

O IMPACTO DO TRÂNSITO COMO CAUSADOR DE BARREIRAS PSICOLÓGICAS E DESENVOLVIMENTO DE FOBIAS

THE IMPACT OF TRAFFIC AS A CAUSE OF PSYCHOLOGICAL BARRIERS AND THE DEVELOPMENT OF PHOBIAS

Floyd Siqueira Campos¹

Resumo: O tema do proposto neste trabalho de revisão bibliográfica busca compreender as barreiras psicológicas causadas pelo impacto do trânsito na vida dos sujeitos, contextualizando o papel da psicologia do trânsito e como ela pode auxiliar os indivíduos a ressignificar suas experiências no trânsito, identificando e tratando as fobias para restabelecer um comportamento funcional no âmbito do trânsito. Para que o trabalho atingisse seu objetivo foi necessário a utilização de livros, artigos, monografias, dissertações entre outros, configurando uma pesquisa bibliográfica, o que possibilitou a compreensão do quão nocivo são as cicatrizes emocionais e as sequelas que o trânsito pode deixar nos indivíduos e a necessidade da conscientização acerca dos danos psicológicos causados pelos comportamentos dos indivíduos no trânsito e as medidas que podem ser tomadas para evitar e/ou tratar as fobias provenientes do trânsito.

Palavras chave: Psicologia do trânsito. Fobias. Amaxofobia.

1 Psicologia pela Faculdade Pitágoras Ipatinga, Pós- Graduação em Psicologia Clínica e Docência do Ensino Superior, Especialização/Pós- Graduação em Psicologia Sexual , Pós- Graduação Especialização em Psicologia do trânsito e formação continuada em Psicanálise Freudiana. Atualmente atua como pesquisadora e Psicóloga Clínica. Tem experiência na área da Psicologia, com ênfase em Clínica Psicanalítica, atuando principalmente nos seguintes temas: Abuso Intrafamiliar, Abuso Sexual e Psicológico, Relacionamentos Abusivos/ Destrutivos, Sexualidade, Gênero e Diversidade, Saúde Mental, Terapia Individual, Casal e Familiar, Projetos de Intervenções Clínicas e Sociais.

Abstract: The theme proposed in this bibliographic review seeks to understand the psychological barriers caused by the impact of traffic on the lives of subjects, contextualizing the role of traffic psychology and how it can help individuals to reframe their experiences in traffic, identifying and treating phobias to restore functional behavior in the field of traffic. In order for the work to reach its objective, it was necessary to use books, articles, monographs, dissertations, among others, configuring a bibliographical research, which made it possible to understand how harmful the emotional scars and sequelae that traffic can leave in individuals and the need for awareness about the psychological damage caused by the behavior of individuals in traffic and the measures that can be taken to prevent and/or treat phobias arising from traffic.

Keywords: Traffic psychology. Phobias. Amaxophobia.

Introdução

O tema do presente trabalho trata-se do impacto do trânsito como causador de barreiras psicológicas e desenvolvimento de fobias, uma vez que cada dia mais as frotas brasileiras aumentam, mais o número de pessoas acometidas por fobias e barreiras psicológicas relacionadas ao trânsito também aumentam.

A relevância deste estudo se deve a escassez de discussões a respeito das inúmeras barreiras psicológicas que o trânsito provoca nos indivíduos e do impacto danoso que o trânsito pode causar incluindo o desenvolvimento de fobias, como a amaxofobia, tornando-se primordial que conheçamos os efeitos destas fobias no funcionamento do sujeito, buscando compreendê-los e identifica-los para que através destas características seja possível traçar estratégias assertivas de tratamento que visam reestabelecer um comportamento funcional destes sujeitos no trânsito.

Sendo assim este trabalho tem como objetivo geral explicitar os efeitos danosos e o desen-

volvimento de fobias do trânsito veiculado com os objetivos específicos que consistem em uma contextualização breve da psicologia do trânsito, discorrer acerca de barreiras psicológicas provenientes do trânsito e por fim a conceituação e as práticas de tratamento da amaxofobia.

