
PERCEPÇÕES DO IMPACTO DA ANSIEDADE NA REPROVAÇÃO DE CANDIDATOS À AQUISIÇÃO DA CARTEIRA NACIONAL DE HABILITAÇÃO

*Nilda Fernandes da Costa Santos¹
Bruner de Moraes Miranda²*

RESUMO: Ansiedade é um sentimento comum em momentos de avaliação. Em relação aos exames práticos para pleitear a Carteira Nacional de Habilitação (CNH), a principal queixa está voltada à ansiedade no momento do exame. Este sentimento pode provocar a diminuição do desempenho e aumentar as chances de reprovação. Dessa forma, o presente estudo buscou levantar as percepções sobre o efeito da ansiedade sobre seu desempenho no momento do exame. Esta análise justifica-se em função de que estudos relacionando a ansiedade durante o processo de obtenção da CNH são escassos na literatura. A investigação analisou o impacto dos sintomas da ansiedade sobre os pleiteantes à CNH na percepção dos próprios candidatos. Caracterizou-se por uma pesquisa bibliográfica em artigos completos publicados em periódicos da área e uma pesquisa quantitativa, do tipo *survey*, na qual participaram voluntários que tiveram a experiência de pleitear a CNH e tenham sido reprovados por no mínimo uma vez. Na análise estatística descritiva foram correlacionados padrões existentes nos dados e constatado que a ansiedade impacta no desempenho dos candidatos à CNH. As contribuições deste trabalho podem auxiliar na construção do conhecimento em psicologia do trânsito e oferecer subsídios para futuros candidatos sobre os impactos da ansiedade na aprovação ou reprovação dos mesmos.

Palavras-chave: Ansiedade. Avaliação. Reprovação. Carteira Nacional de Habilitação.

1. INTRODUÇÃO

Para muitos candidatos à obtenção da Carteira Nacional de Habilitação (CNH), a ansiedade pode impactar no desempenho e dificultar sua obtenção. Segundo os dados do Departamento Nacional de Trânsito (DENATRAN), uma das grandes causas de reprovação durante a prova prática para se obter a

¹ Graduanda no Curso de Bacharelado de Psicologia, UNIFUCAMP - Centro Universitário de Mário Palmério.

E-mail: nildahabilita@hotmail.com

² Prof. Esp. Docente na instituição UNIFUCAMP - Centro Universitário de Mário Palmério. E-mail:

brunermoraes@unifucamp.edu.br.

CNH é a instabilidade emocional. Esta informação demonstra que a ansiedade pode afetar o desempenho do candidato em um nível mais aprofundado do que a falta de prática em conduzir um veículo. Diariamente estão crescendo o número de reprovações, e a principal queixa está voltada para a ansiedade dos examinandos, no momento em que estão sendo avaliados (MÉNDEZ; OLIVARES; BERMEJO, 2014).

Para alguns sujeitos há um nível de dificuldade em lidar com a ansiedade, mesmo que este sentimento possa figurar em algum momento da vida para todas as pessoas. Quando ela está em níveis descontrolados, pode se tornar um transtorno e um grande empecilho para a realização de algum projeto. (D'AVILA; SORARES, 2003). A espera, a cobrança pessoal e social, a competição e a preparação para a prova são alguns dos fatores que fazem com que uma avaliação se torne estressante e geradora de diversos impactos negativos (KARINO; LAROS, 2014).

Muitas são as pessoas que conquistam a CNH. Porém, um grande número de pessoas passa por reprovações por pelo menos uma vez durante o processo de obtenção. Sintomas como medo, apreensão, angústia, inquietação e insegurança são comuns em pessoas que têm excessiva auto cobrança, rigidez e não gostam de se sentirem expostas, o que pode dificultar o processo para obtenção da CNH (DETRAN, 2017).

Esta pesquisa tem como objetivo geral investigar de que maneira os candidatos que já foram reprovados na prova para a obtenção da CNH avaliam o impacto da ansiedade sobre seu desempenho na avaliação, tendo como objetivos específicos caracterizar a amostra e elencar a gama de percepções sobre o impacto da ansiedade sobre o desempenho assim como as diferentes estratégias utilizadas pelos participantes para lidar com a ansiedade. Por meio dessa investigação, pretende-se responder a seguinte questão de pesquisa: a ansiedade é um fator relevante no resultado do exame prático para a obtenção da CNH? A hipótese com a qual se trabalha é a de que a ansiedade é um fator que provoca impactos relevantes no desempenho dos candidatos à CNH, prejudicando-os neste processo. Assim, acredita-se que maiores números de reprovações na prova estarão associados à maior percepção de sintomas de ansiedade.

É possível constatar que os participantes percebem a ansiedade como um fator relevante em seu resultado no exame prático. Assim, tem-se que esta pesquisa gerou contribuições que podem oferecer subsídios para o crescimento do conhecimento científico na área da psicologia do trânsito, bem como pode auxiliar futuros candidatos sobre a contribuição ou não da ansiedade na busca da sua aprovação.

O artigo foi estruturado em cinco partes. A introdução seguida do referencial teórico que aborda a temática da ansiedade. Em seguida, tem-se a parte da metodologia, e a quarta parte dos resultados, análise e discussão. Por último, apresenta-se as considerações finais e as referências.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Caracterização: Ansiedade

A ansiedade é um sentimento de medo indefinido, caracterizado por um desconforto ou tensão, antecipando uma situação de perigo de algo desconhecido ou estranho (CASTILLO, 2000). Muitos são os autores que desenvolveram conceitos para ansiedade, tais como Freud (1920 *apud* PESSOTTI, 1978), Vaz Serra (1980), Spielberg (1972 *apud* CRUZ, 1996) e Levitt (1980 *apud* BRANDÃO, 2009). Em razão disso, muito tem se conhecido sobre esse transtorno, principalmente na área da psicologia.

A palavra ansiedade tem sua origem etimológica endereçada para o latim *anxietas*, *anxietatis*, significando afligir-se, pretender, e está da mesma forma referindo-se a sentimentos de ansiedade e/ou preocupação (VAZ SERRA, 1980). A ansiedade é uma sensação de pavor, que pode gerar aflição e incômodo, proveniente de um episódio que não é conhecido e que ainda não aconteceu (CASTILLO, 2000). É possível afirmar que a ansiedade provoca uma sofrida dificuldade mental no indivíduo, e vários indivíduos relatam não conseguirem controlar seus pensamentos, sentindo também, um estado de alta tensão, acompanhado de um sentimento de espera e aflição que ameaça a presença do indivíduo ansioso (RAMOS, 2011).

Muitos obstáculos são gerados pela ansiedade, fazendo com que haja o impedimento de atividades que são significativas diariamente. São definidas assim suas características enquanto acontecimento patológico ou clínico:

[...] a ansiedade define-se enquanto fenômeno clínico (a) quando implica em um comprometimento ocupacional do indivíduo, impedindo o andamento de suas atividades profissionais, sociais e acadêmicas, (b) quando envolve um grau de sofrimento considerado pelo indivíduo como significativo e (c) quando as respostas de evitação e eliminação ocuparem um tempo considerável do dia. Esses casos são tratados pela literatura médica e psicológica como Transtornos de Ansiedade (ZAMIGNANI; BANACO, 2005, p. 78-79).

A ansiedade é um sentimento normal, necessário, saudável e inerente ao ser humano. Só que quando se torna um sentimento permanente, ela deixa de ser comum e passa ser um transtorno, prejudicando a vida social, profissional, podendo gerar sofrimento e doenças.

2.2 Psicologia do Trânsito

A psicologia do trânsito é uma ciência que estuda como o ser humano se comporta e se relaciona com o ambiente físico e social, é uma área da psicologia em crescimento, que tem função de analisar as condutas humanas, modificando fatores e processos externos e internos, conscientes e inconscientes. (CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2000, p. 10).

Fundador da Psicologia do Trânsito no Brasil, Reinier Rozestraten (1986) descreve que o trânsito é um problema social, que reflete toda uma sociedade, mas que traz também muitos benefícios como a locomoção rápida, o transporte de objetos e pessoas, e a diminuição da distância entre os indivíduos. Todos têm direito ao trânsito, e ele deve ser visto como um bem social, onde todos têm direitos e também deveres.

É importante que se abandone a concepção que trânsito é da responsabilidade do DETRAN, CONTRAN, ou outros órgãos, pois quem faz o trânsito são as pessoas, elas criam as leis como o Código Nacional de Trânsito, e são elas mesmas que precisam obedecer a legislação, todos tem sua parcela de responsabilidade para que o trânsito seja mais humano e cumpra sua função ROZESTRATEN (1986).

Realizada pelos psicólogos a avaliação psicológica, tem sua complexidade e objetivos próprios, avaliando alunos com características, culturas diferentes e com valores próprios que se encontram em diferentes fases da vida. O psicólogo possui a atribuição de descrever esta realidade, considerando ainda o devido ato de dirigir, o tipo de veículo além de todas as situações externas possíveis de serem avaliadas para este candidato. (MARIUZA E GARCIA, p. 16, 2010).

Com o passar dos anos e o crescente aumento da utilização dos meios de transporte, também cresceram as dificuldades referentes à ocupação do espaço público, dificultando assim que os motoristas assumam seu papel, assim a psicologia do trânsito é uma inovação, tem sua importância em desenvolver estudos que desenvolva uma melhor qualidade de vida para as pessoas (MACHADO, 2006).

