**FACULDADE PATOS DE MINAS**

**DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

**VIVIANE APARECIDA VIEIRA**

**SER MULHER E O MEDO DE DIRIGIR: análise de correlações possíveis**

**PATOS DE MINAS**

**2019**

**FACULDADE PATOS DE MINAS**

**DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

**VIVIANE APARECIDA VIEIRA**

**SER MULHER E O MEDO DE DIRIGIR: análise de correlações possíveis**

Artigo apresentado à Faculdade Patos de Minas como requisito para conclusão do Curso de Graduação em Psicologia para finalidade de obtenção do título de Bacharel, podendo gozar dos direitos de Psicólogo.

Orientadora: Profa. Ma. Delza Ferreira Mendes

**PATOS DE MINAS**

**2019**

FACULDADE PATOS DE MINAS

DEPARTAMENTO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

Curso Bacharelado em Psicologia

**VIVIANE APARECIDA VIEIRA**

**SER MULHER E O MEDO DE DIRIGIR: análise de correlações possíveis**

Banca Examinadora do Curso de Bacharelado em Psicologia, composta em 22 de novembro de 2019.

Orientadora: Profa. Ma. Delza Ferreira Mendes

Faculdade Patos de Minas

Examinadora 1: Profa. Ma. Aline Fernandes Alves

Faculdade Patos de Minas

Examinador 2: Prof. Me. Gilmar Antoniassi Júnior

Faculdade Patos de Minas

**DEDICO** este trabalho aos profissionais da área de Psicologia em Centros de Formação de Condutores.

**AGRADECIMENTOS**

Agradeço a Deus por ter me dado saúde, coragem e determinação para superar as diversas dificuldades enfrentadas ao longo da graduação.

Aos professores pela paciência em poder abrir novas janelas de conhecimentos.

A minha prezada e querida orientadora Profa. Ma. Delza Ferreira Mendes pelo pouco tempo que lhe coube, pelo seu carinho, suas correções, e calma.

Aos meus amigos que contribuíram direta e indiretamente para esse trabalho.

À minha família, principalmente formada pelos meus pais Maria de Fatima Vieira e João Vieira, que trabalhou dia após dia para que esse sonho se tornasse possível. Pelas palavras de carinho, conforto, amor e compreensão.

*Talvez não tenha conseguido fazer o melhor, mas lutei para que o melhor fosse feito. Não sou o que deveria ser, mas graças a Deus, não sou o que era antes.*

 Martin Luther King

**SER MULHER E O MEDO DE DIRIGIR : ANÁLISE DE CORRELAÇÕES POSSÍVEIS**

**BEING A WOMAN AND THE FEAR OF DRIVING: ANALYSIS OF POSSIBLE CORRELATIONS**

Viviane Aparecida Vieira[[1]](#footnote-1)

 Delza Ferreira Mendes[[2]](#footnote-2)

**RESUMO**

 Dirigir tornou-se necessário e fundamental, facilitando o cotidiano e trazendo uma sensação de liberdade. De acordo com estudos sobre o medo de dirigir, o mesmo não se relaciona somente com o carro objeto, mas também com situações que vão além dele. Existem várias características internas e externas de uma construção histórica de cada uma dessas mulheres que as impedem de dirigir. Para algumas, o carro é compreendido como perigoso, ameaçador e causador de tragédias colocando sua vida e a de demais pessoas em risco, e são elas que apresentam a maior porcentagem de medo ao dirigir. O presente estudo procurou correlacionar o ser mulher e o medo de dirigir, sendo realizada por meio de revisão da literatura

**Palavras-chave:** Trânsito. Mulheres. Medo. Crença.

**ABSTRACT**

The act of driving has become necessary and fundamental, easing the routine and bringing a sensation of freedom. According to studies on the fear of driving, it is not related only to the car per se, but also to situations that go beyond it. There are many internal and external characteristics of a historic construction in each of those women that keep them from driving. For some, cars are understood as dangerous, threatening and a cause of tragedies, putting her life and the lives of other people in risk, and those are the ones that exhibit the highest percentage of fear of driving. This study tried to analyze the different factors that lead women to be afraid of driving on different levels, emphasizing on individual traits that influence that fear and being developed through a systematic literature review.