Como metodologia utilizou-se nesta pesquisa uma revisão bibliográfica qualitativa e descritiva, utilizando como fontes publicações científicas dos últimos 10 anos, aplicando a base de dados da biblioteca digital Scielo, além de livros sobre o tema e a plataforma digital Google Acadêmico, através dos descritores; Psicologia do trânsito, amaxofobia, fobias do trânsito, tratamento psicológico fobias.

Desenvolvimento

A Psicologia aplicada ao trânsito é pauta recorrente na discussão pública, uma vez que ela está atrelada a avaliação psicológica empregada no decurso da habilitação. No Brasil a psicologia do trânsito emergiu e progrediu paralelamente com a constituição da psicologia enquanto ciência e profissão, porém os profissionais que efetuavam as avaliações dos estados psicológicos para dirigir já contavam com a prática de mais de uma década na aplicabilidade dos exames psicológicos, quando houve a legalização da profissão de psicólogos no Brasil e a institucionalização do Conselho Federal e dos Conselhos Regionais de Psicologia da década de 1960 (SILVA, GUNTHER, 2009)

Ou seja, uma das primeiras esferas do campo público que ocorreu a utilização da psicologia, aplicada até então por trabalhistas não especializados, mas precursores deste modelo de empreendimento foi o setor de transportes, o qual originou a área de trabalho da psicologia do Trânsito (HOFMANN, 2003)

Contudo a Psicologia do trânsito não se limita apenas ao exame psicotécnico como muitos leigos acreditam, seu papel e seu campo de atuação é muito mais amplo, uma vez que uma de suas principais atribuições é compreender e intervir na conduta humana do trânsito (THIELEN, 2011)

De acordo com Rozestraten (1988), a psicologia do trânsito pode ser definida como:

Uma área da psicologia que estuda, através de métodos científicos válidos,

os comportamentos humanos no trânsito e os fatores e processos externos e internos, conscientes e inconscientes que os provocam ou os alteram [...] é o estudo dos comportamentos – deslocamentos no trânsito e de suas causas [...] ela possibilita [...] contribuições valiosas para o estudo fundamental e teórico do comportamento humano e dos processos psíquicos aí implicados (p.09).

Com esta conceituação fica evidente a grande extensão das possíveis atuações da psicologia no trânsito uma vez que todos os habitantes do planeta participam do trânsito de forma ativa ou passiva e seu objeto de estudo é o comportamento dos seus usuários, englobando desde pedestres, motoristas, ciclistas etc., sem descartar ninguém, o que a coloca na posição da psicologia aplicada mais ampla e abrangente, pois compreende mais categorias de indivíduos do que qualquer outra (ROZESTRATEN, 1988).

Dito isto, podemos inferir que a psicologia do trânsito adveio do estudo do acidente, sabe-se que os psicólogos começaram atuando na intenção de prevenir acidentes com as avaliações psicológicas dos indivíduos pretendentes a obter a carteira nacional de habilitação, que determinavam se estavam aptos ou não para dirigir. Como já era de se esperar, visto que, seu objeto de estudo sempre foi o comportamento dos indivíduos no trânsito, a psicologia do trânsito desenvolveu estudos para avaliar os motivos que levam aos acidentes e aos conflitos provenientes do trânsito (HOFFMANN, 2003)

Vários fatores individuais como a personalidade e as emoções podem suggestionar e influenciar os comportamentos dos indivíduos no âmbito do trânsito, questões internas como por exemplo, agressividade, irresponsabilidade, egocentrismo, intolerância, frustração, impulsividade, sentimentos de ansiedade, estresse e raiva deixam o estado emocional do indivíduo alterado, esses fatores internos aliados a questões externas como a condição estrutural das estradas, a multiplicação dos veículos nas vias, rodovias pequenas para a grande quantidade de meios de transporte circulando, os extensos engarrafamentos, além de irresponsabilidade de terceiros, falta de habilidade de outros condutores, são fontes geradoras de grandes barreiras psicológicas tais como fobias, pânico no volante, estresse, insegurança entre outros, que são capazes de limitar não somente o ato de dirigir parcialmente ou totalmente, mas também de estar dentro de um veículo mesmo na condição de passageiro (BARBOSA,

2018; DAGOSTIN, 2014).