2.3 Ansiedade segundo DSM

Os transtornos de ansiedade abrangem aspectos de medo e ansiedade intensa e distúrbios de comportamento. O medo é uma resposta emocional a um fato ameaçador e verídico ou compreendido, a ansiedade, por sua vez, antecipa algo que ainda não aconteceu (APA, 2014).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) divulgou um relatório em fevereiro de 2017, no qual o Brasil figura no topo da lista de nações com maior percentual de pessoas com algum tipo de transtorno de ansiedade: 9,3%. O índice apresentado é três vezes maior que a média mundial registrada no documento, com base em dados de 2015. A OMS calcula ainda que 264 milhões de pessoas no mundo sofram com transtornos de ansiedade (PORCIÚNCULA, 2017).

Os transtornos de ansiedade vêm crescendo em grande número na população adulta, figurando entre os transtornos psiquiátricos mais frequentes, com um crescimento de 12,5% ao longo da vida e 7,6% no ano. É comum encontrar sujeitos que já sofreram com os sintomas de ansiedade em diferentes momentos da vida (VORKAPIC; RANGÉ, 2011).

Segundo o DSM-V, os transtornos de ansiedades são classificados em: transtorno de ansiedade generalizada, transtorno de pânico, transtorno de estresse pós-traumático, transtorno obsessivo-compulsivo, agorafobia, fobia social e fobias específicas. Os transtornos de ansiedade abrangem aspectos de temor, preocupação acentuada e alterações de comportamentos, sendo o temor, uma resposta emocional a uma ameaça próxima, existente ou compreendida, enquanto a ansiedade é antecipação de algo que pode vir acontecer futuramente (APA, 2014).

2.4 Ansiedade segundo a Terapia Cognitivo-Comportamental

Sendo a ansiedade algo comum a todo ser humano, mas que em níveis elevados pode torna-se um grande problema, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) poderá ser uma alternativa de manejo. Desenvolvida por Aaron T. Beck, na década de 60, a TCC foi criada como uma psicoterapia rápida, planejada, voltada para o presente e focada a resolver problemas, por meio da modificação do modo de pensar e agir (BECK, 1964 *apud* BECK, 1997).

O princípio primordial da TCC é que, o modo como as pessoas identificam e processam a realidade poderá interferir na maneira como eles se sentem e agem. Assim seu objetivo maior é reestruturar e corrigir pensamentos deturpados e contribuir de maneira eficaz para encontrar soluções práticas para melhorar os problemas emocionais (KNAPP; BECK, 2008).

É a definição dos acontecimentos que provoca as emoções e não os acontecimentos em si. Segundo o modelo cognitivo da ansiedade, as emoções são experimentadas como um resultado no modo pelo qual os eventos são interpretados ou avaliados. Desta forma, o pensamento ou a cognição irá realizar um papel de mediador entre os acontecimentos e a emoção. Assim quando o sujeito se expõe a um determinado evento, ele apresentará um pensamento que desencadeará uma resposta emocional (BECK, 1976).

Beck (1997), durante seu trabalho clínico, observou que a maioria de seus pacientes narravam pensamentos que vinham à sua mente enquanto eram expostos à sessão de terapia. Geralmente, eram pensamentos breves e rápidos e que provocam um estado emocional no indivíduo. A este fenômeno cognitivo, o autor denominou de pensamentos automáticos.

Com uma avaliação mais intensa, compreendeu-se que estes pensamentos estavam conectados a um grupo de normas internos que definem a forma de um sujeito se comportar frente a vários acontecimentos. Nascendo assim o conceito de crenças nucleares, que compreendem esquemas (ideias, cognições, regras, atitudes) profundos e importantes que o ser humano tem de si mesmo, do futuro e do mundo que o cerca (BECK, 1997).

2.5 Ansiedade e avaliação

Sabe-se, que todo o ser humano em algum instante de sua vida terá que enfrentar algum tipo de avaliação na qual precisará pôr à prova suas habilidades. Isto pode acontecer no seu local de trabalho, na faculdade, para ocupar uma vaga de emprego ou até mesmo para demonstrar que é capaz. Esses momentos podem exigir muito do sujeito e ter importâncias e resultados distintos de diferentes intensidades (KARINO; LARO, 2014).

Tem-se como exigência do Departamento Estadual de Trânsito (DETRAN), a necessidade que o aluno passe por vários exames, no momento em que se candidata a obter a CNH, dentre eles estão o

exame médico e psicológico, que vão avaliar a sanidade física e mental do sujeito. Ainda terão que fazer a avaliação de legislação e a prova prática de direção.

Mudanças emocionais são normais diante de ocorrências em que o sujeito esteja sendo avaliado, como não conseguir se concentrar ficar agitado, entre outros, já que muitos candidatos se mostram muito angustiados, estressados, inseguros, aflitos e com medo de não conseguir dar uma boa resposta à avaliação (D'AVILA; SOARES, 2003).

A ansiedade em situações de avaliação não é considerada apenas como um conjunto de componentes cognitivos, afetivos e comportamentais isolados. A manifestação da ansiedade na avaliação deve ser tomada como um processo dinâmico e complexo com fases distintas no tempo, que inclui tanto o momento de realização da avaliação, como também a fase prévia da preparação à sua realização e a fase posterior à avaliação (RAMOS, 2011).

2.6 Ansiedade e Trânsito

O trânsito nada mais é que o deslocar de pedestres e veículos numa movimentação com o intuito de se resolver interesses pessoais ou de grandes empresas (VIECILI, 2003). Compreende o uso comum do espaço público, para fins de deslocamentos e utilização, seja por veículos, pessoas ou animal de tração com o intuito de circulação pelas vias. Nele é gerada uma competição pelo espaço físico, e pelo direito de vir, o que pode vir a gerar ansiedade e ser conflituoso (VASCONCELOS, 2005).

O trânsito frequentemente não é um ambiente pacificador, ele revela aos condutores momentos de aflição, nervosismo que podem provocar crises de ansiedade. Ocorrendo isso, o indivíduo poderá ter taquicardia, sudoreses, dificultando o raciocínio (VIX, 2017).

Alguns parâmetros psicológicos são fundamentais ao condutor para que se possa dirigir, segundo o CONTRAN, na resolução nº 80: domínio de sua agressividade e também de sua ansiedade, entendimento, mobilidade e resposta adequada, nível cognitivo, não ter nenhuma doença que o impeça de dirigir, que consiga tomar decisões e que seja emocionalmente equilibrado (CONTRAN, 1998).

2.6 Sintomas da Ansiedade

Os distúrbios de ansiedade estão associados a um grupo de respostas manifestado pelo corpo humano frente a algumas situações tendo como exemplo: pressão alta, taquicardia, sudorese e aumento da movimentação, deixando a sujeito eufórico, tensão muscular, podendo ter dificuldades para respirar, entre outras alterações fisiológicas (LUNDIN, 1977).

O DSM-V descreve outros sintomas mais comumente presentes na ansiedade, que são: “irritabilidade, perturbação do sono ou sono insatisfatório, fadigabilidade, inquietude ou sensação de estar com os nervos à flor da pele, tensão muscular e dificuldade de concentração ou sensação de branco na mente” (APA, 2014, p. 189).

Na contemporaneidade, a ansiedade é vista como um sentimento normal, no entanto pode provocar incalculáveis modificações no modo de funcionar do corpo humano. Para que possa enxergar melhor, as pupilas se dilatam, em contrapartida dificulta a percepção de enxergar pormenores. Para que haja uma melhor circulação do sangue, o coração bate mais depressa, levando sangue mais rapidamente aos músculos e ao cérebro, assim esses órgãos irão trabalhar mais intensamente, entretanto com pouca irrigação nas extremidades dos pés e mãos esses membros se tornam mais frios (CARVALHO; OLIVEIRA; ROBLES, 2013).

A respiração nesses momentos de ansiedade torna-se rápidas e curtas, somada à taquicardia, tem-se as vertigens, a visão embaralhada e a desorientação. Podendo ainda sentir ondas de calor e de frio. Com o aumento da transpiração e a redução do funcionamento do sistema digestivo, pode ocasionar no sujeito náuseas, o intestino ficar preso ou ter diarreias, ficando extremamente tenso. Além disso, pode vir a sentir dores por todo o corpo, principalmente na nuca, ombros e costas (CARVALHO; OLIVEIRA; ROBLES, 2013).

A ansiedade em momentos avaliativos pode ser observada na vida de muitos indivíduos através de seus impactos e consequências, que são apresentados através das dificuldades na resolução de seus problemas, o que aumenta a dificuldade em lidar com seus desafios, com isso a ansiedade pode se manifestar através de influências negativas, bloqueando os indivíduos em seu total desempenho. O contexto avaliativo apresenta ao indivíduo seus resultados baseados em seu desempenho, apresentando resultados de sucesso ou insucesso, e muitas vezes as consequências são apresentadas com um peso grande no sentido de o indivíduo conseguir atingir seus objetivos (BORRALHA, 2012).

A ansiedade é uma reação natural, desencadeada em momentos de tensão. Essa reação caracteriza-se por sintomas cognitivos e físicos. É comum sentir sintomas de ansiedade, mas quando ocorre em

situações inadequadas, intensa e exagerada, a ansiedade pode se tornar desfavorável e indevida, causando perdas para o indivíduo afetivamente, socialmente e em vários âmbitos de sua vida (CARAVALHO; OLIVEIRA; ROBLES, 2013).