**Keywords:** Traffic. Women. Fear. Belief.

# 1 INTRODUÇÃO

 O ato de dirigir vem se tornando cada vez mais comum entre as mulheres. No entanto, a inserção delas no mundo automotivo ainda é alvo de julgamentos. Para a maioria das pessoas, dirigir um carro pode ser algo normal, porém para algumas mulheres é algo assustador. (Barbosa, Santos , & Wainer, 2008.)

Apesar da necessidade e vontade de dirigir, muitas não conseguem. Isso é devido a conflitos de gerações, porém a mulher moderna vem desmistificando a ideia de que dirigir é somente para homens. Para algumas mulheres, não poder dirigir traz sensações e sentimentos de inferioridade. Do que se discute, o estudo aponta que as mulheres são as que mais sofrem com o medo de dirigir, deixando de vivenciar situações que gostariam para estar sempre dependendo do esposo ou dos filhos. De modo, mesmo diante de tantas dificuldades como preconceitos sociais, crenças, acomodações e traumas as mulheres buscam romper essas barreiras que as limitam, se mostrando cada vez mais forte e determinada. (Pastore, 2010)

O medo de dirigir atinge um número considerável de pessoas, sendo que muitas dessas não procuram tratamento e acabam por levar uma vida de dependência e privações relacionadas à sua locomoção (Corassa, 2006).

O trânsito é um espaço onde há uma grande circulação de pessoas, um local onde elas podem conviver socialmente e se comunicar. Para que o trânsito flua corretamente, é necessário que haja direitos, deveres e responsabilidades para todas as partes envolvidas. No entanto, a ideia de trânsito é bem maior do que isso (Rozestraten, 1998).

É inevitável que a maioria das pessoas passem por ele; a todo momento estamos cercados de pessoas, e esse movimento de ir e vir é conhecido como trânsito. O trânsito está envolvido no momento de ir ao trabalho, à escola e até mesmo dentro de mercados, bancos e padarias. Trânsito não está ligado apenas ao veículo, pois está presente na fila da agência lotérica, os corredores da faculdade e até mesmo um passeio no *shopping center* (Vasconcellos, 1998).

A psicologia do trânsito tem sido alvo de discussões e críticas, principalmente por estar limitada a testes psicotécnicos e por ser uma das etapas pelas quais um candidato deve passar para obter a Carteira Nacional de Habilitação (CNH), mesmo sem conseguir prever com exatidão em que condições irão ou não se envolver em situações ameaçadoras. Por meio de métodos científicos válidos, o psicólogo perito em trânsito avalia os fatores externos e internos, conscientes e inconscientes, determinando um perfil psicológico não apenas para conduzir um veículo, mas todo seu comportamento num contexto relacionado ao trânsito (Hoffmann, 2000; Rueda, 2009).

Apesar da necessidade e vontade de dirigir, muitas não conseguem. Uma das causas desse fenômeno são conflitos de gêneros e gerações, mesmo que a mulher moderna venha desmistificando a ideia de que dirigir é um ato somente para homens. Para algumas mulheres, não poder dirigir traz sensações e sentimentos de inferioridade. Do que se discute, o estudo aponta que as mulheres são as que mais sofrem com o medo de dirigir, deixando de vivenciar situações que gostariam para estar sempre dependendo do esposo ou dos filhos. Neste contexto, mesmo diante de tantas dificuldades, como preconceitos sociais, crenças e acomodações, as mulheres buscam romper essas barreiras que as limitam, se mostrando cada vez mais fortes e determinadas (Corassa, 2006).