Para se conduzir um carro, uma moto ou qualquer veículo automotor é fundamental ter responsabilidade, demanda experiência, conhecimento de regras e leis, inclui a memória, concentração, atenção, a competência de tomar decisões em um local repleto de estímulos e informações, além disso e da habilidade motora o condutor também precisa de habilidade emocional para conseguir ajustar suas emoções ao cenário do trânsito (BARBOSA, 2018).

Conforme assevera Hoffmann (2003), não podemos classificar como fácil a dimensão e o controle da conduta no trânsito e sua coexistência com o círculo social e normativo, pois o trânsito normalmente traz um clima hostil e acelerado e é considerado gerador de vários conflitos para o indivíduo.

Barbosa (2018), afirma que; “o comportamento humano observado no trânsito é bastante modificável pelo ambiente, e o grau de estresse que cada indivíduo apresenta é capaz de modificar o comportamento dos condutores” (p.4).

Por conseguinte, é possível compreender a psicologia do trânsito como um campo do saber, pesquisa, análise e intervenção a respeito da conduta humana no cenário dos deslocamentos de toda organização nas vias terrestres, abrangendo inclusive as relações sociais e de convivência, ou seja, resta claro que o trânsito tem o poder de afetar significativamente a vida das pessoas (CRUZ et al. 2020).

A psicologia do trânsito pode ser um dispositivo significativo que busca auxiliar o sujeito no âmbito do trânsito, melhorando a condição de vida do ambiente de tráfego. Por isso, além dos recursos usuais que os psicólogos do trânsito desenvolvem, outras ações também são desenvolvidas no que se refere ao trânsito como por exemplo, o trabalho com fobias que são oriundas das experiências negativas do trânsito e que afetam os sujeitos, impossibilitando que trafeguem na via pública mesmo possuindo a carteira de habilitação e até mesmo tendo um carro na garagem (DAGOSTIN, 2014; HOFFMANN, 2003).

Sabe-se que o estresse e a agressividade estão presentes constantemente na cena do trânsito,

fatores capazes de desencadear nos indivíduos medo, ansiedade, tensão entre outros desconfortos (BARBOSA, 2018; SÜFFERT, FONSECA, 2013).

O medo representa um modo de proteção, no caso do medo de dirigir também é comum a combinação de inúmeras manifestações físicas que podem ser sintomas de ansiedade, muitas vezes correlacionados com sequidão na boca, taquicardia, sudorese em certas partes do corpo (normalmente nas mãos), tremor nas pernas e/ou braços e mãos, e rigidez muscular. Todas estas manifestações ainda vêm acompanhadas de outras manifestações psíquicas tais como, pensamentos de fracasso, baixa estima, vergonha no desempenho público, crises de pânico entre muitos outros (SÜPPERT; FONSECA, 2013).

A tensão é capaz de gerar outras manifestações como insônia ou sonolência, irritabilidade e tensão muscular, dito isto, fica evidente que os danos no âmbito do trânsito afetam a saúde física e psíquica dos indivíduos, capazes de desenvolver estresse, ansiedade, fobias, depressão, dor nas costas, doenças cardiovasculares etc. (BARBOSA, 2018).

Para fazer uma intervenção com sujeitos que possuem medo de dirigir é imprescindível analisar e fortalecer o enfrentamento do medo, uma vez que, ele e o nível de ansiedade dos indivíduos tendem a crescer consideravelmente a medida que estes sujeitos recebem críticas a respeito da maneira como conduzem os veículos (SÜFFERT; FONSECA, 2013).

Quando o medo é confrontado e ligado a consequências seguras, ele tende a diminuir. Em poucas palavras, ativar nosso medo é essencial para suplantá-lo. A experiência clínica demonstra que quase todos os medos específicos podem ser substancialmente alterados ou neutralizados com o tratamento adequado (LEAHY, 2021, p.49).

Siqueira (2015), discorre a respeito do perfil dos indivíduos que manifestam medo de dirigir. Na maior parte dos casos ressentem-se com as críticas, são super exigente consigo mesmo e com os outros, sofrem por antecipação pela falha que podem cometer e ainda nem sequer cometeram e normalmente apresentam alguma comorbidade, como um grande nível de ansiedade generalizada, fobia

social, TEPT, TOC, transtorno do pânico, entre outros.