3. METODOLOGIA

Este trabalho se caracterizou como uma pesquisa de campo, quantitativa. Os participantes da pesquisa foram submetidos à aplicação de um questionário do tipo *survey*, a fim de possibilitar a compreensão da percepção do impacto da ansiedade na reprovação dos candidatos na aquisição da CN H.

A pesquisa quantitativa é realizada para compreender e enfatizar o raciocínio lógico e todas as informações que se possam mensurar sobre as experiências humanas, utiliza diferentes técnicas estatísticas para quantificar opiniões e informações para um determinado estudo, possui como diferencial a intenção de garantir a precisão dos trabalhos realizados, conduzindo a um resultado com poucas chances de distorções (RICHARDSON, 1989).

O *survey* é um tipo de análise de dados no qual se tem informações sobre características, concepções ou atitudes de um certo grupo de pessoas, representando um público alvo, por meio de um método de pesquisa, geralmente um questionário (TANUR *apud* PINSONNEAULT; KRAEMER, 1993).

Optou-se pela pesquisa *survey* por ser um tipo de investigação quantitativa, em que se colhem dados e conhecimentos através de características e opiniões de um grupo de pessoas. Sendo eficaz, esse método tem por finalidade avaliar um problema e compreende sua dimensão, fornecendo informações, através de números, a respeito do comportamento do sujeito.

Para a presente pesquisa, foi aplicado um questionário a 101 alunos, de ambos os sexos, independente da escolaridade ou da categoria a qual pretendia se habilitar, e com idade acima de 18 anos. Para participar da pesquisa, os alunos poderiam já ter conquistado a CNH, desde que tivessem sido reprovados no mínimo uma vez no exame ou que ainda estivessem no processo para a sua aquisição. O estudo foi realizado em um Centro de Formação de Condutores de uma cidade do interior de Minas Gerais, entre os meses de abril a maio de 2021.

Foram convidados a participar como voluntários da pesquisa, todos os alunos que passaram pelo Centro de Formação de Condutores durante o ano de 2021, por meio do envio de e-mail (mala direta) ou de ligação telefônica.

No contato, os participantes foram informados sobre a pesquisa, de seus objetivos, riscos e benefícios, sendo-lhes disponibilizado o link para acesso ao questionário online. Na primeira página do questionário – APÊNDICE A, constou-se o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) - APÊNDICE B - e o Termo de Consentimento Livre Após-Esclarecimento - APÊNDICE C -, no qual foi novamente explicado o intuito da pesquisa, esclarecendo ainda os direitos do participante de interromper sua participação ou mesmo solicitar a retirada de seus dados mesmo depois de concluída a coleta. No TCLE continha ainda os meios de contato dos pesquisadores para esclarecimento de dúvidas.

Após o aceite dos participantes dos termos do TCLE, eles tiveram acesso a um questionário sociodemográfico acerca das percepções sobre a ansiedade e seus sintomas quando da realização do exame prático de direção. No total, o questionário possuía 20 itens. As questões que perguntavam para os respondentes sobre a percepção de sintomas de ansiedade agruparam tais sintomas em quatro categorias: sintomas físicos (questão 13), sintomas psicológicos (questão 14), sensação de perda de controle (questão 15) e foco no negativo (questão 16). O questionário completo encontra-se disponível no Apêndice A.

Os participantes foram responsáveis por lerem as afirmações e preenchê-las de acordo com as instruções constantes no instrumento de pesquisa. Consultas poderiam ser feitas com os pesquisadores no caso de dúvidas, que, por sua vez, informariam o procedimento para o preenchimento correto do formulário. Após o preenchimento e entrega do questionário pelos participantes, estes receberam em seu e-mail uma cópia de suas respostas e do TCLE.

A análise dos dados se deu por meio de estatísticas descritivas (média, mediana, moda, desvio padrão) e inferenciais. A correlação de Pearson foi realizada, inicialmente, para calcular as relações entre as variáveis.

Este projeto de pesquisa está de acordo com a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, que estabelece as diretrizes para a pesquisa envolvendo seres humanos. O mesmo foi submetido à avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa da UNIFUCAMP (COEP/UNIFUCAMP) e a coleta de dados somente foi realizada após aprovação do COEP/UNIFUCAMP - ANEXO B - e da assinatura do Termo de Consentimento Livre após Esclarecimento.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A seguir serão apresentados os resultados desta pesquisa, por meios de seis categorias. Além disso, também serão apresentados os gráficos, que irão demonstrar as respostas dos participantes, e a tabela de correlação Pearson, que apresentará as correlações.

4.1 Perfil Sociodemográfico dos Participantes

Para conhecer melhor os participantes da pesquisa, foram coletados primeiramente os dados acerca da idade, gênero, estado civil, quantidade de filhos, escolaridade e o momento profissional dos mesmos. Entre os 101 participantes, 46 respondentes (45,5%) tem a idade entre 18-30 anos; 26 (25,7%) com a idade entre 31- 40; 16 (15,8%) entre 41-50; 12 (11,9%) entre 51-60; e 1 candidato (1%) com idade entre 61-70 anos.

Com relação ao sexo, 82 participantes (81,2%) são do sexo feminino, e 19 (18,8%), do sexo masculino. Em relação ao estado civil, 53 voluntários (52,5%) são casados; 45 (44,6%) solteiros; 2 (2%) divorciados e 1 (1, %) candidato separado. Mostrou também, que 45 (44,6%) não tinham filhos; 26 (25,7%) tinham dois filhos; 20 (19,8%) um filho; e 10 (9,9%) três ou mais.

Quanto à escolaridade dos candidatos 44 (43,6%) tinha ensino superior completo; 32 (30,7%) ensino médio completo; 17 (16,8%) ensino superior incompleto; 4 (4%) ensino fundamental incompleto; 3 (3%) ensino médio incompleto; 2 (2%) tinham mestrado. Sobre o momento profissional dos entrevistados, o resultado demonstrou que 54 (53,5%) trabalham; 26 (25,7%) trabalham e estudam; 11 (10,9%) estudam; e 10 (9,9%) responderam nenhuma dessas alternativas.

A partir da análise dos dados, pode-se concluir que a caracterização demográfica dos participantes da pesquisa é constituída por jovens e adultos, com uma predominância do sexo feminino, a maioria com curso superior, trabalhando e sem filhos. De acordo com o DETRAN (2015), o número de mulheres ao volante cresceu 30% nos últimos 5 (cinco) anos.

4.2 Psicoterapia e Medicação

Quando indagados se já fizeram ou fazem psicoterapia, 67 (66,3%) participantes responderam que não e 34 (34%) responderam que sim. Na questão do uso de medicamentos para a ansiedade sejam eles homeopático ou alopático 50 (49,5%) entrevistados afirmaram que fazem o uso e 51 deles (50,5%) nunca usaram.

Quando questionados se conseguem lidar com situações novas, 44 (43,6%) disseram que sim; 50 (49,5%) responderam que às vezes; e 7 (6,9%) afirmaram que não lidam bem com situações novas. Observa-se então que a maioria dos participantes conseguem lidar bem com situações novas, e grande parte deles ainda não fizeram psicoterapia, e muitos fazem uso de medicação para ansiedade no momento de tirar a CNH.

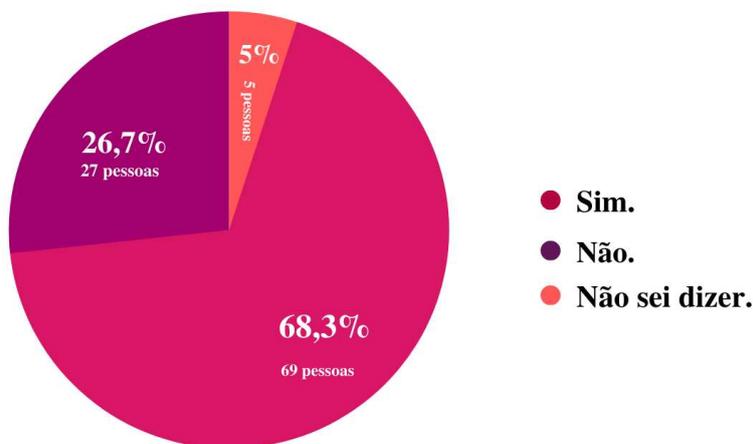
A possibilidade de os candidatos buscarem alternativas rápidas para lidar com a ansiedade da prova, ou seja: uso de chás calmantes, remédios e psicofármacos, mesmo que diminuam a intensidade da ansiedade, podem acarretar reações adversas interferindo na capacidade cognitiva e prejudicando o desempenho nas provas e gerando muitos efeitos colaterais.

4.3 Ansiedade e reprovação na aquisição da CNH

No que se refere a quantas vezes foram reprovadas durante o exame de direção, 41 (40,6%) disseram que foram reprovados uma vez; 27 (26,7%) foram reprovados 4 vezes ou mais; 19 (18,8%) 3 vezes; e 14 (13,9%) 2 vezes.

Sobre o fato da reprovação em algum momento no processo de aquisição da CNH ter colaborado para aumentar a ansiedade, 69 (68,3%) dos entrevistados responderam que sim; 27 (26,7%) disseram que não e 5 (5%) não souberam dizer. O Gráfico 1 apresenta esses dados.

Gráfico 1 - Você acha que o fato de já ter sido reprovado em algum momento no processo de aquisição da CNH, colabora ou colaborou para aumentar a ansiedade?