Deste modo, a autora destaca ainda, que mesmo diante de tantas dificuldades como preconceitos sociais, crenças, acomodações e traumas, a mulher busca romper essas barreiras que a limita. O medo de dirigir atinge um número considerável de pessoas, sendo que muitas dessas não procuram tratamento e acabam por levar uma vida de dependência e privações relacionadas à sua locomoção. De acordo com fatores históricos e sociais, podemos notar que grande parte das pessoas do gênero feminino sentem-se inseguras no volante, devido a padrões e crenças estabelecidas na formação da mulher. Dia após dia, a mulher tem buscado e encontrado o seu espaço; uma das atividades conquistadas é dirigir, mas há várias barreiras a serem destruídas. Podem se passar anos e anos que a mulher ainda será vista como um sexo frágil com aspectos voltados à delicadeza, conforme.

Por muito tempo, dirigir foi visto como uma atribuição masculina. Os modelos de pessoas dirigindo na família representavam um poder que era atrelado ao carro. As brincadeiras infantis reforçavam os papéis estereotipados da mulher e do homem: meninas brincavam de boneca e meninos de carrinho. Sendo assim, a direção da casa, da família e dos negócios sempre esteve presente nas mãos dos homens. Desse modo, essa pesquisa tem como objetivo realizar um levantamento bibliográfico de pesquisas sobre os fatores e causas que levam as mulheres a ter medo de dirigir.(Corassa, 2006)

O medo de dirigir alcança um número considerável de pessoas, que não procuram ajuda e acabam se limitando a uma vida de dependência e privações relacionadas à sua locomoção. De acordo com fatores históricos e sociais, podemos notar que grande parte das pessoas do gênero feminino sentem-se inseguras no volante, devido a padrões e crenças estabelecidas na formação da mulher no passado. Dia após dia a mulher tem buscado e encontrado o seu espaço e uma delas é dirigir, no entanto há várias barreiras a serem destruídas. Podem se passar anos e anos que a mulher ainda será vista como um sexo frágil com aspectos voltados á delicadeza.( Corassa, 2006 )

Alguns anos atrás dirigir era uma atribuição masculina, os modelos de pessoas dirigindo na família representava poder que era atrelado ao veículo. As brincadeiras infantis reforçavam o papel estereotipado da mulher e do homem, menina brincava de boneca e meninos de carrinho, sendo assim a direção da casa, da família, dos negócios sempre esteve presente nas mãos dos homens. Assim essa pesquisa tem como objetivo realizar um levantamento bibliográfico de pesquisas sobre os fatores e causas que levam as mulheres a ter medo de dirigir (Corassa, 2006).

## 2.1 Motivos de não dirigirem

### 2.1.1 Medo, fobia e crença

Embora tenha passado por um processo de internalização, ele pode ser descrito no mundo atual a partir de algumas características, como ocorre na síndrome do pânico. O medo é descrito como uma emoção e, entre as diferentes concepções de emoção na história do pensamento, Solomon (1995) ressalta que não desvinculam as crenças e a cognição desses sentimentos. O medo pode se manifestar de diferentes formas de pessoa para pessoa diante de uma reação normal do corpo.

Quando esse medo aparece, é natural preparar-se para enfrentar ou escapar de algo que coloque sua integridade física em risco denominada por uma reação de luta ou fuga, uma resposta protetora que estimula reações, provocando um aumento na respiração, no ritmo cardíaco e na tensão muscular. Para algumas pessoas, esse sentimento de medo é algo positivo; geralmente, são pessoas viciadas em adrenalina, já que o corpo libera essa substância como em esportes radicais. Já outras pessoas têm uma reação negativa ao sentimento de medo, evitando situações indutoras a todo custo. Embora a reação física seja a mesma, o medo pode ser compreendido como positivo ou negativo. Quando o medo excessivo apresenta estímulo indefinido, desproporcional, exagerado e com grande carga ansiogênica, ele poderá se tornar uma fobia específica (Bellina, 2012).

 Lotufo Neto (2011) destaca ainda que a fobia específica, definida como um medo persistente, é um termo originado de uma palavra grega (*phobos*) que significa “medo”, um tipo de medo extremo e desproporcional ao que requer a situação, o qual não pode ser explicado nem racionalizado, está fora do controle da pessoa e leva a evitar a confrontação.