O medo ou a fobia de dirigir pode possuir inúmeros antecedentes, como uma associação de características de fobia, transtorno do pânico com agorafobia, que se trata do medo e a ansiedade de permanecer em locais ou situações sem uma rota de fuga, sem ter como escapar facilmente e estresse pós-traumático. A fobia que se refere ao medo de dirigir é considerada complexa de compreender e é denominada de amaxofobia, ela possui níveis que variam de leves, como uma hesitação de dirigir ao abandono completo do ato de entrar dentro de um veículo, seja como condutor ou passageiro (MOG-NON; SANTOS; MARTINS, 2017).

É importante enfatizar que o ser humano é o único espécime que possui “fobias”, uma vez que é o único que dispõe de aptidão cognitiva para refletir sobre suas falhas e infortúnios pregressos, pressupor demasiadamente o presente e sentir receio das incertezas do futuro, ao passo que, os outros espécimes apenas vivem no presente reagindo ao seu meio (SIQUEIRA, 2015).

Há basicamente duas teorias principais sobre como passamos a ter uma fobia específica. Uma teoria é a de que nossos medos são aprendidos, seja direta (pela experiência com consequências dolorosas) ou indiretamente (a partir da observação dos outros a demonstrar medo ou a experimentar consequências dolorosas). A segunda teoria é a de que esses medos são inatos. Ambas as teorias têm mérito – estamos predispostos a temer certos estímulos ou situações, mas a experiência pode tornar tudo pior (LEAHY, 2011, p.49).

Almeida (2017), expõe em seu artigo um tratamento psicológico baseado na teoria cognitivo comportamental, visando progredir os sintomas da amaxofobia para que o indivíduo possa conduzir o veículo com consciência, segurança e responsabilidade. O modelo de tratamento exposto pela autora dispõe de técnicas como a psicoeducação, RPD (registro de pensamentos distorcidos), reconhecimento do carro, exposições mentais, dessensibilização sistemática, exposição gradual, exercícios para casa entre outros.

O objetivo do tratamento proposto através dos protocolos de atendimento é elaborar um sistema de intervenção que possua maior eficácia em reverter o quadro apresentado, visando não

reprimir o sujeito e cessar suas limitações, estimulando seu bem-estar, rompendo os comportamentos de hesitação, o medo e a ansiedade ao conduzir um veículo ou estar dentro dele (ALMEIDA, 2017).

Cabe salientar que o trânsito tem um cenário cheio de episódios conflitantes que desgasta o indivíduo, ativando um ambiente estressor, que influenciam na maneira que os indivíduos se envolvem e experienciam o trânsito, em outras palavras podemos entender que, o estado emocional dos indivíduos são pivô dos comportamentos e das decisões dos sujeitos no cenário do trânsito (MEDEIROS, 2018)

Uma das prerrogativas do profissional psicólogo é compreender a interação entre os meios de transporte, os indivíduos e as vias. E pela definição de Rozestraten (1988), já citada anteriormente, quando ele ao esclarecer a cerca do objeto de estudo da psicologia do trânsito, cita os processos conscientes e inconscientes do sujeito como ferramentas capazes de moldar o comportamento no trânsito, fica evidente que a psicologia do trânsito é atravessada por um leque de possibilidades de atuações, capazes de englobar diferentes abordagens, visto que o inconsciente tem sua fundamentação na abordagem de teoria psicanalítica (MEDEIROS, 2018; ROZESTRATEN, 1988; THIELEN, 2011).

Sendo assim e levando em conta a teoria psicanalítica e as bases de pesquisas relacionadas ao trânsito, entende-se que o comportamento dos condutores não é aprendido e adquirido na autoescola, ele vem sendo construído e moldado muito antes, iniciando ainda quando criança, no banco traseiro do carro (quando a criança se assusta com uma parada brusca, ou quando chora para não ser colocada na cadeirinha etc.). As experiências da criança quando não são boas, geram desconforto e desprazer, a consequência é a tentativa de a todo custo evitar aquela vivência de desprazer. As experiências de criança influenciam no comportamento deste sujeito já adulto (BIANCHI, 2007).