Nota. Dados da pesquisa. Elaborado pelos autores.

A relação ansiedade-desempenho está ligada à história de reprovação anterior, os sujeitos que tiveram alguma experiência de reprovação anteriormente, normalmente voltam a ser reincidentes, devido à experiência prévia de fracasso (COES,1991).

Neste momento do questionário os participantes da pesquisa basearam suas respostas em suas próprias experiências e percepções acerca da ansiedade. Dentre os participantes que acreditam que a ansiedade pode estar relacionada às suas reprovações nos momentos avaliativos para aquisição da CNH, 48 (47,5%) acreditam que a ansiedade prejudica muito, 37 (36,6%) prejudica imensamente e 15(14,9%) prejudica um pouco, conforme os dados apresentados no Gráfico 2.

Gráfico 2 - O quanto você acredita que a ansiedade prejudica o desempenho das pessoas no exame prático de direção?



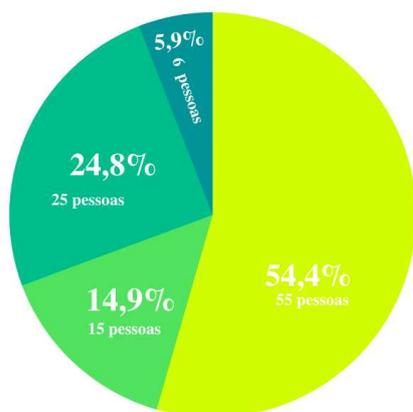
Nota. Dados da pesquisa. Elaborado pelos autores.

No caso específico da prova de habilitação para direção de veículos, verificou-se que o nível de ansiedade esteve relacionado com o desempenho na prova (RAAD *et al.*, 2008). Conforme constatado por Rocha & Fujita (1999), o medo da reprovação é o fator que mais contribui para desencadeamento da ansiedade.

4.4 Sintomas físicos e psicológicos

Em relação aos sintomas físicos observados pelos participantes durante o exame prático de direção, 55 (54,5%) se incomodaram de forma moderada; 25 (24,8%) se incomodaram um pouco; 15 (14,9%) perceberam intensamente; 6 (5,9%) não se sentiram incomodados, conforme apresenta o Gráfico 3.

Gráfico 3 - Quanto você se percebeu incomodado pelos sintomas físicos abaixo durante seu último exame prático de direção: tremores no corpo, sensação de falta de ar ou asfixia, suor excessivo, boca seca, tontura; náuseas; respiração ofegante ou falta de ar, urgência para ir ao banheiro, mãos frias e suadas, sensação de fraqueza ou cansaço, aumento da pressão sanguínea, taquicardia, dor no peito, formigamento, ondas de calor, tensão muscular, e sensação de desmaio?



- Não percebi (não me incomodou).
- Percebi um pouco (não me incomodou muito).
- Percebi moderadamente (foi desagradável, mas pude suportar).
- Percebi intensamente (difícil de suportar).

Nota. Dados da pesquisa. Elaborado pelos autores.

Os sintomas psicológicos também foram significativos para os alunos durante o exame de direção, 45 (44,6%) sentiram-se incomodados de forma moderada; 30 (29,7%) não incomodaram muito, 18 (17,8%) intensamente, sendo difícil de suportar; 8 (7,9%) não se incomodou. O Gráfico 4 apresenta esses dados.

Gráfico 4 - Quanto você se percebeu incomodado pelos sintomas psicológicos abaixo, durante seu último exame prático de direção: apreensão, medo, angústia, inquietação, insônia, aterrorizado, impaciente, frustrado, dificuldade de concentração, incapacidade de relaxar, sensação de estar "no limite"?



Nota. Dados da pesquisa. Elaborado pelos autores.

Sobre a ansiedade, sabe-se que são muitos os sentimentos implicados nesse processo, principalmente em momentos de avaliação, como em qualquer outra circunstância de provas, gerando um conjunto de respostas emocionais de angústia, medo, nervosismo, aflição e pensamentos negativos e também de sintomas físicos como respiração ofegante, taquicardia, sudorese e outros (ZAMIGNANI; BANACO, 2005).

Também foi perguntado sobre os sintomas emocionais, tais como: medo de morrer, alterações de memória, vontade de chorar, foco no negativo; 62 (61,4%) não se incomodaram; 22 (21,8%) um pouco; 14 (13,9%) de forma moderada; e 3 (3%) perceberam intensamente.

Outros sintomas emocionais também foram percebidos, como: medo de perder o controle, facilmente aborrecido ou irritado, sensação de impotência para solucionar algum problema. Dentre os respondentes, 35 (34,7%) perceberam esses sintomas de forma moderada; 31 (30,7%) um pouco; 18 (17,8%) intensamente, e 17 (16,8%) não perceberam.

4.5 Estratégias e pensamentos

Os pesquisados foram perguntados sobre qual estratégia eles utilizaram para controlar a ansiedade antes de iniciar a prova, 62 (61,4%) buscaram se tranquilizar evitando pensamentos negativos; 43 (42,6%) procuraram distrair e não pensar no exame; 38 (37,6%) controlaram a respiração; 29 (28,7%) focaram no

presente; 25 (24,8%) tomaram chá ou um suco que pudesse acalmar; 16 (15,8%) buscaram outras estratégias; 7 (6,9%) não usaram nenhuma estratégia. Os dados estão representados no Gráfico 5.

Gráfico 5 - Em seu último exame de direção, antes de iniciar a prova, qual estratégia você utilizou para controlar sua ansiedade?



Nota. Dados da pesquisa. Elaborado pelos autores.

De acordo com Rice (2007), são diferentes as estratégias usadas para diminuir a ansiedade, dentre elas a diminuição da tensão, o relaxamento e a meditação que tem um efeito positivo sobre os resultados do enfrentamento.

Percebe-se que no Gráfico 5, 16 alunos marcaram a opção de “outra”, ou seja, buscaram estratégias diferentes para controlar a ansiedade, ficando assim as respostas: 9 pessoas tomaram calmante, 3 pessoas buscaram ajuda espiritual, 1 buscou focar no objetivo, 1 aceitou as emoções e não tentou controlá-las, 1 pessoa pensou positivamente; 1 mudou de autoescola, 1 tomou água e um amigo conversou com ela. O Gráfico 6 apresenta essas respostas.

Gráfico 6 - Em seu último exame de direção, antes de iniciar a prova, qual “outra” estratégia você utilizou para controlar sua ansiedade?

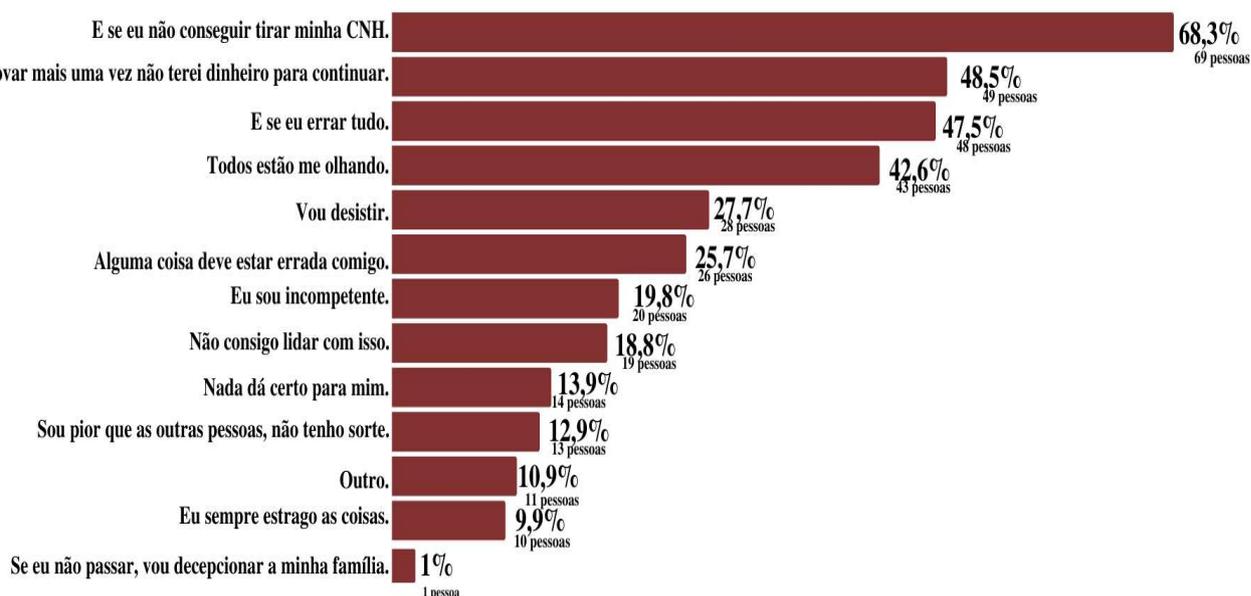


Nota. Dados da pesquisa. Elaborada pelos autores.

Na pergunta referente a quais "pensamentos" passaram pela sua cabeça enquanto aguardava para fazer a prova de direção e após ser reprovado(a), 69 (68,3%) tiveram como pensamento, e se eu não conseguir tirar minha CNH; 49 (48,5%) se eu reprovar mais uma vez não terei dinheiro para continuar; 48 (47,5%) e seu errar tudo; 43 (42,6%) todos estão me olhando; 28 (27,7%) vou desistir; 26 (27,7%) alguma coisa deve estar errada comigo; 25 (24,8%) se eu não passar, vou decepcionar minha família; 20 (19,8%) eu sou incompetente; 19 (18,8%) não consigo lidar com isso; 14 (13,9%) nada dá certo comigo; 13 (12,9%) sou pior que as outras pessoas, não tenho sorte; 11 pessoas marcaram a alternativa “outro”. Os dados são apresentados no Gráfico 7.

