

## **EXPLORANDO AS RAÍZES DA ANGÚSTIA: PSICANÁLISE E O ENIGMA DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE (TA)**

**Mikaela Patrícia Gomes Rocha<sup>1</sup>**  
**Milena Alves Loiola<sup>2</sup>**  
**Pollyana Brandão Gomes<sup>3</sup>**

**polly.matipo@gmail.com**

**ÁREA DO CONHECIMENTO:** Ciências Humanas

### **RESUMO**

A ansiedade é um fenômeno que pode provocar medo e angústia em um paciente sobre situações que acontecem no cotidiano. Dessa forma, tanto o medo como a ansiedade podem ser considerados como sintomas patológicos a partir do momento que acontecem devido a uma preocupação excessiva. O objetivo do presente trabalho foi compreender como a teoria psicanalítica pode auxiliar no tratamento da ansiedade, destacando suas origens e manifestações, incluindo uma exploração das teorias psicanalíticas sobre fontes inconscientes da ansiedade. Trata-se de uma pesquisa realizada com trabalhos já existentes. Muitos estudos são realizados através de pesquisas bibliográficas, pois possibilita ao autor identificar diferentes perspectivas sobre uma única temática. Para confecção deste trabalho foram utilizados artigos e revistas selecionados no Google Acadêmico. Os resultados da pesquisa revelaram que a ansiedade é um sentimento que faz parte da vida das pessoas, e existem alguns fatores que fazem desencadear esses sintomas, como o estilo de vida que as pessoas levam atualmente. Sendo assim, no que se refere ao processo terapêutico na psicanálise, essa abordagem visa trazer maior visibilidade aos sintomas inconscientes, permitindo assim explorar a origem da ansiedade. Em síntese, a ansiedade é um fator que faz parte da vida das pessoas, trata-se de uma emoção normal e também importante de ser vivenciada. Os resultados mostram que a ansiedade mesmo sendo um sentimento vivenciado diariamente, é importante observar como ela se manifesta e se é prejudicial.

**PALAVRAS-CHAVE:** psicanálise; ansiedade; psicologia; transtorno.

### **1 INTRODUÇÃO**

Segundo Castelhana (2024), a ansiedade é um fenômeno que pode provocar medo e angústia em um paciente sobre situações que acontecem no cotidiano.

---

<sup>1</sup> Estudante do Curso de Psicologia do Centro Universitário Univértix

<sup>2</sup> Psicóloga, Professora do Centro Universitário Univértix

<sup>3</sup> Psicóloga, Mestre em Políticas Públicas e Desenvolvimento Local, Professora do Centro Universitário Univértix

Dessa forma, tanto o medo como a ansiedade podem ser considerados como sintomas patológicos a partir do momento que acontecem devido a uma preocupação excessiva. Nesta perspectiva, entende-se que a ansiedade é um fator presente na vida dos indivíduos, e quando acontece de maneira exagerada pode ocasionar em outras disfunções psicológicas.

A psicanálise busca entender o sujeito em sua subjetividade, para assim compreender o que causa sua ansiedade. Desse modo, Freud acredita que a ansiedade pode acontecer devido a traumas que foram causados na infância, assim o organismo cria mecanismos de defesa para enfrentar diversas situações. Por outro lado, os estudos de Lacan se destacaram através da estrutura diagnóstica sobre a neurose, psicose e perversão (Vasconcelos, 2021).

A pesquisa se justifica por apresentar um tema atual e necessário de ser compreendido e explorado. É importante reconhecer que a psicanálise é uma área de grande importância e que pode auxiliar tanto no diagnóstico como no tratamento de sintomas ansiosos.

Contudo, tem-se a seguinte questão norteadora: "Como a psicanálise contribui para a compreensão e abordagem da ansiedade, considerando suas origens, manifestações e possíveis estratégias terapêuticas?"