Freud (1920), explica que a mente humana está sempre em busca de prazer, ou seja, os episódios mentais são mensurados pelo empenho e pela presença de episódios de situações prazerosas. Desta forma ao praticar a evitação das situações de desprazer o sujeito tem uma noção de equilíbrio do organismo e de uma constância psíquica da evitação de desprazer, ou seja, no caso da amaxofobia o desprazer do indivíduo é o veículo e conseqüentemente o trânsito e a forma de evitar esse desprazer

é afastar do cenário do trânsito.

O tratamento com viés psicanalítico trata-se de uma averiguação do material psíquico que foi reprimido do inconsciente a fim de disponibilizá-lo à consciência. O instrumento usado para tal é o método da associação livre, técnica que proporciona a possibilidade de reconstruir as vivências anteriores através da fala livre e até mesmo do silêncio (GONÇALVES; FARIA, 2020).

O processo da associação livre consiste em falar livremente o que vier a cabeça sem que o terapeuta lhe forneça qualquer orientação consciente aos seus pensamentos. O analisando deve falar sem objeções críticas, independente dele achar que algo seja relevante ou não, com ou sem sentido, ou seja, o analisando fica na categoria de;

Um auto-observador atento e desapaixonado, simplesmente comunicando o tempo inteiro a superfície de sua consciência e, por um lado, tornando um dever a mais completa honestidade, enquanto que, por outro lado, não retendo da comunicação nenhuma idéia, mesmo que (1) sinta ser ela muito desagradável, (2) julgue-a absurda ou (3) sem importância demais ou (4) irrelevante para o que está sendo buscado. Descobre-se uniformemente que justamente as idéias que provocam as reações por último mencionadas são as que tem valor específico para a descoberta do material esquecido (FREUD, 1920, p.154)

Ou seja, cabe ao analista escutar as falas do analisando e através das interpretações levar até a consciência do indivíduo o material reprimido, bloqueado até então pela resistência, em outras palavras o analista interpreta o que o sujeito traz na associação livre, dando ao indivíduo a possibilidade de entender suas batalhas inconscientes através do que este indivíduo oferece na sessão, seja pela palavra dita livremente, sonhos, silêncios, resistências e até mesmo na transferência (FREUD, 1923; GONÇALVES; FARIA, 2020).

Para alcançar seu propósito a associação livre visa driblar a censura, fazendo um percurso inverso ao efetuado pelos principais mecanismos psíquicos constituintes do inconsciente e responsáveis pela deformação de seu conteúdo: a condensação e o deslocamento. Se ambos os mecanismos promovem um deslizamento na direção do encobrimento e do disfarce do material inconsciente, a associação livre, ao contrário, possibilita que algo desse material

seja trazido à luz da consciência, durante a experiência analítica, sem que tais conteúdos sofram deformações ou disfarces, permitindo-lhes uma atribuição de sentido, oferecida pela interpretação do analista (JORGE, 2016, p.98).

Em suma, torna-se compreensível que as resistências conduzem o cenário transferencial fazendo com que os conteúdos presentes no inconsciente que causaram desprazer, permaneçam reprimidos e a evitação continue persistindo no discurso do sujeito, no entanto, uma boa relação transferencial do sujeito com o terapeuta proporciona ao indivíduo tratado pela psicanálise a capacidade de falar sobre suas questões com mais compreensibilidade de tal forma que consiga escutar seus próprios sintomas durante o tratamento analítico e com isso desenvolver suas capacidades de evitar prováveis cenas de desprazer de uma maneira mais positiva do ponto de vista social, rompendo as barreiras que lhe causam a amaxofobia (BIANCHI, 2007; FREUD, 1912; GONÇALVES; FARIA, 2020).

Torna-se mister destacar que as funcionalidades comportamentais do medo normalmente são adaptativas uma vez que ele tem a missão de resguardar o indivíduo impedindo que ele se exponha às circunstâncias que o debilita ou ameaça sua vida, porém quando este medo é exacerbado ele perde a função de proteção e converte-se em fobia, tornando-se excessivamente nocivo para o sujeito e o grupo em que ele pertence (HAYDU et al. 2014).

