, and guidance needed to cope with this challenge.

Keywords: Anxiety Disorder; Adolescence; Family Coexistence; Psychosocial Development.

1 INTRODUÇÃO

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2019)⁴, em 2019, 18,6 milhões de brasileiros, quase 10% da população, conviveram com o transtorno de ansiedade, o maior número de pessoas com esse transtorno em um país no mundo. Ainda, segundo a OMS, a depressão e a ansiedade aumentaram mais de 25% apenas no primeiro ano da pandemia⁵.

O psicólogo Robert L. Leahy (2011) afirmou que o transtorno de ansiedade se trata de uma doença real e duradoura, que tem consequências sobre a vida, podendo verificar-se em qualquer área da sua vida. Nas últimas décadas, a psicologia tem se dedicado a compreender cada vez mais sobre a ansiedade. Sabe-se muito mais sobre a origem da ansiedade, o modo como ela opera no cérebro e a natureza dos padrões comportamentais que ela gera. Tudo isso pode

⁴ YONESHIGUE, Bernardo. Brasil é o país com mais casos de ansiedade, segundo OMS: veja os 11 sintomas do transtorno. O GLOBO, [S. l.], p. 1, 31 maio 2022. Disponível em: <https://oglobo.globo.com/saude/medicina/noticia/2022/05/brasil-e-o-pais-com-mais-casos-de-ansiedade-segundo-oms-veja-os-11-sintomas-do-transtorno.ghtml>. Acesso em: 17 set. 2022.

⁵ OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental e atenção. OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental e atenção, [S. l.], p. 1, 17 jul. 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2022-oms-destaca-necessidade-urgente-transformar-saude-mental-e-atencao#:~:text=A%20depress%C3%A3o%20e%20a%20ansiedade,criminalizam%20a%20tentativa%20de%20suic%C3%ADdio>. Acesso em: 17 set. 2022.

colaborar para o entendimento do papel que a ansiedade desempenha na vida dos adolescentes.

Compreender esse papel é fundamental para superar a ansiedade – e não eliminá-la completamente, pois, tal meta não é realista (LEAHY, 2011). Por outro lado, aprender a neutralizá-la, controlá-la e impedi-la de ser uma força debilitante que restringe saúde e liberdade. Compreender a ansiedade, em poucas palavras, é a maneira de escapar de sua tirania. Se não tratado, um transtorno de ansiedade pode ser uma das mais devastadoras condições de que um indivíduo pode sofrer.

A família representa “[...] a ancoragem indispensável para o sadio e pleno desenvolvimento da pessoa do filho, em particular durante seu processo de formação, de identificação e de sujeito situado em uma sociedade” (ALBUQUERQUE, 2014, p. 623). A unidade familiar é mais do que uma questão de conforto e conveniência, é o ambiente onde ocorrem os principais desenvolvimentos pessoais e onde ocorrem os principais fatos que irão influenciar na personalidade da pessoa.

Ao realizar uma análise preliminar da família, pode-se observar que o lar é o pilar que a sustenta, e o cuidado com os demais membros é fundamental para manter essa estrutura. Esse cuidado está intimamente ligado à proteção e operacionalidade de diversos aspectos da pessoa, incluindo o físico, o social, o econômico e o psíquico (BARROS, 2006, p. 178). Segundo BITTAR (2007, p. 598), a casa e a família representam a esfera da necessidade e da sobrevivência.

A família, especialmente os pais, é vista como um porto seguro para os filhos, visto que é através do apoio e da estrutura fornecidos pela família que as crianças podem desenvolver sua personalidade, construir seu caráter e seus valores interiores. A família é não só importante, mas essencial para o desenvolvimento integral das crianças e adolescentes, considerando sua complexidade. De fato, desde a modernidade nas sociedades ocidentais, a família é a base para a construção da identidade e personalidade de cada indivíduo. Tornou-se função da família proteger seus membros e elevar suas potencialidades, fornecendo apoio emocional para a resolução de conflitos e construindo uma personalidade e psiquismo fortes o suficiente para lidar com as agressões externas e o mundo em geral. Assim, surge a seguinte questão a ser explorada: "Como a convivência familiar contribui para o desenvolvimento da ansiedade na adolescência?"

