

Agindo sobre o Medo de Dirigir

Mostra Local de: Cascavel

Categoria do projeto: I – Projetos em Andamento (projetos em execução atualmente)

Nome da Instituição/Empresa: Faculdade Anhanguera de Cascavel/ PR

Cidade: Cascavel

Contato: vinicius.r.siqueira@aedu.com

Autor (es): Vinicius Reis de Siqueira

Equipe:

Professor Vinicius Reis de Siqueira (coordenador do projeto).
Voluntários: alunos do 1o, 2o e 3o anos do curso de psicologia da Faculdade Anhanguera de Cascavel/PR

Parceria:

Faculdade Anhanguera de Cascavel/PR

Objetivo(s) de Desenvolvimento do Milênio trabalhado(s) pelo projeto: ODM 3 - Igualdade entre sexos e valorização da mulher

RESUMO

Através deste projeto de extensão busca-se melhorar a qualidade de vida de membros da comunidade de Cascavel e região que tem medo de dirigir (que em sua maioria são mulheres) e obter dados específicos inéditos sobre a utilização de uma relativamente nova abordagem psicoterápica, a Terapia de Aceitação e Comprometimento, no tratamento contra o medo de dirigir.

Palavras-chave:

Locomoção, Ansiedade, Tratamento, Qualidade de Vida, Pesquisa Experimental.

INTRODUÇÃO

O início do grupo Anhanguera Educacional remonta a 1994, com a fundação das Faculdades Integradas Anhanguera, na cidade de Leme, no Estado de São Paulo, por um grupo de professores liderado por Antônio Carbonari Netto e José Luis Poli. Em 2006, foram adicionados três novos Câmpus à rede de ensino da Companhia, sendo dois deles por meio da aquisição de duas mantenedoras nos Estados de Goiás e São Paulo e o outro mediante crescimento orgânico no Estado de São Paulo. Em 2011, a Companhia continuou sua expansão por meio da adição de 18 novos Câmpus à sua rede de ensino e da adição de um Câmpus pré-operacional em Brasília, além da descontinuidade de um de seus Câmpus na cidade de Ponta Porã, resultando em um total de 73 Câmpus até dezembro de 2011

1. JUSTIFICATIVA



Levando em conta que números apontam que no Brasil 16% da população sofre do medo de dirigir, este projeto busca levar as pessoas e lidar com este medo (que afeta em sua maioria mulheres) e assim alcançar independência de transporte e locomoção.

2. OBJETIVO GERAL

Procurar melhorar a qualidade de vida dos participantes que tem medo de dirigir utilizando-se de métodos e técnicas da Terapia de Aceitação e Comprometimento.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Verificar a eficácia e eficiência do tratamento baseado nos métodos e técnicas da Terapia de Aceitação e Comprometimento.
- Comparar estes dados com um outro grupo de indivíduos que passaram por um tratamento baseado em na Terapia Comportamental (que tem evidências de bons resultados neste tratamento).
- Comparar ainda estes dados a um grupo controle no qual nenhum tipo de tratamento foi realizado.

4. METODOLOGIA

Primeiramente foi elaborado a forma de tratamento baseado na terapia de aceitação e comprometimento. Em seguida foram treinados os colaboradores na utilização deste método/técnica, bem como do tratamento já criado e comprovado que funciona da terapia comportamental. Após o treinamento este projeto foi divulgado em redes sociais, radio e TV. Com o público que respondeu a esta divulgação foram formados 3 grupos de 20 pessoas (em média). Um grupo que utiliza a terapia de aceitação e comprometimento, um outro grupo que utiliza a terapia comportamental e um terceiro grupo controle que servirá de base para verificar o que acontece caso nenhum tratamento seja realizado.

5. MONITORAMENTO DOS RESULTADOS

Todos os participantes responderam ao questionário de Aceitação e Ação - II. Que servirá de base para verificar os níveis de ansiedade (o medo nada mais é do que um tipo de ansiedade) antes e depois da realização do projeto com os diversos grupos.

6. VOLUNTÁRIOS

Os alunos do primeiro, segundo e terceiros ano do curso de psicologia da Faculdade Anhanguera de Cascavel/PR

7. CRONOGRAMA

Setembro – treinamento

Outubro - Divulgação do projeto

Novembro - Realização do projeto

Dezembro - Finalização do projeto

8. RESULTADOS ALCANÇADOS

Os resultados esperados são de que através da realização deste projeto haja uma melhora dos participantes em sua forma de lidar com o medo de dirigir e consigam finalmente serem independentes e dirigir.

9. ORÇAMENTO

Não houve custos

10. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este projeto tem um cunho mais de pesquisa, mas se seus resultados forem positivos, podem demonstrar que tipo de tratamento é mais eficiente/eficaz no tratamento do medo de dirigir e assim direcionar que tipo de tratamento deveria ser reaplicado em outros grupos.

REFERÊNCIAS

Beck, A. T., Emery, G. & Greenberg, R. L. (1985). Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective. New York: Basic Books.

Bellina, C. (2003). Fobia de Dirigir. Revista da Associação Brasileira de Medicina de Tráfego, 42, 30-32.

Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Orcutt, H. K., Waltz, T. & Zettle, R. D. (2005). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire – II: A revised measure of psychological flexibility and acceptance.

Corassa, N. (2000). Vença o Medo de Dirigir. São Paulo, Gente.

Eifert, G. H. & Forsyth, J. D. (2005). Acceptance and Commitment Therapy for Anxiety Disorders: A Practitioner's Treatment Guide to Using Mindfulness, Acceptance, and Value-Guide Behavior Change Strategies. Oakland, New Harbinger.

Falcone, E. (1995). A relação entre o estresse e as crenças na formação dos transtornos de ansiedade. Em Zamignani (Org.), Sobre Comportamento e Cognição Vol. 3. Santo André: ARBytes.

Gurfinkel, A. C. (2001). Fobia. São Paulo, Casa do Psicólogo.

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change. New York, Guilford Press.