Posto isto, é relevante trazer à baila a “Terapia com Realidade Virtual” (TRV), que se trata de uma ferramenta que vem sendo bastante discutida pelos pesquisadores de fobias, sendo que, a utilização mais comum deste procedimento na psicologia é justamente para o tratamento da amaxofobia, como um recurso alternativo para conduzir a exposição e extinguir a ansiedade (HAYDU, 2014; HAYDU et al. 2016; VIANA, 2014).

Contudo é importante ressaltar que só a partir do cumprimento dos conceitos básicos da R.V (imersão, interação, envolvimento e presença) que a TRV torna-se possível como uma ferramenta a ser usada dentro do processo terapêutico [...] Para a utilização destas novas tecnologias não é necessário à criação de novas abordagens teóricas, pois o objetivo das mesmas não é o de substituir as terapias tradicionais, mas sim auxiliar nos tratamentos já existentes (comportamental, Cognitiva, Psicanálise, Gestalt, etc.) e melhorar a utilidade das

técnicas já aplicadas (VIANA, 2014 p.28).

Haydu (2014), nos adverte que ainda são necessários mais estudos que demarque as possibilidades da utilização da realidade virtual na psicologia, toda via a autora também aponta que os estudos já existentes atestam os efeitos positivos da ferramenta, tendo evidências suficientes que indicam ser vantajosa a sua aplicação.

Dentre os muitos benefícios que a realidade virtual pode oferecer no tratamento da amaxofobia, podemos destacar o fato do sujeito poder praticar a condução do veículo de uma maneira mais segura em virtude da possibilidade de uma simulação do ambiente fóbico, permitindo que o cliente consiga participar da exposição e da imersão naquele cenário aversivo para ele, preservando-o do risco real que ele poderia sofrer se não fosse a realidade virtual, ou seja, a realidade virtual consegue trazer um apoio ao indivíduo na transigência de comportamentos ao evidenciar o cliente com amaxofobia ao cenário temido (HAYDU, 2014).

Existem vários softwares de realidade virtual que podem auxiliar a psicologia no decurso do tratamento da amaxofobia. Através desta ferramenta o terapeuta pode selecionar os cenários em que o cliente irá percorrer. Por via de regra, inicia-se pelos mais simples que envolvem menos ansiedade, selecionando os estímulos a serem exibidos, retirando variáveis que poderiam prejudicar a exposição, diversificando cada cena da exposição com rotas rurais, residenciais e urbanas, zona escolar, mudanças climáticas, iluminação, enfim, uma grande variedade de possibilidades capazes de alterar a complexidade da tarefa de acordo com o objetivo do tratamento (HAYDU et al. 2016; VIANA, 2014).

Em suma a realidade virtual abrange uma série de processos computacionais tridimensionais interativos provocando um senso de presença em alto nível. Ressalta-se que o senso de presença é apontado como indispensável para a psicoterapia pois resulta no sentimento de “Estar lá” naquele cenário específico, fato que contribui para que o indivíduo consiga se sentir capaz, reduzindo suas inquietações, seu medo de sofrer acidente ou perder o controle, passar vergonha e até mesmo diminuindo o nível de ansiedade (HAYDU et al. 2016; VIANA 2014)

Conclusão

Conceituar e compreender as características da amaxofobia e suas consequências na vida dos indivíduos é de extrema importância, não só para os psicólogos do trânsito, como também para os próprios indivíduos que são acometidos por ela, uma vez que, sujeitos com amaxofobia geralmente tem uma tendência a se manterem isolados em casa para evitar o trânsito a qualquer custo e com isso, desencadeiam uma série de outras barreiras psicológicas paralelas em decorrência da amaxofobia, como por exemplo, um déficit na execução de papéis sociais, também são prejudicados ao tentar arrumar empregos em que necessitam deslocamento para o local de trabalho, além disso encontram dificuldades para cuidar de sua própria saúde ou de outras pessoas, normalmente apresentam resistências de se envolver em qualquer atividade social reduzindo assim a qualidade de vida, sendo estes os motivos que normalmente fazem os sujeitos buscarem por ajuda profissional.