Na intenção de responder ao problema, foi realizada uma pesquisa bibliográfica, conforme definido por Gil (2008, p. 50-51), com o intuito de coletar informações e dados já levantados por outros pesquisadores sobre o tema. A pesquisa foi realizada por meio de buscas de artigos no Google Acadêmico e livros de autores relevantes no campo da Psicologia e da Terapia Cognitivo Comportamental para a formação do presente estudo. Os descritores utilizados na pesquisa foram “convivência familiar”, “adolescência” e “transtorno de ansiedade”.

2 A ANSIEDADE ENQUANTO TRANSTORNO PSICOLÓGICO

Ao falar de “ansiedade”, é necessário compreender que há múltiplas conceituações no campo da Psicologia. Segundo Pessotti (1978, p. 97), “[...] a evolução cultural impõe a cada período histórico um dado conceito dominante de ansiedade, seja ele clínico ou filosófico ou filosófico-clínico”. Deste modo, entende-se que para compreender a ansiedade é importante levar em conta fatores subjetivos, sociais e culturais, assim como as relações entre o indivíduo e sua família.

Atualmente possuímos muitas informações sobre a sua evolução. Diferente do estresse, que é a soma das respostas fisiológicas estressoras, a ansiedade é um sentimento característico do humano e está relacionado à soma de experiências psicológicas e biológicas estressoras.

Nos primórdios da humanidade era natural que os indivíduos vivessem entre os instintos de “luta ou fuga”, caracterizado por ser de bastante importância para sua sobrevivência e de seu grupo. Muito antes de qualquer registro da história humana, nossos ancestrais viviam em um mundo repleto de perigos que ameaçavam suas vidas: predadores, fome, plantas tóxicas, vizinhos hostis, alturas, doenças, afogamentos.

Foi em face desses perigos que a psique humana evoluiu. Nesse momento em que o humano dava os seus primeiros passos no desenvolvimento psicológico, não se tinha o conhecimento de hoje em que sabemos sobre o funcionamento biológico e psicológico. Por isso que muitas vezes sintomas “ansiosos”, principalmente experienciados nesse momento como respostas fisiológicas de estresse, já estavam presentes na história da humanidade.

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, em sua quinta edição, o DSM-V⁶ (APA, 2014, p. 189), “[...] os transtornos de ansiedade incluem transtornos que compartilham características de medo e ansiedade excessivos e perturbações comportamentais relacionadas”. Tais emoções, assim como a esquivas, causam “sofrimento clinicamente significativo ou prejuízo no funcionamento social, profissional ou em outras áreas importantes da vida do indivíduo” (p. 21). Podem ser citados como aspectos que influenciam o desenvolvimento do transtorno de ansiedade em indivíduos às variações ambientais, influência genética, fatores familiares, relações entre pais e filhos, conflitos entre cônjuges, comunicação e diversos outros aspectos que de alguma forma gera um desconforto psíquico e físico.

Assim sendo, o manual psiquiátrico americano, que não apresenta um conceito específico de ansiedade, a diferencia de emoções adaptativas pelo grau ou período de persistência e por suas consequências prejudiciais no cotidiano dos indivíduos afetados. Além disso, apresentam-se diferentes transtornos de ansiedade, como fobia específica, fobia social, agorafobia, transtorno do pânico e transtorno de ansiedade generalizada. Vale destacar que o Transtorno Obsessivo-Compulsivo deixou de ser considerado um transtorno de ansiedade, recebendo uma categoria própria a partir da sua quinta edição, o DSM-V.

De acordo com Santos (2000) e França (2012), tensão muscular, respostas cardiovasculares, atividade alterada do sistema digestivo, alteração na reação da pupila, sudorese nas palmas das mãos, respiração acelerada e tremores, as quais podem ser acompanhadas por distúrbios motores e na fala, dificuldades na percepção e na memória, assim como problemas relacionados à aprendizagem complexa são algumas das reações fisiológicas tipicamente relacionadas à ansiedade.

Quando falamos dos critérios de diagnóstico do transtorno de ansiedade, podemos notar que se trata de um transtorno bastante comum. Dados da OMS indicam que há mais de 18 milhões de brasileiros que sofrem de ansiedade, sendo o país com o maior número de pessoas que sofrem desse transtorno⁷. Real e

⁶ Até o momento da produção deste trabalho, utilizamos o DSM-V, publicado em 2014. Contudo, em janeiro de 2023, foi publicada a edição revisada do DSM-V, intitulada DSM-V TR. Como se trata de uma edição recente, não tivemos acesso a ela até o presente momento.