Terra, Garcez e Noll (2006) ressaltam em seu estudo sobre a fobia específica que as mulheres apresentam duas vezes mais chances de ser percebidas com as fobias. Em um estudo transversal com 103 pacientes foi identificado que as mulheres somam 96,3% do total de fóbicos.

Essas fobias podem ser caracterizadas em termos de três componentes: cognitivo, fisiológico e comportamento manifesto. King, Hamilton e Ollendick (1988) documentaram uma variedade de respostas cognitivas (ex.: pensamentos de estar amedrontado, pensamentos autodepreciativos), respostas fisiológicas (ex.: aumento dos batimentos cardíacos, mudanças na respiração) e comportamento manifesto (ex.: postura rígida, chupar dedos ou roer unhas) que podem ocorrer em pessoas com medo extremo ou fobias, incluindo crianças.

Segundo Silverman e Rabian (1994), reações fóbicas graves frequentemente ocorrem nos três sistemas de resposta. Apesar de ser um medo desproporcional à realidade e que não oferece perigo real ao indivíduo, a fobia costuma ser de longa duração, provoca intensas reações físicas e psicológicas e pode comprometer seriamente a qualidade de vida de quem a tem.

A fobia específica envolve ansiedade antecipada, medo dos sintomas físicos, esquiva e fuga. Teóricos da abordagem cognitivo-comportamental consideram esse medo aprendido e o explicam com base na teoria do condicionamento clássico de Pavlov, do operante de Skinner e da modelação de Bandura (Piccoloto, Pergher, & Wainer, 2004). Existem vários tipos de fobias; no entanto, sabe-se também que as fobias podem ter uma ligação bastante direta com traumas e situações passadas. Todas as pessoas passam por momentos difíceis, mas algumas delas podem desenvolver, com o tempo, sentimentos de angústia que podem evoluir para um quadro de fobia grave, como por exemplo: lugares cheios de pessoas (agorafobia), animais (zoofobia), objetos ou situações simples (fobia simples), etc. As fobias podem ser também caracterizadas em diferentes categorias: animais (cachorros, gatos, sapos, grilos, aranhas, cavalos, entre outros); situações normais do cotidiano (andar de avião, dirigir, pegar o elevador ou andar de metrô), aspectos naturais (tempestades, trovoadas, terremotos, etc.), entre outros.

Outros exemplos de fobias são: sangue, injeções, feridas ou medo de contágio de uma doença. Outros ainda estão relacionadas a objetos, momentos ou prática de exercícios, atividades extremamente normais e corriqueiras para a grande maioria das pessoas, motivo pelo qual os fóbicos não são compreendidos na sociedade como um sofrimento (Bellina, 2012; Viecili, 2011).

Alguns tipos de fobia se desenvolvem precocemente, geralmente na infância; outras podem ocorrer durante a adolescência e há aquelas que também podem surgir no início da vida adulta, até por volta dos 35 anos de idade e visto mais no sexo feminino, como no medo de dirigir.

Para que o diagnóstico seja possível, é necessário um tratamento adequado. Desta forma, quanto ao medo de dirigir, é valido assegurar que não seja visto apenas como uma fobia específica; é preciso que se atente para a diversidade de psicopatologias que podem ser a base deste problema, bem como crenças pessoais que podem também estar envolvidas (Barbosa, Santos & Wainer, 2008).

As crenças são ideias e percepções de uma pessoa, consideradas por ela absolutas e verdadeiras. Elas são formadas a partir da visão que a pessoa tem de si e do mundo; é através dessas crenças que olhamos para todas as situações ao nosso redor. As crenças se originam de muitas fontes, como por exemplo da nossa educação, através do exemplo de pessoas importantes em nossas vidas, de “traumas passados”, experiências repetidas e também da cultura onde vivemos e trabalhamos (Beck, 1995).