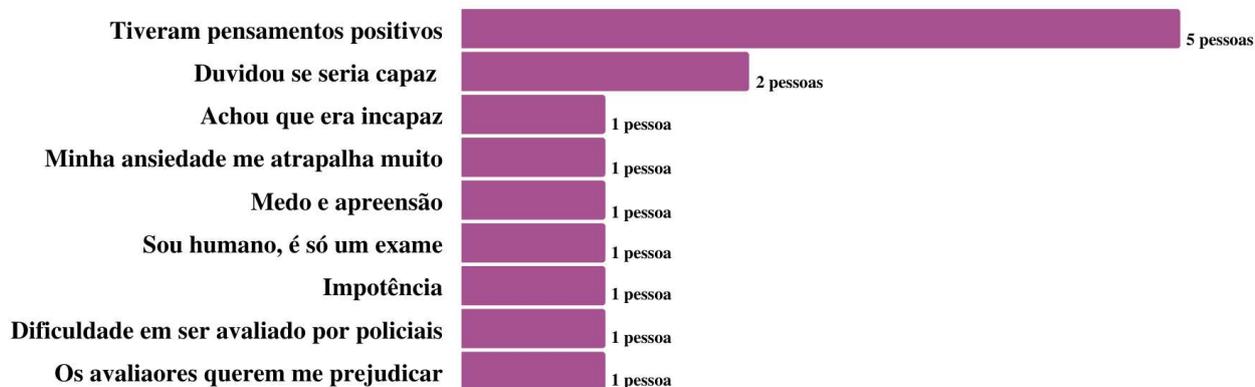
As crenças centrais ou as percepções que os indivíduos têm sobre si mesmos podem ser positivas ou negativas. As negativas são relacionadas ao desamor, desamparo e desvalor, “sou incompetente”. Elas funcionam como pressupostos que atuam de forma significativa nas situações diárias fazendo com os sujeitos revivam acontecimentos do passado, bem como antecipando o que ainda está por vir (REINECKE, 2004).

Gráfico 7 - Quais "pensamentos" passaram pela sua cabeça enquanto aguardava para fazer sua prova de direção e após ser reprovado (a)?



Nota. Dados da pesquisa. Elaborada pelos autores.

Gráfico 8 - Quais “outros” pensamentos passaram pela sua cabeça enquanto aguardava para fazer sua prova de direção e após ser reprovado (a)?



Fonte: Elaborada pelos autores (2021).

Conforme demonstra o Gráfico 8, as pessoas que marcaram “outro”, ou seja, tiveram pensamentos diferentes daqueles que estavam descritos, relataram então que: 5 pessoas pensaram positivamente, 1 pessoa achou que era incapaz, 1 pessoa acreditou que a ansiedade iria atrapalhar muito; 1 pensou em medo e apreensão, 1 pensou que era humano e estava tudo bem, é só um exame; 1 pensou em impotência;

1 pensou em ter dificuldade de ser avaliada pelos policiais, por ter medo deles; 1 pensou que os avaliadores quiseram prejudica-lo.

4.6 Tabela de correlação de Pearson

A correlação Pearson indica a relação existente entre duas variáveis. O teste estatístico chamado r de Pearson avalia a magnitude e o grau de relacionamento entre as variáveis. A correlação pode variar de acordo com sua força ou direção. A força ou magnitude do relacionamento entre duas variáveis vai de 0 (nenhuma relação entre as variáveis) a 1 (relação perfeita entre as variáveis). Seu objetivo principal é apontar como duas variáveis estão associadas entre si.

Para Cohen (1988), valores considerados pequenos estão entre os escores 0,10 e 0,29. Entre 0,30 e 0,49 podem ser avaliados como médios; e valores entre 0,50 e 1 podem ser interpretados como grandes. Assim uma correlação pode ser positiva (à medida que se obtém escores altos na variável X, há propensão de se obter escores altos em Y) ou negativa (escores altos em X acabam por definir uma tendência a escores baixos em Y).

Tendo em vista essas considerações, esse teste foi realizado com o objetivo de verificar se a reprovação dos pleiteantes a CNH impacta nos sintomas físicos e psicológicos, aumentando assim sua ansiedade, fazendo com que se perca o controle no momento de tirar a CNH e se aumentam seus pensamentos negativos. O que foi confirmado, conforme pode ser observado na tabela 1.

Foi percebida uma correlação entre a quantidade de reprovação e os sintomas físicos (0,250, $p < 0,05$) com o escore considerado pequeno; psicológicos (0,310, $p < 0,001$) médio e também com outros sintomas emocionais como o medo de perder o controle (0,224, $p < 0,05$) pequeno. Quanto maior foi a reprovação dos participantes, mais foram percebidos os sintomas físicos, psicológicos e emocionais dos mesmos.

Os sintomas físicos apresentaram uma correlação fraca com a quantidade de reprovações. Apresentaram, ainda, correlação mediana com medo de perder o controle (0,421, $p < 0,001$) médio e foco no negativo. Ainda, demonstraram uma forte correlação com o conjunto de sintomas nomeados como sintomas psicológicos. Se os sintomas físicos aumentam, a quantidade de reprovação cresce também juntamente com o sintoma emocional medo de perder o controle e foco no negativo.

A correlação dos sintomas psicológicos com a quantidade de reprovação foi considerada mediana, assim como com as tendências ao negativo; apresentando forte correlação com os sintomas físicos e com os sintomas emocionais ligados ao medo de perder o controle. Com o aumento dos sintomas psicológicos, os físicos também aumentaram juntamente com o medo de perder o controle e o foco no negativo, fazendo com que aumente o número de reprovação.

Outros sintomas emocionais como medo de perder o controle demonstraram fraca correlação com a quantidade de reprovação, correlações moderadas com sintomas físicos e com pensamentos com foco no negativo; além de uma elevada correlação com os sintomas psicológicos. Crescendo o sintoma emocional medo de perder o controle, aumentou os sintomas físicos e psicológicos, a quantidade de reprovação e os respondentes voltaram seus pensamentos para o foco negativo.

Já o sintoma emocional que tiveram foco no negativo, apresentou uma correlação mediana com os sintomas físicos, com sintomas psicológicos, assim como com as sensações de perda de controle. Foi percebido que com o aumento do pensamento negativo, aumentaram-se também os sintomas psicológicos, físicos e o medo de perder o controle.

Tabela 1 - Tabela de correlação Pearson

Variáveis	Quantidade de Reprovações	Sintomas Físicos	Sintomas Psicológicos	Perda de controle	Foco no Negativo
Quantidade de Reprovações	1	-	-	-	-
Sintomas Físicos	0,250*	1	-	-	-
Sintomas Psicológicos	0,310**	0,639**	1	-	-
Perda de Controle	0,224*	0,421**	0,587**	1	-
Foco no Negativo	0,110	0,380**	0,408**	0,455**	1

Nota. Dados da pesquisa. Elaborada pelos autores. * $p < 0,05$. ** $p < 0,01$.

A análise estatística colabora para ampliar o entendimento humano acerca dos fatos observados, tendo a capacidade de medir a relação entre diferentes variáveis. Os coeficientes de correlação contribuem com os pesquisadores para medir essa relação.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve o propósito de investigar se a ansiedade interfere no desempenho para a obtenção da Carteira Nacional de Habilitação. Além disso, buscou-se entender como essa percepção da ansiedade

se manifesta física e emocionalmente nos candidatos, durante os momentos avaliativos na concessão da Carteira Nacional de Habilitação, bem como avaliar se o fato de já tiver sido reprovado em algum momento no processo de aquisição da CNH, colabora ou colaborou para aumentar a sua ansiedade.

Após realização de uma pesquisa quantitativa com a aplicação de *survey* com 101 respondentes, foi verificado que a ansiedade é um fator importante no resultado do exame prático de direção. Assim como o fato de já ter sido reprovado em algum momento no processo de aquisição da CNH contribuiu para aumentar a sua ansiedade.

Ademais, foi possível verificar através desta pesquisa as manifestações fisiológicas causadas pela ansiedade, como tremores no corpo, sensação de falta de ar ou asfixia, suor excessivo, boca seca, tontura; náuseas; respiração ofegante ou falta de ar, mãos frias e suadas, taquicardia, entre outros. Também foram assinalados os fatores psicológicos e emocionais que contribuem para aumento da ansiedade, sendo eles: apreensão, medo, angústia, inquietação, insônia, impaciência, frustração, incapacidade de relaxar, irritação, impotência, vontade de chorar, entre outros.

Conclui-se que, por meio dos resultados obtidos, há um longo caminho a ser percorrido, pois o ser humano é considerado o mais complexo no sistema de trânsito, capaz de modificar e ser modificado pelas inúmeras condições presentes no ato de aprender a conduzir um veículo. O momento de avaliação é uma situação social introduzida na vida da maioria das pessoas e, portanto, deve ser mais bem avaliada nas suas diversas questões.