⁷ YONESHIGUE, B. Brasil é o país com mais casos de ansiedade, segundo OMS: veja os 11 sintomas do transtorno. **O GLOBO**, [S. l.], p. 1, 31 maio 2022. Disponível em:

principalmente duradoura na vida de muitos indivíduos, os sintomas ansiosos são caracterizados pela antecipação de aspectos relacionados ao futuro, que gera um desconforto físico e psíquico. A ansiedade é um transtorno que quando não se tem o tratamento necessário, pode muitas das vezes tomar conta de todo o indivíduo, em todos os campos da sua vida.

Para compreender a ansiedade e seu tratamento é preciso entender o contexto em que o indivíduo está inserido, bem como sua história de vida. Desta maneira, a família pode ser considerada como um dos fatores mais importantes para o quadro de melhora do indivíduo com transtorno mental, bem como pode ser considerada também um fator ansiogênico para o indivíduo. Visando as melhores abordagens para quadros como esse em crianças e adolescentes, é muito importante para a família, portanto, receber também assistência psicológica e informação acerca de como proceder da melhor forma (BORBA et al., 2011).

Nas relações familiares o ingrediente necessário para o desenvolvimento da criança e adolescente é o cuidado, é a educação, é o carinho e proteção, em suma a afetividade – no sentido jurídico da palavra –, que vem a repercutir de maneira positiva e eficaz para um bem viver futuro do filho.

A família representa “a ancoragem indispensável para o sadio e pleno desenvolvimento da pessoa do filho, em particular durante seu processo de formação, de identificação e de sujeito situado em uma sociedade” (ALBUQUERQUE, 2014, p. 623). A unidade familiar é mais do que uma questão de conforto e conveniência, é o ambiente onde ocorrem os principais desenvolvimentos pessoais e onde ocorrem os principais fatos que irão influenciar na personalidade da pessoa. Desta forma, cabe a nós investigar quando a família não proporciona tais condições para a criança e o adolescente, mas que, por outro lado, torna-se fator do desenvolvimento de transtornos.

O núcleo familiar se baseia na interdependência entre os indivíduos. Nota-se que quando um membro da família está passando por alguma situação, toda a estrutura tende a uma alteração. Por isso uma boa estrutura familiar é de extrema importância para o desenvolvimento de um ser humano.

A família, além do seu caráter dinâmico e influenciador dos comportamentos dos indivíduos, é considerada como o principal meio para o desenvolvimento

humano. É através da família que os sujeitos estabelecem as primeiras relações que servirão como modelo para a construção de novos vínculos nos diversos espaços. Os padrões de funcionamento, atitudes e hábitos, os quais auxiliam o sujeito a elaborar um repertório para resolver os conflitos, controlar as emoções e lidar com as dificuldades são transmitidos dentro do contexto familiar. Portanto, é com base nessa compreensão da ansiedade, da sua origem e das suas possibilidades de tratamento que este trabalho visa compreender as nuances das relações familiares como fator de desenvolvimento em adolescentes.

3 CONSTITUIÇÃO DAS FAMÍLIAS NO SÉCULO XXI E O LUGAR DO ADOLESCENTE

O tema da constituição das famílias no século XXI vem ganhando cada vez mais relevância na sociedade contemporânea (HINTZ, 2001), principalmente quando se trata do lugar do adolescente nesse contexto. Com as constantes mudanças dos valores e das relações humanas, as configurações familiares vêm se diversificando e, conseqüentemente, influenciando o desenvolvimento psicossocial dos jovens. Diante disso, buscamos analisar como as mudanças nas estruturas familiares impactam a vida dos adolescentes, tanto em termos de suas relações familiares quanto na sua formação individual.