À medida que se estabelece essas crenças se adquire diferentes níveis de pensamentos, que podem reforçar as crenças que os originaram. Em determinadas situações, isso facilita uma compreensão inadequada da realidade através de processamentos falhos, isto é, erros de pensamento. A partir disto, são formados conceitos inválidos e desenvolvendo crenças chamadas de disfuncionais (Beck, 1995).

À medida que estas crenças são formadas, é preciso muita atenção, pois as mesmas podem formar círculos viciosos na intenção de não “quebrar” estes pensamentos, ou seja, elas tendem a repetir-se. Por exemplo, se alguém possuir uma crença de fracasso, provavelmente não se dedicará de forma eficaz nos estudos; afinal de contas, não existe porquê de se esforçar se não existe chance de passar. Sem esforço, a estagnação na maneira de estudar é praticamente inevitável, e esse possível decaimento ou a própria estagnação irá reforçar suas crenças de fracasso. Da mesma forma ocorre o contrário, pois se for feito um esforço, haverá grandes chances de modificar e estabelecer uma nova crença, mas desta vez de sucesso (Beck, 1995).

## 2.2 Medo de dirigir

O medo de dirigir está presente nas características de cada de nós, podendo aparecer de diferentes formas, mais leve ou mais intensa, dependendo das influências sociais, do contexto histórico-cultural e do ambiente (Corassa, 2006).

Quando o medo de dirigir se mostra de forma irracional e sem motivo aparente, e tem relação com uma visão distorcida do objeto, pode se caracterizar como uma fobia específica, que é conhecida como amaxofobia (Dalgalarrondo, 2008; Roque, 2010). Conforme Roque “a amaxofobia aparece quando o trânsito passa a ser compreendido como uma ameaça irracional e dirigir geram níveis de ansiedade e estresse anormais, interferindo no dia a dia”. Entretanto, Barbosa, Santos e Wainer (2008, p. 143), alertam que o medo de dirigir é geralmente uma manifestação de aspectos ansiogênicos mais amplos [...]. Esse medo pode ser tanto uma fobia específica preenchendo os critérios do DSM-IV quanto pode ser um sintoma decorrente de outras patologias, como: Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), Fobia Social, Transtorno do Pânico, Agorafobia e Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC). Desse modo, é imprescindível ter conhecimento de como esses transtornos podem se apresentar sob a queixa “medo de dirigir”.

É necessário que se atente para que haja um diagnóstico e um tratamento mais propício do medo de dirigir, que não seja visto apenas como uma fobia específica; muitas vezes, essa ainda é a única hipótese diagnóstica lembrada, o que limita a compreensão do fenômeno e seu tratamento. Há também uma ideia para a diversidade de psicopatologias que podem ser a base deste problema, como para as crenças pessoais que podem estar envolvidas. Culturalmente falando, dirigir para a grande maioria das pessoas pode ser visto como um ato de amadurecimento, independência e liberdade. Diante disso, para aqueles que querem entrar num mundo adulto e moderno, se faz necessário saber dirigir. Porém, para algumas mulheres, o ato de pegar no volante traz sensações de pavor, stress e sofrimentos, trazendo prejuízos psíquicos e sociais; já para outras pessoas, dirigir pode ser algo natural e corriqueiro. (Barbosa Santos e Wainer, 2008 )

Por se tratar de uma atividade comum, há um sentimento de inferioridade e de vergonha, gerando tais desconfortos e sofrimentos. Essa mulher se sente desqualificada, onipotente e excluída pela sociedade, que tende a pensar que aquele que não sabe dirigir é uma pessoa fraca. Muitos, por não compreender, consideram o medo de dirigir como uma “frescura” ou acomodação, sem compreenderem que o que acontece é uma verdadeira paralisia diante do carro (Pastore, 2010; Bellina, 2012).

Há também o medo de dirigir que surge após algum episódio traumático já vivido no trânsito, chamado de Transtorno de Estresse Pós-Traumático; normalmente, neste caso, o indivíduo se recorda de tudo que viveu durante o episódio que foi traumático, seja ele acidente, paralisia ou momentos desconfortáveis, e a pessoa tem medo não só de dirigir, mas também de ser carona ou mesmo de andar de ônibus (Bellina, 2012). A forma de tratamento pode ser mais fácil do que tratar situações onde o medo se origina de algo mais subjetivo, de difícil percepção e descrição (Barbosa, Santos & Wainer, 2008).