No decorrer da pesquisa foi possível perceber que não há uma abordagem mais eficiente ou única capaz de tratar o indivíduo, embora no presente trabalho não foram citadas todas as abordagens existentes e suas possíveis técnicas para o tratamento, a autora trouxe algumas para exemplificar e mostrar o leque de possibilidades de atuações, que objetivam auxiliar o indivíduo nessa luta. Durante as leituras preparatórias para o desenvolvimento da pesquisa, ficou evidente que todas as abordagens da psicologia possuem suas ferramentas e métodos para auxiliar os indivíduos no combate da amaxofobia e que a escolha da abordagem e do método é uma questão particular de cada indivíduo e consequentemente de cada profissional, pois os processos terapêuticos que auxiliam os sujeitos a superarem as fobias são extremamente significativos e importantes em um cenário em que os casos e situações que desencadeiam as fobias do trânsito aumentam diariamente, fazendo com que o olhar e a ajuda profissional seja fundamental para que o indivíduo consiga ressignificar sua vivência e experiência no trânsito, promovendo a possibilidade deste indivíduo seguir em frente, visando seu bem-estar físico e emocional.

Embora haja um grande leque de possíveis atuações na psicologia para o tratamento da amaxofobia, conclui-se que o número de publicações a respeito ainda é escasso, se comparado ao crescente número de casos que aparecem a cada dia. É provável que as considerações apresentadas no presente trabalho não equivalem a total dimensão do problema, mas poderão oferecer um embasamento teórico para uma aprofundação do conteúdo, além de contribuir para auxiliar no início deste processo através da identificação das barreiras psicológicas que o trânsito pode causar e da caracterização da amaxofobia e suas possibilidades de tratamento, uma vez que as informações obtidas na pesquisa de revisão bibliográfica adotada por esse trabalho buscou nortear os interessados no assunto abordado com informações claras e objetivas que poderão facilitar no entendimento, compreensão e tratamento, buscando dar algo tangível a que se apegar ajudando o sujeito a superar a fobia com maior senso de valor no mundo.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Angra de Brito. Lidando com os Sintomas de Ansiedade e Medo de Dirigir: Uma proposta de intervenção. Repositório. São Paulo, 2017. 88 p. Disponível em: <https://repositorio.faema.edu.br/bitstream/123456789/2691/1/ANGRA%20DE%20BRITO%20ALMEIDA.pdf>. Acesso em: 13 abr. 2023.

MEDEIROS, Érica Laís de et al. Estresse e Comportamentos de Risco no Trânsito. Tema e Saúde. João Pessoa, 2018. 20 p. Disponível em: <https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2018/04/18103.pdf>. Acesso em: 13 abr. 2023.

BARBOSA, Lucicleide Lucia. Trânsito como Espaço Social: Personalidade e Comportamentos. Psicologia.pt. Paulista, 2017. 9 p. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1185.pdf>. Acesso em: 13 abr. 2023.

BIANCHI, Alessandra Sant'Anna. Édipo encontra seu pai: um conflito de trânsito?. Psic, São Paulo

, v. 8, n. 1, p. 101-106, jun. 2007 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1676-73142007000100012&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 13 abr. 2023.

CRUZ, Roberto Moraes; WIT, Paulus Arnoldus Johannes Maria de; SOUZA, Caroline Zaneripe de. Manual de psicologia do trânsito. Vetor Editora, v. 3, f. 126, 2020. 252 p.

DAGOSTIN, Carla Giovana. Psicologia do Trânsito. 1 ed. Santa Catarina: Palhoça, 2013.

DE SIQUEIRA, Vinicius Reis. Agindo sobre o medo de dirigir: um tratamento ao medo de dirigir. Revista de Educação, v. 18, n. 24, 2015.

FREUD, S. (1920). Além do princípio do prazer. Obras completas de Sigmund Freud. Rio de Janeiro: Imago.

FREUD, Sigmund. Freud (1923-1925) - Obras completas volume 16: O Eu e o Id, “Autobiografia” e outros textos. Editora Companhia das Letras, v. 3, f. 188, 2011. 376 p.