De acordo com Vasconcellos (2014), o modelo tradicional de família, que se baseia no casamento e na reprodução, já não é mais o único modelo de família presente no Brasil no contemporâneo. De acordo com o autor, a introdução de novos costumes e valores, a internacionalização dos direitos humanos, a globalização, o respeito do ser humano, tendo em vista sua dignidade e os direitos inerentes a sua personalidade, impôs o reconhecimento de novas modalidades de família formadas na união estável, na monoparentalidade, na homoafetividade, respeitando as diferenças existentes entre cada ser humano. Desta forma, a Constituição Federal assegura a dignidade da pessoa humana, a liberdade individual, à autodeterminação, o desenvolvimento humano, a igualdade, a justiça e a não discriminação como valores supremos de uma sociedade mais justa e igualitária.

Além disso, Hintz (2001) aponta outras duas mudanças que têm impactado as famílias e trazem desafios. A primeira refere-se às famílias com filhos e está relacionada à saída dos pais de casa para trabalhar, em que a mulher busca cada

vez mais desenvolver uma vida profissional, cultural e política. Com isso, os filhos são deixados em creches ou com outras pessoas, como as avós, gerando interferência na educação e podendo ser fonte de conflitos. A segunda mudança diz respeito à introdução das tecnologias no cotidiano das pessoas, que, por um lado, auxiliam na qualidade de vida, mas, por outro, trazem dificuldades no relacionamento entre pais e filhos e entre o casal (HINTZ, 2001).

Outra transformação importante foi abordada por Souza e Schnitman (2021), tratando das mudanças decorrentes das tecnologias digitais no contexto familiar e como isso impactou as relações de poder entre pais e filhos, sobretudo na fase da adolescência. Segundo os autores, o conhecimento dessas tecnologias atribui vantagens e maior controle sobre o outro, o que gera conflitos entre pais e filhos. Os pais tentam limitar o tempo de uso e o conteúdo consumido, mas os filhos, com maior habilidade e conhecimento neste âmbito, muitas vezes conseguem burlar essas limitações, criando um ambiente de incertezas e interferindo na relação de poder estabelecida.

Lima (2014) enfatizou a relevância da convivência diária entre familiares na construção da identidade pessoal e familiar, destacando que é durante esse período que as diferenças são percebidas e consideradas. Além disso, ela argumentou que a convivência diária é uma maneira de desenvolver uma sensação de segurança diante das vulnerabilidades enfrentadas. A falta de convivência pode afetar a capacidade dos pais em impor limites aos filhos, uma vez que esses limites não são simplesmente transmitidos de geração em geração, mas precisam ser ensinados aos pais.

De acordo com Papalia e Feldman (2013), a adolescência é uma fase de transição do desenvolvimento humano, que abrange mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais e assume formas variadas em diferentes contextos sociais, culturais e econômicos. A Organização Mundial da Saúde (OMS) define a adolescência como o período entre os 10 e 19 anos, subdividido em pré-adolescência dos 10 aos 14 anos e adolescência dos 15 aos 19 anos. No Brasil, o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), em seu artigo 2º, considera o adolescente como a pessoa com idade entre 12 e 18 anos. Segundo Vygotsky (1996 apud Caniato e Nascimento, 2020), o adolescente é um sujeito em processo de

formação de seus conceitos e de sua maneira própria de compreender a si e ao mundo que o rodeia.

As autoras destacaram que a adolescência representa um período crucial para o crescimento físico, cognitivo e social do indivíduo. Segundo a UNICEF, em 2011, este período oferece uma oportunidade para os adolescentes construírem sua identidade e autonomia, para as famílias descobrirem novas formas de relacionamento e para a escola contribuir para o desenvolvimento do potencial do adolescente. De acordo com Niederauer (2014, p. 31), as transformações características da adolescência estão relacionadas ao processo de amadurecimento do encéfalo, que ainda não consolidou a habilidade de comandar funções complexas, como interpretar dados, planejar ações, inibir impulsos, tomar decisões acertadas e imaginar realidades possíveis.

Autores como Cardoso e Cecconello (2019) destacam fatores de risco e proteção para o suicídio na adolescência, que tem tido índices elevados nos últimos anos. Em sua pesquisa sobre estes temas, as autoras identificaram que fatores como características de personalidade, transtornos mentais, doenças físicas orgânicas, estressores familiares, violência familiar, estressores escolares, comportamentos de risco, estressores psicossociais, fatores psicológicos e estressores socioeconômicos são fatores de risco entre os adolescentes para o suicídio. Por outro lado, fatores de proteção incluem vínculos familiares seguros, práticas parentais adequadas, apoio social da escola e amigos e características individuais como habilidades sociais, autoestima e espiritualidade.