### 2.2.1 Contexto histórico e cultural

A diferença de gêneros ainda é um dos assuntos mais polêmicos e falados na sociedade atual, especificamente os papéis atribuídos aos homens e às mulheres. Desde que o mundo é mundo, as mulheres sempre saíram em prejuízo em relação aos homens. Mulheres com idades entre aproximadamente 40 a 50 anos pertenceram a uma geração que se distinguia muito em relação à geração da mãe. Era uma época de homens extremamente machistas, na qual essas mulheres cresceram vendo suas mães sendo submissas a todas as ordens dos esposos, deixando de lado suas próprias opiniões, gostos e ideias.( Corassa, 2006, p. 89)

Os papéis em casa eram bem definidos: o homem era o provedor do lar, tinha o poder dos negócios e o comando da família. Cabia à mulher somente o cuidado com os filhos e os serviços domésticos, ou seja, atividades menos valiosas (Corassa, 2006).

Ainda conforme a autora citada acima, os modelos de pessoas que dirigiam na infância dessas mulheres eram figuras masculinas, comumente representadas por seus pais, estabelecendo um poder atrelado ao carro. Sendo assim, ao se perceber o carro como um símbolo de poder e status social, ele passa a ter significados psicossociais que podem despertar as mais diversas reações na personalidade de quem o conduz (Santos, 2008, p. 82).

Por muitos anos, a mulher foi guardando a ideia de que era o sexo frágil, dependente dos homens, já que sempre encantava e era desejada por homens protetores e fortes. Dessa forma, a mulher faz uma associação de que para continuar sedutora o seu lado forte não pode aparecer. Justamente por esses modelos internalizados desde infância, a mulher inconscientemente estabelece que se for forte e independente conseguirá dirigir, mas poderá perder o romance (Corassa, 2006, p. 32).

Outro fato bem interessante é o de que as mulheres, diferentemente dos homens, apresentam maiores números quando se trata do medo de dirigir. Isso se relaciona aos meios aprendidos na infância, com padrões de educação diferenciada para os gêneros que reforçam os papéis estereotipados de meninos e meninas na sociedade. O menino desde muito cedo brinca com carrinhos e entende o ato de dirigir como algo natural, enquanto a menina tem o dever de aprender a arrumar a casa e cuidar dos filhos e do marido, e desde muito pequena tem a ideia de que carros são feitos para homens e não mulheres (Corassa, 2006).

Soma-se a esse preconceito historicamente elaborado a educação repressora dirigida a essas meninas no início de sua vida. Sendo assim, ela leva as figuras rígidas da infância para sua realidade no trânsito, e então passa a se preocupar com a avaliação do outro sobre si, que pode ali representar o olhar autoritário do pai, do irmão ou do tio (Corassa, 2006).

Todavia, há vários outros elementos que podem causar esse medo de dirigir; existem várias singularidades dando características únicas para cada indivíduo de motivos diferentes. Pastore (2010) diz que o papel de passageiro pode ser cômodo para alguns indivíduos, visto que o fato de dependerem de alguém que dirige para eles pode traduzir-se em certo conforto. Isso faz com que a mulher não assuma nenhum tipo de responsabilidade do que vier a acontecer, entretanto, pode gerar um conflito entre o desejo de dirigir e o medo. Tal conflito pode ser responsável pelas diversas tentativas e desistências que frustram cada vez mais a mulher e reforçam seu pensamento equivocado de que não é capaz de dirigir (Corassa, 2006, p. 91).