Dentre as limitações do presente estudo, encontram-se o fato de que os grupos de sintomas ligadas à ansiedade foram agrupados nas questões a partir de sua aproximação temática. Entretanto, é possível que o agrupamento desses sintomas possa distorcer os resultados, tendo em vista que a identificação pelo participante em uma condição pode incrementar o resultado para todo o grupo, assim como a não identificação de algum fator pode reduzir o escore obtido, mascarando relações tanto existente quanto insípidas.

Outro fator limitante se encontra na avaliação dos sintomas ansiosos, a partir de uma percepção dos participantes fora de uma situação de avaliação no trânsito, visto que as memórias e percepções dos participantes podem estar enviesadas, assim como é possível que os respondentes não sejam capazes de realizar uma auto-observação precisa, distorcendo os dados da coleta.

Como sugestão para futuras pesquisas, é necessário frisar a importância de revisões críticas dos métodos empregados nesses contextos, haja vista a grande necessidade da realização de estudos

secundários sobre o tema, pela sua relevância para a humanização desse processo. Ainda, sugere-se que seja possível realizar observações ou mensurações de sintomas, utilizando escalas validadas e normatizadas em situações mais próximas da realidade dos exames (tais como simulações ou mesmo a coleta de dados em campo durante avaliações reais).

O estudo de maneiras eficazes para o manejo da ansiedade nos momentos de exames para obtenção da CNH a partir de intervenções com grupos também pode auxiliar tanto na construção deste corpo teórico quanto no auxílio aos futuros estudantes na obtenção de suas licenças e em um melhor desempenho também no trânsito diário.

ABSTRACT: Anxiety is a common feeling in moments of evaluation. Regarding the practical exams to apply for the Driver's License, the main complaint is related to anxiety at the time of the exam. This feeling can lead to decreased performance and increase the chances of failure. Thus, the present study correlated the candidates' symptoms in order to identify whether anxiety can harm them at the time of the exam. This analysis is justified by the fact that studies relating to anxiety during the process of obtaining a Driver's License are scarce in the literature. The investigation analyzed the impact of anxiety symptoms on applicants for the Driver's License on the perception of the candidates themselves. It was characterized by a bibliographical research of complete articles in journals in the area and a quantitative research, of the survey type, where volunteer participants who had an experience of claiming the Driver's License and were disapproved at least once. In the descriptive statistical analysis, patterns existing in the data were correlated and it was found that anxiety impacts the performance of candidates for Driver's License. The contributions of this work can help in the construction of knowledge in traffic psychology and provide subsidies for future candidates on the impacts of anxiety on their approval or failure.

Keywords: Anxiety. Evaluation. Disapproval. Driver's License.

REFERÊNCIAS

- APA - AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-5**: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 5ª Ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- BECK, A. T. **Cognitive therapy of the emotional disorders**. New York: New American Library, 1976.
- BECK, J. S. **Terapia cognitiva: teoria e prática**. Trad. Sandra Costa. Porto Alegre: Artmed, 1997.
- BORRALHA, S. **Ansiedade em situações de avaliação**. Psicologia.pt – O Portal dos Psicólogos, 2012. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0648.pdf>. Acesso em: 04 de mai. de 2021.
- BRANDÃO, M. **Motivação, Ansiedade e Burnout em jovens atletas**. Monografia (Licenciatura em Educação Física) - Universidade de Coimbra, Coimbra, 2009.
- CARVALHO, M.; OLIVEIRA, P. C.; ROBLES, T. **Ansiedade e transtorno do pânico**. Psicologia Clínica na Análise do Comportamento, Departamento de Psicologia Geral e Análise do Comportamento, Universidade Estadual de Londrina, Paraná, p. 1-10, 2013. Disponível em: http://www.uel.br/grupoestudo/analisedocomportamento/pages/arquivos/ANSIEDADE_PANICO.pdf. Acesso em: 22 de mar de 2021.
- CASTILLO, A. R. G. L.; RECONDOB, R.; ASBAHR, F. R.; MANFRO, G. G. Transtornos de ansiedade. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 22, n. 2, p. 20-3, 2000.
- COES, M. C. R. Ansiedade: uma avaliação quantitativa de seus efeitos negativos sobre o desempenho no vestibular. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 7, n. 2, p. 137-147, 1991.
- COHEN, Jacob. (1988), *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale, NJ, Erlbaum.
- CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP nº 012/2000**. 2000.
- CONTRAN. Resolução nº 80 de 19 de novembro de 1998. **Altera os Anexos I e II da Resolução nº51/98 do CONTRAN, que dispõe sobre os exames de aptidão física e mental e os exames de avaliação psicológica**. Brasília, 1998. Disponível em: http://www.sgc.goias.gov.br/upload/arquivos/2013-11/resolucao-080_98.pdf. Acesso em: 24 mar. 2021.
- CRUZ, A. Stress, ansiedade e rendimento na competição desportiva. In: S.H.O - Sistemas Humanos e Organizacionais, Lda. **Manual de Psicologia do Desporto**. Portugal, 1996.
- D'AVILA, G. T.; SOARES, D. H. P. Vestibular: Fatores geradores de ansiedade na cena da prova. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 4, p. 105-116, 2003.
- DETRAN. **Habilitação**. 2015. Disponível em: <https://www.detran.mg.gov.br/habilitacao-querer-ser-condutor/como-obter-a-primeira-habilitacao>. Acesso em: 15 de mar de 2021

DETRAN. **Habilitação**. 2017. Disponível em: <https://www.detran.mg.gov.br/habilitacao-querer-ser-condutor/como-obter-a-primeira-habilitacao>. Acesso em: 11 de mar de 2021.

KARINO, C. A.; LAROS, J. A. Ansiedade em situações de prova: evidências de validade de duas escalas. **Psico-USF**, v. 19, n. 1, p. 23-36, 2014.

KNAPP, P.; BECK, A. T. Fundamentos, modelos conceituais, aplicações e pesquisa da terapia cognitiva. **Rev. Brasileira de Psiquiatria**. v. 30, n. Supl. II, p. 54-64, 2008.

LUNDIN, R. W. **Personalidade**: uma análise do comportamento. São Paulo: EPU, 1977.

MACHADO, A. Estudo da ansiedade e as diferenças entre os gêneros em um esporte de aventura competitivo. **Revista Brasileira de Educação Física, Esporte, Lazer e Dança**, Rio Claro, vol. 1, n. 3, p. 74-81, set./2006.

MARIUZA, Clair Ana. GARCIA, Lucio Fernando. **Trânsito e mobilidade humana: Psicologia, Educação e Cidadania** / org. – Porto Alegre: Ideograf / Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul, 2010.

MÉNDEZ, F. X.; OLIVARES, J.; BERMEJO, R. M. Características e tratamento dos medos, fobias e ansiedades específicas. In: CABALLO, V. E.; SIMÓN, M. A.(Orgs.). **Manual de Psicologia Publ.** UEPG Humanit. Sci. Linguist., Lett. Arts, Ponta Grossa, v. 22, n. 2, p. 181-187, 2014.

PESSOTTI, I. **Ansiedade**. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária Ltda, 1978.

PINSONNEAULT, A.; KRAEMER, K. Survey research methodology in management information systems: an assessment. **Journal of management information systems**, v. 10, n. 2, p. 75-105, 1993.

PORCIÚNCULA, B. **Saiba porque os brasileiros são os mais ansiosos do mundo**. In: Jornal Zero Hora Digital, Caderno Vida – Saúde Mental, 2017. Disponível em: <http://zh.clicrbs.com.br/rs/vida-e-estilo/vida/noticia/2017/03/saiba-por-que-os-brasileiros-sao-os-mais-ansiosos-do-mundo-9750651.html>. Acesso em: 20 de mar de 2021.

RAAD, A. J.; CARDOZO, A. M.; NASCIMENTO, M. A.; ALVES, G. L. A ansiedade no processo para obtenção da Carteira Nacional de Habilitação. **Revista de Psicologia da Vetor Editora**, v. 9, n. 2, p. 245-249, 2008.

RAMOS, R. T. Transtornos de Ansiedade. **Revista Brasileira de Medicina**, v. 66, n. 11, p.123-134, 2011.

REINECKE, M. A. Suicídio e depressão. In: DATTILIO, F. M; FREEMAN, A. (Orgs.). **Estratégias cognitivo comportamentais de intervenção em situações de crise** (M. A. V. Veronese, Trad.), Porto Alegre: Artmed, 2004, p. 82-112 (Trabalho original publicado em 2000).

RICE, P. L. O enfrentamento do estresse: estratégias cognitivo-comportamentais. In: V.E. CABALLO (org.). **Manual para o tratamento cognitivo-comportamental dos transtornos psicológicos da atualidade**. São Paulo: Santos Editora, 2007, p. 301-336.

RICHARDSON, R. J. **Pesquisa social**: métodos e técnicas. São Paulo: Atlas, 1989.

ROCHA, A. C.; FUJITA, I. Q. G. A. (1999). Orientação Profissional contribuindo para um bom desempenho durante o Vestibular. Em Associação Brasileira de Orientadores Profissionais, **Anais**, IV Simpósio Brasileiro do Orientação Vocacional & Ocupacional; I Encontro de Orientação Profissionais do Mercosul (pp. 83- 92). Florianópolis: ABOP. São Paulo: Vetor.

Rozestraten, Reinier J. A.A Psicologia Social e o trânsito. **Psicologia: Ciência e Profissão**. 1986, v. 6, n. 2, pp. 22-23. Epub 04 Out 2012.