Santos e Silva (2021) destacaram que a geração atual de adolescentes enfrenta problemas como solidão, ansiedade, depressão e insegurança, devido à influência da sociedade capitalista, que é excessivamente individualista e está presa ao mundo virtual e às redes sociais. Nesse contexto, os adolescentes sentem a necessidade e, por vezes, até mesmo a obrigação de compartilhar suas experiências diárias nas redes sociais, e nem sempre recebem feedbacks acolhedores, o que afeta profundamente seu bem-estar emocional e social. As autoras afirmam que a família pode ser um lugar seguro para apoio e diálogos saudáveis, embora nem sempre seja. Portanto, é importante reconhecer o papel fundamental da família no desenvolvimento dos adolescentes, apesar das diferentes

formas de viver a família nos tempos atuais, e valorizar essa instituição como um lugar de segurança e bem-estar (PRATTA e SANTOS, 2007).

4 AS RELAÇÕES FAMILIARES COMO FATOR DE DESENVOLVIMENTO DA ANSIEDADE NO ADOLESCENTE

Na seção anterior, foi possível compreender a importância das relações familiares no desenvolvimento dos adolescentes, visto que a família é considerada o principal ambiente de socialização nesta fase da vida. No entanto, é importante investigar se há uma possível conexão entre o contexto familiar e o desenvolvimento da ansiedade nos adolescentes, que é um transtorno psicológico cada vez mais comum nesta faixa etária. Para isso, é necessário entender como a dinâmica familiar pode influenciar no desenvolvimento da ansiedade nos adolescentes.

A família desempenha um papel fundamental na constituição dos indivíduos, influenciando significativamente na determinação e na organização da personalidade e no comportamento individual. A unidade familiar deve funcionar de maneira funcional, onde ambos os membros se sintam permanentes de um lar, através de um diálogo adequado e espaço para comunicação, gerando uma boa promoção de saúde mental para todos.

Por outro lado, viver em um ambiente com muitos conflitos pode ser estressante para a pessoa e para toda a família, podendo evoluir para um quadro de ansiedade, onde a pessoa permanece em alerta frente ao possível conflito, mesmo que ele não ocorra. A falta de habilidade para lidar com conflitos pode levar o indivíduo a se sentir deslocado, incompreendido e não pertencente à família, restringindo sua comunicação apenas ao mais básico contato. Sem uma comunicação eficaz, os problemas tendem a piorar e os relacionamentos a se desgastar ainda mais.

De acordo com Drummond & Drummond Filho (1998), além do diálogo, estabelecer relações de respeito, confiança, afeto e civilidade entre os membros desde cedo pode ajudar a família a lidar com esta fase do desenvolvimento de maneira mais adequada e com menos dificuldades. No entanto, os pais e responsáveis frequentemente se preocupam com as influências do contexto no qual os adolescentes se desenvolvem, incluindo a família e o ambiente macrossocial, que são associados às características de imaturidade emocional, impulsividade e

comportamento desafiador que frequentemente estão presentes nesta fase do desenvolvimento humano.

Nem sempre é compreendido que os adolescentes apresentam uma diversidade de grupos, atitudes, comportamentos, gostos, valores e filosofia de vida, e cada indivíduo é marcado por suas próprias experiências vividas ao longo da vida, apesar de compartilhar algumas características com outros jovens. Como diz Serra (1997), “há diversos mundos e diversas formas de ser adolescente” (p. 29).

Petrini (2003, p. 79) aponta que a convivência familiar pode apresentar conflitos, disputas, ausências, escassez de recursos materiais, agressividade e, em alguns casos, desvio de comportamentos e violência. Diante dessa realidade, a família encontra dificuldades para cumprir de modo satisfatório suas tarefas básicas de socialização entre seus membros, deixando-os vulneráveis.