Nos dias de hoje, é muito comum encontrar mulheres bem-sucedidas profissionalmente, mas que se bloqueiam, como se o sucesso não fosse algo merecedor e que seria demais para elas. Para a autora, essa pode ser uma forma de proteção que acontece diante da possibilidade de prazer e realização que o ato de dirigir lhe proporcionaria. De acordo com Pastore (2010), no passado, a mulher era submissa e não podia ter prazer porque isso gerava culpa; em sua vida atual, o prazer pode ser ameaçador à medida que vai rompendo com esse modelo mental antigo e conhecido. De acordo com Santos (2008), em vários casos de mulheres que não dirigem, um importante primeiro passo é auxiliá-las a acreditarem profundamente que tem o direito de dirigir, de serem independentes e de se beneficiarem com os privilégios associados ao automóvel.

Há inicialmente a necessidade de mudar a forma como elas se percebem no mundo. Outro fator relevante é também o medo de deixarem o carro apagar em meio ao trânsito, não conseguirem fazer paradas sem o uso do freio, trocar de faixa ou até mesmo manobrar ou estacionar o veículo em vagas com pessoas olhando. (Corassa, 2006 )

A autora destaca ainda que, para essas mulheres que enfrentam o medo de dirigir, qualquer aspecto relacionado ao carro pode gerar uma grande ansiedade. Há também aquelas mulheres que têm uma necessidade de aceitação do outro, com um grau elevado de cobrança de si mesmas, por terem sido muito cobradas pelos pais, nas escolas ou até mesmo em casa com seus maridos; a partir disso, passam a ter uma responsabilidade de que tudo que vão fazer tem que sair perfeito.

Essas mulheres acreditam que tudo deve ser calculado e planejado para que não saia do seu controle. Pessoas com esse tipo de pensamento no trânsito tenderão a desde o início a dirigir com a maior perfeição, mesmo não tendo familiaridade com o carro, como os motoristas mais experientes (Corassa, 2006). Seu grande pavor é o julgamento alheio, que no seu ponto de vista sempre será negativo. Toda vez que esse padrão não é atingido, tenderão a um esforço ainda maior e todas as vezes se frustrarão, o que levará à construção de uma autoimagem negativa (Bellina, 2012).

Todo motorista está sujeito a julgamentos, já que cada um tem suas próprias características de dirigir. O medo do perfeccionista se estende à avaliação dos outros, fazendo com que ele se sinta inseguro e incapaz. Já que este é um ambiente social onde as pessoas interagem entre si constantemente, essa exposição desperta na mulher o medo, manifestando então a ansiedade e fazendo com que a pessoa se assuste tanto ao ponto de realmente desistir de querer superar o medo de dirigir.

( Bellina, 2012 )

# 3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O seguinte trabalho apresentou que existem várias características individuais que atrapalham a mulher a dirigir, como por exemplo: medo do carro objeto, traumas de acidentes, insegurança, pressão social e crenças construídas na infância até o momento atual. Segundo Corassa (2006), a insegurança é um dos motivos que impedem essas mulheres de confiar nelas mesmas, e essa falta de confiança inibe a ação antes mesmo que ela a inicie.

Um fator importante é também identificar como a mulher atribui significados para o carro. Para algumas delas o carro é visto como uma arma ou como um leão raivoso suscetível a causar tragédias e mortes; são essas percepções que irão definir como será a reação da mulher diante da direção do veículo. Segundo Pastore (2010), quando a necessidade de dirigir é muito grande, a mulher acaba passando por esse medo, pois não tem muita escolha a não ser enfrentá-lo. Em muitas ocasiões é neste momento que a mulher se descobre mais confiante e forte do que imagina.

Contudo, esses comportamentos ou pensamentos desadaptativos apontam para a necessidade de um acompanhamento na terapia cognitiva, na tentativa de mudar as percepções sobre a imagem distorcida do carro, sobre suas capacidades e habilidades. Diante disso, constata-se a importância de verificar não só os fatores externos, como também os internos, pois é importante que se atente na subjetividade de cada mulher; identificar o que acontece no momento quando ela dirige, seus anseios, pensamentos, sensações, para que através dessas dificuldades os profissionais capacitados identifiquem onde está instalado o medo, visando corrigir os pensamentos errôneos e disfuncionais. No caso de algo não específico, é necessário que haja um acompanhamento analisando outros fatores de vida dessa mulher.