VASCONCELOS, E. A. **O que é trânsito**. 1 ed. São Paulo: Brasiliense, 2005, p. 25.

VAZ SERRA, A. O que é a ansiedade? **Psiquiatria Clínica**, v.1, n.2, p. 93-104, 1980.

VIECILI, J. **Ansiedade e comportamento de dirigir**. Comportamento humano no trânsito. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

VIX. **Você sabe controlar a ansiedade no trânsito?** 2017. Disponível em:
<http://www.vix.com/pt/bdm/de-carona/voce-sabe-controlar-a-ansiedade-no-transito>. Acesso em: 17 mar de 2021.

VORKAPIC, C. F.; RANGÉ, B. Os benefícios do yoga nos transtornos de ansiedade. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 7, n. 1, 2011. p. 50-54.

ZAMIGNANI, D.; BANACO, R. Um panorama analítico-comportamental sobre os transtornos de ansiedade. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v. 7, n. 1, p. 77-92, 2005.

APÊNDICE A – Questionário

Percepções Sobre a Ansiedade e Desempenho no Exame Prático de Direção para Obtenção da CNH.

Primeiramente, gostaríamos de saber um pouco sobre você! Marque as opções que correspondem a seus dados:

01- Qual a sua idade?

18-30.

31-40.

41-50.

51-60.

61-70.

Acima de 71 anos.

02- Gênero:

Feminino.

Masculino.

03-Estado Civil:

Solteiro(a).

Casado (a).

Separado (a).

Divorciado (a).

Viúvo (a).

04- Quantos filhos têm?

Nenhum.

Um.

Dois.

Três ou mais.

05-Escolaridade:

Ensino Fundamental Incompleto.

Ensino Fundamental Completo.

Ensino Médio Incompleto.

Ensino médio completo..

Ensino Superior Incompleto.

Ensino Superior Completo.

Mestrado.

Doutorado.

06- Você faz psicoterapia ou já fez alguma vez?

Sim.

Não.

07- Você usa ou já usou algum medicamento para ansiedade, homeopático ou Alopático?

Sim.

Não.

08- Que opção abaixo melhor descreve seu momento profissional?

Só trabalho

Só estudo

Trabalho e estudo ao mesmo tempo

Nenhuma dessas

09- Você lida bem com situações novas?

Sim.

Não.

Às vezes.

10- Quantas vezes você foi reprovado no seu exame de direção?

Uma vez

Duas vezes

Três vezes

Quatro vezes ou mais de quatro

11- Você acha que o fato de já ter sido reprovado em algum momento no processo de aquisição da CNH, colabora ou colaborou para aumentar a ansiedade?

Sim

Não

Não sei dizer.

Muito obrigado por suas respostas até agora! Nos próximos itens, pedimos que se baseie em suas próprias experiências e percepções para responder as questões abaixo:

12- O quanto você acredita que a ansiedade prejudica o desempenho das pessoas no exame prático de direção?

Não acredito que prejudique.

Acredito que prejudique um pouco.

Acredito que prejudique bastante.

Acredito que prejudique imensamente.

13- Quanto você se percebeu incomodado pelos sintomas físicos abaixo durante seu último exame prático de direção: tremores no corpo, sensação de falta de ar ou asfixia, suor excessivo, boca seca, tontura; náuseas; respiração ofegante ou falta de ar, urgência para ir ao banheiro, mãos frias e suadas, sensação de fraqueza ou cansaço, aumento da pressão sanguínea, taquicardia, dor no peito, formigamento, ondas de calor, tensão muscular, e sensação de desmaio?

Não percebi (não me incomodou).

Percebi um pouco (não me incomodou muito).

Percebi moderadamente (foi desagradável, mas pude suportar).

Percebi intensamente (dificilmente pude suportar).

14- Quanto você se percebeu incomodado pelos sintomas psicológicos abaixo, durante seu último exame prático de direção: apreensão, medo, angústia, inquietação, insônia, aterrorizado, impaciente, frustrado, dificuldade de concentração, incapacidade de relaxar, sensação de estar "no limite"?

Não percebi (não me incomodou).

Percebi um pouco (não me incomodou muito).

Percebi moderadamente (foi desagradável, mas pude suportar).

Percebi intensamente (dificilmente pude suportar).

15- Quanto você se incomodou pelos sintomas emocionais abaixo durante seu processo de habilitação? Medo de perder o controle, facilmente aborrecido ou irritado, sensação de impotência para solucionar algum problema?

Não percebi (não me incomodou).

Percebi um pouco (não me incomodou muito).

Percebi moderadamente (foi desagradável, mas pude suportar).

Percebi intensamente (dificilmente pude suportar).

16- Quanto você se incomodou pelos sintomas emocionais abaixo durante seu processo de habilitação? Medo de morrer, alterações de memória, vontade de chorar, foco no negativo?

ABSOLUTAMENTE NÃO (não me incomodou)

LEVEMENTE (não me incomodou muito)

MODERAMENTE (foi muito desagradável, mas pude suportar)

GRAVEMENTE (dificilmente pude suportar)

17- Em seu último exame de direção, antes de iniciar a prova, qual estratégia você utilizou para controlar sua ansiedade (marque todas que se aplicam):

Buscou distrair-se e não pensar no exame.

Buscou tomar um chá ou suco que pudesse acalmar.

-
- Buscou controlar sua respiração.
 - Buscou se tranquilizar evitando pensamentos negativos.
 - Buscou focar no presente.
 - Não usei nenhuma estratégia
 - Outra.

18- Se na alternativa anterior você marcou "outra", descreva qual outra estratégia você utilizou para controlar a sua ansiedade no momento do exame.

19- Quais "pensamentos" passou pela sua cabeça enquanto aguardava para fazer sua prova de direção e após ser reprovado (a)? (marque todos os pensamentos que você teve)

- E se eu não conseguir tirar minha CNH.
- E se eu errar tudo.
- Todos estão me olhando.
- Se eu não passar, vou decepcionar minha família.
- Se eu reprovar mais uma vez não terei dinheiro para continuar.
- Nada dá certo para mim.
- Não consigo lidar com isso.
- Alguma coisa deve estar errada comigo.
- Eu sempre estrago as coisas.
- Vou desistir.
- Eu sou incompetente.
- Sou pior que as outras pessoas, não tenho sorte.
- Outro.

20- Se na alternativa anterior você marcou "outro", descreva qual outro pensamento passou pela sua cabeça antes do exame e após ser reprovado.

Link para acesso ao questionário pelo Google Forms: Sign-in:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfzMFGjDpUjVBxjHj3SgH2WYlvlls1hqaUqzCkFCYmu0L_LrQ/viewform?usp=sf_link

APÊNDICE B: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado (a) a participar da pesquisa: “**Ansiedade como um fator influenciador na reprovação dos candidatos a Carteira Nacional de Habilitação (CNH)**”. Sob a responsabilidade da pesquisadora **Nilda Fernandes da Costa Santos**, tendo como Instituição o Centro Universitário Mário Palmério – UNIFUCAMP. Sua participação é de fundamental importância, haja vista que você poderá contribuir com os avanços na área da Psicologia do Trânsito, já que tais avanços só podem dar-se por meio de estudos como este. Esta pesquisa tem como objetivo investigar como a ansiedade vivenciada durante o processo de aquisição da Carteira Nacional de Habilitação interfere no desempenho para a obtenção da mesma, e caso você participe, será necessário responder a um questionário sobre o tema a ser pesquisado. Não será feito nenhum procedimento que lhe traga qualquer risco à sua vida, mas ao responder o questionário caso você se sinta constrangido você poderá encerrar sua participação na pesquisa a qualquer momento. Este questionário será feito de forma online, através de um link que será enviado em seu celular, visto que estamos em um momento de pandemia em nosso país e também no mundo, devido ao Coronavírus. Assim não terá contato com o questionário (no papel) e nem com a pessoa que o irá aplica-lo, o que fará com que seja seguro para você, já que lhe será enviado via WhatsApp. Os riscos existentes poderão ser o desconforto de reviver o momento pelo qual passou, quando prestou seu exame de direção, e também a possibilidade que por mais cuidado que se tenha que você possa ser identificado. Os benefícios serão uma grande contribuição para o crescimento da pesquisa científica na área da psicologia do trânsito, bem como dar respostas a futuros candidatos sobre a influência ou não da ansiedade no momento de tirar uma carteira de habilitação. Você poderá obter todas as informações que quiser e poderá não participar da pesquisa ou retirar seu consentimento a qualquer momento, sem qualquer prejuízo ou coação. Pela sua participação no estudo, você não receberá qualquer valor em dinheiro, mas terá a garantia de que todas as despesas necessárias para a realização da pesquisa não serão de sua responsabilidade. Seu nome não aparecerá em qualquer momento do estudo, pois você será identificado com um número. Em caso de qualquer dúvida ou reclamação a respeito da pesquisa, você poderá entrar em contato com: **Nilda Fernandes da Costa Santos**, pelo telefone: 34-992587071, e-mail: nildahabilitar@hotmail.com. Também poderá entrar em contato com o CEP - Comitê de Ética em

Pesquisa na UNIFUCAMP - Centro Universitário Mário Palmério: Av. Brasil Oeste, s/nº, Jardim Zenith II – CEP 38.500-000, Monte Carmelo/MG, telefone: (34) 3842-5272, pelo site: unifucamp.edu.br – e pelo email: unifucamp@unifucamp.edu.br. O CEP é um colegiado independente criado para defender os interesses dos participantes em sua integridade e dignidade, contribuindo para o desenvolvimento da pesquisa dentro dos padrões éticos conforme resoluções do Conselho Nacional de Saúde.