Deste modo, segundo Baptista, Baptista e Dias (2001) a família desempenha um papel crucial no desenvolvimento da ansiedade em adolescentes, uma vez que a qualidade do suporte familiar pode influenciar diretamente o bem-estar mental do adolescente. Conforme apresentado por Lovisi et al (1996), a ausência de suporte social ou familiar pode predispor os adolescentes a desenvolverem distúrbios psicológicos quando confrontados com situações estressantes. O suporte familiar efetivo visa a mitigar os impactos desses eventos estressantes, oferecendo um ambiente seguro e acolhedor onde os adolescentes podem expressar suas emoções e preocupações sem medo de julgamento ou rejeição.

Além disso, Gavazzi (1993, apud BAPTISTA; BAPTISTA; DIAS, 2001) argumenta que a forma como a família lida com a individualidade e a intimidade do adolescente também tem um papel importante no desenvolvimento da ansiedade. Quando há um alto grau de controle familiar, o adolescente pode ter sua capacidade de desenvolver sua individualidade limitada. Esse controle excessivo pode inibir o adolescente de adquirir estratégias de enfrentamento adequadas para lidar com os desafios da vida, o que pode aumentar a propensão para o desenvolvimento de transtornos de ansiedade. A pressão para cumprir as expectativas familiares, junto com a falta de liberdade para expressar a própria individualidade, pode contribuir para sentimentos de ansiedade e estresse.

Por fim, a maneira como a família se comunica e interage entre si também é uma variável crucial. Segundo Sabatelli e Anderson (1991 apud BAPTISTA;

BAPTISTA; DIAS, 2001), padrões de diferenciação saudáveis entre pais e filhos estão associados a baixos níveis de depressão. Além disso, a qualidade do apoio experimentado dentro das relações familiares pode ser determinante no ajustamento do adolescente. Portanto, ambientes familiares onde a comunicação é aberta, o respeito é mútuo e o suporte emocional é abundante, podem fornecer aos adolescentes uma base sólida para desenvolver habilidades de enfrentamento eficazes e reduzir a propensão para o desenvolvimento de ansiedade.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho teve como objetivo geral verificar por meio da revisão bibliográfica como ocorre a relação entre a estrutura familiar e o desenvolvimento da ansiedade no período da adolescência. A partir desse estudo foi possível identificar o quanto a estrutura familiar tem uma relevância importante na formação do indivíduo.

A família é vista como o primeiro meio social do ser humano, é onde ele irá aprender sobre se relacionar com o próximo, sendo assim, quando o ambiente familiar é repleto de elementos estressores, pode-se notar que o indivíduo tenderá a desenvolver o transtorno de ansiedade, assim, afetando não apenas sua relação no meio familiar, mas no social também.

A estrutura familiar possui sua hierarquia e regras, quando ambas estão em um perfeito alinhamento o desenvolvimento do contexto familiar se desenvolve de forma adequada, quando isso não ocorre, acaba sendo um grande facilitador para que ocorram prejuízos no desenvolvimento da saúde social dos seus membros, principalmente dos adolescentes.

Exploramos a complexa e diversificada constituição das famílias no século XXI e como as mudanças nessa constituição impactam o lugar e o desenvolvimento dos adolescentes. Em meio a essas mudanças, a família continua sendo um espaço fundamental de socialização, formação de identidade e enfrentamento das vulnerabilidades. Entretanto, a diversificação das configurações familiares e a introdução das tecnologias no cotidiano trazem desafios na educação e na relação entre pais e filhos. Nesse contexto, a convivência diária, a comunicação eficaz e o respeito mútuo surgem como elementos importantes para garantir um ambiente familiar saudável e acolhedor.

No entanto, os desafios persistem, pois as mudanças sociais, econômicas e culturais continuam influenciando a estrutura e a dinâmica da família. A adolescência é uma fase crítica e complexa, caracterizada por mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais, e a abordagem adequada dessas transformações requer mais compreensão e estudo.