**REFERÊNCIAS:**

Barbosa, M. E.; Santos, M.; Wainer, R. ( 2008). Terapia cognitivo-comportamental e medo de dirigir. In : Piccoloto, N. M.; Wainer, R.; Piccoloto, L. B. *Tópicos especiais em terapia cognitivo-comportamental*. São Paulo: Casa do Psicólogo. Cap.5, p. 141-160.

Beck, J. S. (1995). *Terapia Cognitiva****:****teoria e prática*. Tradução Sandra Costa. Porto Alegre: Artmed, 1995. Tradução de: Cognitive therapy: basics and beyond.

Bellina, C. (2012). *Dirigir sem medo*.3. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Corassa, N. (2006). *Vença o medo de dirigir: como superar-se e conduzir o volante da própria vida*. 13. ed. São Paulo: Gente.

Hoffmann, M. H.; Legal, E. J. (2011). Comportamento agressivo e acidentyes de trânsito. In. Hoffman, M. H.; Cruz, R. M. Pastore, R. *Sem medo de dirigir*. 2. ed. São Paulo: Alaúde.

Roque, D. (2010). *Amaxofobia: o medo de conduzir*. Retirado em 21 de abril de 2019 de http://serurancarodoviaria.blogspost.com/2010/02/amaxofobiaomedodeconduzir.html?zx=97e5adf0fa6d69a8

Santos, E (2008). *Terapia no trânsito o medo de dirigir*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Viecilli, J. Ansiedade e comportamento de dirigir. In. Hoffmann, M.H.; Cruz R. M.; Alchieri.; J. C. (Org). *Comportamento Humano no Trânsito*. 3. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001. Cap. 20, p. 361-374

.

**ENDEREÇO DE CORRESPONDÊNCIA**

**Autor Orientando:**

Nome completo: Viviane Aparecida Vieira

Endereço: Avenida Juscelino Kubitscheck de Oliveira, n° 11602. Bairro: Cidade Nova

Telefone de contato: (34)9.92906351

**Autor Orientador:**

Nome completo: Profa. Ma. Delza Ferreira Mendes

Endereço: Avenida Juscelino Kubitscheck de Oliveira, n° 11602. Bairro: Cidade Nova

Telefone de contato: Email: delzafm@yahoo.com.br

**DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO**

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Patos de Minas, 22 denovembro de 2019

.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Viviane Aparecida Vieira

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Delza Ferreira Mendes



**FACULDADE PATOS DE MINAS**

Mantenedora – Associação Educacional de Patos de Minas

Portaria de Recredenciamento MEC – DOU N°. 1469 de 10 de Outubro de 2011.

**Departamento de Graduação em Psicologia**

**Curso de Bacharelado em Psicologia**

(Formação de Psicólogo)

Curso Reconhecido pela Portaria DIREG/MEC Nº. 371 de 30/08/2011, renovado Reconhecimento de Curso pela Portaria DIREG/ME Nº. 267 de 03/04/2017, publicado DOU em 04/04/2017, nº. 65, sessão 1, pág. 70-81

*“Como Psicólogo, eu me comprometo a colocar minha profissão a serviço da sociedade brasileira, pautando meu trabalho nos princípios da qualidade técnica e do rigor ético. Por meio do meu exercício profissional, contribuirei para o desenvolvimento da Psicologia como ciência e profissão na direção das demandas da sociedade, promovendo saúde e qualidade de vida de cada sujeito e de todos os cidadãos e instituições.”*

*(Juramento do Psicólogo – Conselho Federal de Psicologia)*

1. Graduanda em Psicologia pela Faculdade Patos de Minas (FPM). vivianevieiraapp@outlook.com [↑](#footnote-ref-1)
2. Mestre em Educação Magistério Superior pelo Centro Universitário do Triângulo - UNITRI. Orientadora do Departamento de Graduação em Psicologia da FPM. delzafm@yahoo.com.br [↑](#footnote-ref-2)