FREUD, S. (1912/2006). Recomendações aos médicos que exercem a Psicanálise. Em Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud(Vol. XII, pp. 66-73). Rio de Janeiro: Imago

GONÇALVES, Caio Bastos; DE FARIA, Suely Pereira. A Dinâmica Da Transferência Na Clínica Psicanalítica: um estudo de caso. Psicologia em Ênfase, p. 49-60, 2020.

HAYDU, Verônica Bender et al. Facetas da Exposição In Vivo e por Realidade Virtual na Intervenção Psicológica no Medo de Dirigir. Revistas Eletrônicas PUC/RS. Porto Alegre, 2014. 11 p. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/11442/11703>. Acesso em: 13 abr. 2023.

HAYDU, Verônica Bender et al . Terapia por meio de exposição à realidade virtual para medo e fobia de dirigir: uma revisão da literatura. Av. Psicol. Latinoam.,

Bogotá , v. 34, n. 1, p. 67-81, Jan. 2016 . Available from <http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-47242016000100006&lng=en&nrm=iso>. access on 15 Apr.2023. <https://doi.org/10.12804/apl34.1.2016.05>.

HOFFMANN, Maria Helena; CRUZ, Roberto Moraes; ALCHIERI, João Carlos. Comportamento humano no trânsito. 1 ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, v. 1, f. 214, 2003. 428 p.

JORGE, Juliana David. A Construção da Associação Livre na Obra de Freud. Belo Horizonte, f. 131, 2007. 135 p Dissertação (Psicologia) - Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2007. Disponível em: http://www.biblioteca.pucminas.br/teses/Psicologia_JorgeJ_1.pdf. Acesso em: 13 abr. 2023.

LEAHY, Robert L.. Livre de Ansiedade. São Paulo: Artmed Editora, f. 124, 2011. 247 p.

MOGNON, Jocemara Ferreira; SANTOS, Acácia Aparecida Angeli dos; MARTINS, Salete Coelho. Avaliação e intervenção para o medo e fobia de dirigir: revisão da literatura. Contextos Clínic, São Leopoldo , v. 10, n. 1, p. 85-98, jun. 2017 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822017000100008&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 13 abr. 2023. <http://dx.doi.org/10.4013/ctc.2017.101.07>.

ROZESTRATEN, Reinier JA. Psicologia do trânsito: conceitos e processos básicos. São Paulo: EPU, p. 3, 1988.

SILVA, Fábio Henrique Vieira de Cristo e; GUNTHER, Hartmut. Psicologia do trânsito no Brasil: de onde veio e para onde caminha?. Temas psicol., Ribeirão Preto , v. 17, n. 1, p. 163-175, 2009 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-

389X2009000100014&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 13 abr. 2023.

SÜFFERT, Cristiane Luise Cordal; FONSECA, Yone Xavier Felipe da. Medo de dirigir: terapia cognitivo -comportamental no tratamento da fobia de trânsito. São Paulo: Vetor Editora, v. 3, f. 66, 2013. 132 p.

THIELEN, Iara Picchioni. Perspectivas para a Psicologia do Trânsito. *Interação em Psicologia*, Curitiba, v. 15, dez. 2011. ISSN 1981-8076. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/25377/17006>>. Acesso em: 13 abr. 2023. doi:<http://dx.doi.org/10.5380/psi.v15i0.25377>.

VIANA, Danilo Almeida. Contribuições da Terapia com Realidade Virtual em Indivíduos com Medo de Dirigir. Salvador, 2014. 101 p Dissertação (Tecnologias em Saúde) - Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública. Disponível em: [http://www.repositorio.bahiana.edu.br/jspui/bitstream/bahiana/225/1/Disserta%
c3%a7%c3%a3o.Viana.DaniloAlmeida.2014.001.BAHIANA.pdf](http://www.repositorio.bahiana.edu.br/jspui/bitstream/bahiana/225/1/Disserta%c3%a7%c3%a3o.Viana.DaniloAlmeida.2014.001.BAHIANA.pdf). Acesso em: 13 abr. 2023.