Deste modo, dada a complexidade das relações entre a família e o desenvolvimento adolescente, são necessárias mais pesquisas que integrem diferentes perspectivas e metodologias. A inclusão de diferentes vozes e experiências, incluindo as dos próprios adolescentes, é essencial para aprofundar nosso entendimento sobre esse importante aspecto da vida humana.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, F. S. O dever de cuidado dos pais no desenvolvimento emocional da criança. In: LEAL, P. do S. T. (coord.). **Direito civil constitucional e outros estudos em homenagem ao Prof. Zeno Veloso**. Rio de Janeiro: Forense; São Paulo: Método, 2014. p. 621-632.
- APA. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- BARROS, S. R. de. Direitos humanos fundamentais da família. **Revista Direitos Humanos Fundamentais**, v. 6, n. 1, p. 175-180, 2006. Disponível em: <https://intranet.unifiefio.br/legado/edificio/index.php/rmd/article/view/30/41>. Acesso em: 20 jul. 2021.
- BAPTISTA, M. N.; BAPTISTA, A. S. D.; DIAS, R. R.. Estrutura e suporte familiar como fatores de risco na depressão de adolescentes. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 21, n. 2, p. 52–61, jun. 2001.
- BITTAR, E. C. B. Família, Sociedade e Educação: Um Ensaio sobre Individualismo, Amor Líquido e Cultura Pós-Moderna. In: PEREIRA, R. da C. (org.), **Família e solidariedade**. Rio de Janeiro: IBDFAM/Lúmen Juris, 2007.
- BORBA , L. O. ; PAES , M. ; GUIMA- RÃES , A. N. ; LABRONICI , L. M. ; MAFTUM, M. A. A família e o portador de transtorno mental: dinâmica e sua relação familiar. **Ver. Esc. Enferm. USP**, São Paulo, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v45n2/ v45n2a19.pdf>
- CARDOSO, A. S.; CECCONELLO, A. M. Fatores de risco e proteção para o suicídio

na adolescência: uma revisão de literatura. **Revista Perspectiva: Ciência e Saúde**, v. 4, n. 2, p. 101-117, 2019.

FRANÇA, T. P. **Transferência de Função Aversiva em Classes de Equivalência: Uma Visão Analítico-Comportamental dos Transtornos de Ansiedade**. Brasília. 2012.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 2008.

HINTZ, H. C. Novos tempos, novas famílias? Da modernidade à pós-modernidade. **Revista Pensando Famílias**, n.3, p. 8-19, Porto Alegre: 2001

LEAHY, R. L. **Livre de Ansiedade**. (V. Figueira, trad.). Porto Alegre: Artmed, 2011.

LIMA, M. J. Viver em família na contemporaneidade. **Nova Perspectiva Sistêmica**, Rio de Janeiro, n. 49, p. 88-99, agosto 2014.

LOVISI, G. M.; MILANIL, I.; CAETANO, G.; ABELHA, L.; MORGADO, A. F. Suporte Social e Distúrbios Psiquiátricos: Em que Base se Alicerça a Associação? **Informação Psiquiátrica**, v. 15, n. 2, p. 65-68, 1996.

NIEDERAUER, Alessandra Strauss. As bases neuropsicológicas do comportamento adolescente e suas implicações no campo educacional. **Revista Acadêmica Licencia&acturas - Ivoti**, v. 2 · n. 1 · p. 24-32 · janeiro/junho · 2014.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. Desenvolvimento Físico e Cognitivo na Adolescência. In: **Desenvolvimento Humano**. 12. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2013. p. 386 – 419.

PESSOTTI, I. **Ansiedade**. São Paulo: EPU, 1978.

PRATTA, E. M. M.; SANTOS, M. A. Família e Adolescência: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico dos seus membros. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 12, n. 2, p. 247-256, maio/ago. 2007

SANTOS, A. M. Modelo comportamental da ansiedade. Em R. R. Kerbauy (Org.), **Sobre comportamento e cognição**: Vol. 5. Conceitos, pesquisa e aplicação, a ênfase no ensinar, na emoção e no questionamento clínico (pp. 189-191). Santo André, SP: Esetec, 2000.

SANTOS, G.; SILVA, M. Depressão na adolescência relacionada ao advento das mídias sociais na contemporaneidade. **RECH - Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar**, v. 5. n.1 p. 174 -193. Jun 2021.

SOUZA, S. H. dos S. de; SCHNITMAN, I. M. O uso da internet por adolescentes e as transformações nas relações de poder da família contemporânea. **REVES - Revista Relações Sociais**, v. 4, n. 2, p. 11605–01, 2021. DOI: <https://doi.org/10.18540/revesv4iss2pp11605-01-19e>.

VASCONCELLOS, A. C. E. **A Evolução do Conceito de Família na Pós-modernidade**. TCC (Graduação em Direito), UNIVEM. Marília, SP, dezembro de 2014.