Coromandel, _____ de _____ de 2021.

Assinatura do(s) pesquisador (es)

Eu aceito participar do projeto acima citado, voluntariamente, após ter sido devidamente esclarecido.

Assinatura do participante da pesquisa

APÊNDICE C - Termo de Consentimento Livre, Após Esclarecimento

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE, APÓS ESCLARECIMENTO.

Eu, _____, li e/ou ouvi o esclarecimento acima e compreendi o propósito e a relevância deste estudo e o(s) procedimento(s) a (os) que(ais) serei submetido. As explicações que recebi esclarecem os riscos e benefícios do estudo. Eu entendi que tenho liberdade para interromper minha participação a qualquer momento, sem justificar minha decisão e que isso não me trará nenhum prejuízo. Sei que meu nome não será divulgado, que não terei despesas e não receberei dinheiro por participar do estudo. Eu concordo em participar do estudo.

Coromandel,...../...../.....

Assinatura do voluntário ou seu responsável legal

Documento de identidade

Bruner Moraes

Nilda Fernandes da Costa Santos

Em caso de dúvida em relação a esse documento, você poderá entrar em contato com o CEP - Comitê de Ética em Pesquisa na UNIFUCAMP, pelo telefone: (34) 3842-5272, pelo e-mail: unifucamp@unifucamp.edu.br.

APÊNDICE D – Carta de Encaminhamento

CARTA DE ENCAMINHAMENTO

Monte Carmelo (MG), 18 de Fevereiro de 2021.

A professora Doutora Cristina Soares de Sousa
Coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa-FUCAMP

Prezada coordenadora,

Encaminho-lhe o projeto de pesquisa intitulado, “**Percepções do Impacto da Ansiedade na Reprovação de Candidatos à Aquisição da Carteira Nacional de Habilitação**”, para ser submetido à avaliação do ponto de vista ético.

Título do projeto: “PERCEPÇÕES DO IMPACTO DA ANSIEDADE NA REPROVAÇÃO DE CANDIDATOS À AQUISIÇÃO DA CARTEIRA NACIONAL DE HABILITAÇÃO”.

Nome completo do investigador principal: Nilda Fernandes da Costa Santos

CPF: 603.066.616.91

Departamento:

Endereço: Rua: Rio Branco Nº 1072, Centro, Coromandel - MG

Telefone: (34)

E-mail: nildahabilitar@hotmail.com

Atenciosamente,

Nilda Fernandes da Costa Santos
Pesquisador Responsável

ANEXO A - Declaração da Instituição Coparticipante



CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIFUCAMP

FACULDADE DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS - FACIUS

DECLARAÇÃO DA INSTITUIÇÃO COPARTICIPANTE

Declaro estar ciente que o Projeto de Pesquisa “**PERCEPÇÕES DO IMPACTO DA ANSIEDADE NA REPROVAÇÃO DE CANDIDATOS À AQUISIÇÃO DA CARTEIRA NACIONAL DE HABILITAÇÃO**” será avaliado por um Comitê de Ética em Pesquisa e concordar com o parecer ético emitido por este CEP, conhecer e cumprir as Resoluções Éticas Brasileiras, em especial a Resolução CNS 466/12. Esta Instituição está ciente de suas co-responsabilidades como instituição co-participante do presente projeto de pesquisa, e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos sujeitos de pesquisa nela recrutados, dispondo de infra-estrutura necessária para a garantia de tal segurança e bem-estar.

Autorizo os (as) pesquisadores (as) **Bruner de Moraes Miranda e Nilda Fernandes da Costa Santos**, realizarem a etapa de aplicação de questionários utilizando-se da infraestrutura desta Instituição.

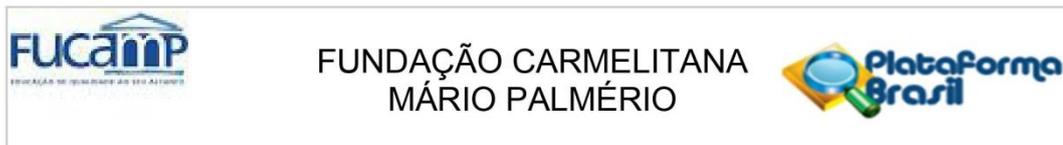
Coromandel 22 de Fevereiro de 2021.

Neide Fernandes da Costa Galvão

(Diretor de Ensino)

Santos e Galvão Ltda. – 03.960.847/0001-06

ANEXO B – Aprovação do Comitê de Ética e Pesquisas com Seres Humanos



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: PERCEPÇÕES DO IMPACTO DA ANSIEDADE NA REPROVAÇÃO DE CANDIDATOS À AQUISIÇÃO DA CARTEIRA NACIONAL DE HABILITAÇÃO

Pesquisador: Bruner de Moraes Miranda

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 44954621.6.0000.5627

Instituição Proponente: FUNDACAO CARMELITANA MARIO PALMERIO

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.632.549

Apresentação do Projeto:

O projeto visa apresentar o interesse em se pesquisar a correlação dos níveis de ansiedade em alunos de um Centro de Formação de Condutores e sua aprovação no teste para carteira de habilitação de motorista. O projeto traz sustentação teórica para o assunto, formalizando sua justificativa. Há no projeto cronograma e orçamento claros.

Objetivo da Pesquisa:

Visa investigar se o nível de ansiedade interfere no desempenho para a obtenção da carteira de habilitação. Avaliar como a ansiedade interfere física e mentalmente os candidatos.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Os riscos e benefícios foram apresentados de forma clara.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O projeto está bem descrito e encontra relevância científica.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Todos foram apresentados obrigatoriamente.

Recomendações:

Não há recomendações a serem feitas.

Endereço: Avenida Brasil Oeste, S/N

Bairro: CENTRO

CEP: 38.500-000

UF: MG

Município: MONTE CARMELO

Telefone: (34)3842-5272

E-mail: cep@unifucamp.edu.br



FUNDAÇÃO CARMELITANA
MÁRIO PALMÉRIO



Continuação do Parecer: 4.632.549

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

O projeto pode ser aprovado.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1710374.pdf	13/03/2021 09:23:29		Aceito
Folha de Rosto	folhaDeRosto.pdf	13/03/2021 09:22:39	Bruner de Moraes Miranda	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_Detalhado.pdf	01/03/2021 16:50:07	Bruner de Moraes Miranda	Aceito
Outros	Carta_de_Encaminhamento.pdf	01/03/2021 16:49:41	Bruner de Moraes Miranda	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Termo_de_Consentimento_Livre_e_Esclarecido.pdf	01/03/2021 16:49:04	Bruner de Moraes Miranda	Aceito
Outros	Termo_de_Retirada_de_CONSENTIMENTO_e_de_DADOS_DE_PESQUISA.pdf	01/03/2021 15:43:16	Bruner de Moraes Miranda	Aceito
Outros	Declaracao_Instituicao_Coparticipante.pdf	01/03/2021 15:30:12	Bruner de Moraes Miranda	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

MONTE CARMELO, 06 de Abril de 2021

Assinado por:
Cristina Soares de Sousa
(Coordenador(a))

Endereço: Avenida Brasil Oeste, S/N
Bairro: CENTRO CEP: 38.500-000
UF: MG Município: MONTE CARMELO
Telefone: (34)3842-5272 E-mail: cep@unifucamp.edu.br

Página 02 de 02

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Você acha que o fato de já ter sido reprovado em algum momento no processo de aquisição da CNH, colabora ou colaborou para aumentar a ansiedade?	13
Gráfico 2 - O quanto você acredita que a ansiedade prejudica o desempenho das pessoas no exame prático de direção?	15
Gráfico 3 - Quanto você se percebeu incomodado pelos sintomas físicos abaixo durante seu último exame prático de direção: tremores no corpo, sensação de falta de ar ou asfixia, suor excessivo, boca seca, tontura; náuseas; respiração ofegante ou falta de ar, urgência para ir ao banheiro, mãos frias e suadas, sensação de fraqueza ou cansaço, aumento da pressão sanguínea, taquicardia, dor no peito, formigamento, ondas de calor, tensão muscular, e sensação de desmaio?	16
Gráfico 4 - Quanto você se percebeu incomodado pelos sintomas psicológicos abaixo, durante seu último exame prático de direção: apreensão, medo, angústia, inquietação, insônia, aterrorizado, impaciente, frustrado, dificuldade de concentração, incapacidade de relaxar, sensação de estar "no limite"?	16
Gráfico 5 - Em seu último exame de direção, antes de iniciar a prova, qual estratégia você utilizou para controlar sua ansiedade?	17
Gráfico 6 - Em seu último exame de direção, antes de iniciar a prova, qual "outra" estratégia você utilizou para controlar sua ansiedade?	18
Gráfico 7 - Quais "pensamentos" passaram pela sua cabeça enquanto aguardava para fazer sua prova de direção e após ser reprovado (a)?	19
Gráfico 8 - Quais "outros" pensamentos passaram pela sua cabeça enquanto aguardava para fazer sua prova de direção e após ser reprovado (a)?	19

LISTA DE TABELA

Tabela 1 - Tabela de correlação Pearson20