



**XX MOSTRA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA**  
**XII SALÃO DE EXTENSÃO, PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO**  
**3 A 6 DE OUTUBRO DE 2022**



**O TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE SOCIAL EM ADOLESCENTES COM  
TÉCNICAS COGNITIVO COMPORTAMENTAIS**

**Área temática:** Psicologia  
**Forma de apresentação:** Oral  
**Resultado do trabalho:** Final

Caroline da Silva Garcia<sup>7</sup>; Valdir de Aquino Lemos<sup>8</sup>; Luís Sérgio Sardinha<sup>9</sup>

**RESUMO:**

A Terapia Cognitivo Comportamental é uma abordagem da psicologia que abrange diversas técnicas e direcionamentos que auxiliam o adolescente a trabalhar as suas habilidades sociais, visto que, nessa etapa ocorre muitas mudanças tanto físicas quanto cognitivas. (PETERSEN; WAINER, 2011). O objetivo geral deste trabalho foi descrever e discutir os benefícios da Terapia Cognitivo Comportamental no tratamento do Transtorno de Ansiedade Social em adolescentes. O método empregado foi a revisão bibliográfica. Os dados utilizados estavam disponíveis nas bases de dados SciELO Brasil, PePSIC, Google Acadêmico e bibliotecas virtuais de instituições de ensino superior, totalizando 90 obras utilizadas, sendo 58 livros, 30 artigos científicos e duas dissertações de mestrado em psicologia, publicados entre os anos de 2004 até 2021. Os principais resultados indicam a Terapia Cognitivo Comportamental é considerada um tratamento propício por abordar como funciona os pensamentos disfuncionais do adolescente que possui o Transtorno de Ansiedade Social como também o manejo de como dar andamento ao tratamento adequado (BECK, 2013). As conclusões possíveis são que a Terapia Cognitivo Comportamental, no tratamento do Transtorno de Ansiedade Social, proporciona ao indivíduo a possibilidade de refletir sobre si, analisar os seus pensamentos e entender as suas emoções promovendo benefícios que valorizem uma melhor qualidade de vida, trabalhando questões de como lidar com os sintomas da ansiedade, autoconhecimento, autonomia e melhora nas suas relações interpessoais (NARDI, 2014).

**Palavras-Chaves:** Transtorno de Ansiedade Social. Terapia Cognitivo-Coportamental. Habilidades Sociais.

**Referências:**

- BECK, J. S. Terapia cognitivo comportamental: teoria e prática. 2<sup>o</sup>ed. Porto Alegre Artmed, 2013.  
NARDI, A. E. P. B. Transtorno de ansiedade social: teoria e clínica. Porto Alegre: Artmed, 2014.  
PETERSEN, C. S; WAINER, R. Princípios básicos da terapia cognitivo-comportamental de crianças e adolescentes. Porto Alegre, 2011.

<sup>7</sup> Acadêmica das Centro Universitário Braz Cubas - UBC. garciacarol01@hotmail.com

<sup>8</sup> Coorientador. Universidade Federal de São Paulo - UNIFESP. aquino.lemos@terra.com.br

<sup>9</sup> Orientador. Centro Universitário Braz Cubas - CUBC. sergio.sardinha@brazcubas.edu.br