O objetivo do presente trabalho foi compreender como a teoria psicanalítica pode auxiliar no tratamento da ansiedade, destacando suas origens e manifestações, incluindo uma exploração das teorias psicanalíticas sobre fontes inconscientes da ansiedade, o papel dos mecanismos de defesa na sua manifestação e como a relação terapêutica pode ser utilizada para explorar e trabalhar os aspectos inconscientes da ansiedade.

Trabalhos como este são importantes para a contribuição do entendimento da ansiedade, além de fornecer informações para intervenção terapêutica e ampliação do conhecimento acadêmico. Portanto, trabalhos que investigam a relação entre psicanálise e ansiedade são importantes tanto para os profissionais como para a comunidade acadêmica, visto que fornece recursos valiosos e conhecimento sobre a temática.

## **2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

A psicanálise é uma teoria que desde seus primórdios não deixa de ser conhecida. Sigmund Freud, nascido em 1856 foi o principal fundador dessa abordagem. Sua formação em medicina, assim como os demais colaboradores ajudaram a demonstrar a importância de sua teoria. Levando em consideração os conceitos formulados por Freud, um modelo de terapia era o de associação livre, em que o paciente tinha o direito de falar aquilo que viesse a mente, podendo expressar todas as suas angústias (Leite; Macedo; Andrade, 2021).

Haja vista os estudos da psicologia e saúde mental, salienta-se que os transtornos mentais estão sendo foco de estudos e reportados com mais frequência sobre sua importância. Pensando nos transtornos mentais, um que vem ganhando cada vez mais visibilidade é o transtorno de ansiedade, que diferente de uma ansiedade “normal” acontece quando gera sofrimento excessivo e impossibilita a pessoa de realizar atividades em seu cotidiano (Vasconcelos, 2021).

Posto isto, os diagnósticos desse transtorno ganharam maior visibilidade entre os séculos XIX e XX, com a publicação do DSM III (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais). Neste documento, foram descritas as principais observações de Freud sobre a ansiedade, ele afirmava que este sintoma fazia parte de quadro neurótico, mas com a publicação do DSM III, a ansiedade é considerada como um quadro clínico específico (Viana, 2010).

Dessa forma, o diagnóstico de um transtorno em psicanálise se difere um diagnóstico médico, uma vez que o último busca identificar apenas uma doença. A psicanálise atua no tratamento de um transtorno através das técnicas desenvolvidas e da escuta livre daquilo que o paciente leva para sessão (Vasconcelos, 2021).

Levando em consideração os sintomas ansiosos, estes podem ser percebidos através de dores no peito, falta de ar, angústia, medo, compulsões, entre outros. Neste sentido, o tratamento psicológico é fundamental no processo de tratamento da ansiedade, assim como a abordagem que deve ser aplicada (Lisboa, 2023).

Todavia, a psicanálise traz à tona possíveis maneiras de tratar esses sintomas ansiosos, sejam estes típicos ou patológicos. Os sintomas típicos são aqueles que causam desconforto, mas que não atrapalham o sujeito a desenvolver atividades em seu cotidiano. Já os sintomas patológicos podem gerar prejuízo a

longo prazo, fazendo com que o indivíduo possa desenvolver alguma doença, além de prejudicar a realização de atividades diárias (Castelhana, 2024).

Em seus primórdios a psicanálise ficou conhecida através dos estudos realizados por Freud, e dos métodos que eram utilizados, como a hipnose, que tinha como objetivo identificar o sintoma dos pacientes. Portanto, durante os estudos que foram realizados sobre histeria nas mulheres, no qual o objetivo era tornar consciente o que estava inconsciente, percebe-se que um tratamento eficaz para descobrir experiências passadas e traumas vivenciados por mulheres era o método de associação livre em que a pessoa poderia falar livremente sobre qualquer assunto (Dias, Junior, 2022).

Assim, no contexto da psicanálise os sintomas ansiosos são vistos como uma situação desagradável que é acompanhada por uma sensação de medo e angústia. No entanto, medo e angústia possuem significados diferentes, pois o medo acontece quando uma determinada situação esta agindo sobre a pessoa, já a angústia se manifesta através de uma relação interna, em que o sujeito age sobre uma situação que pode ter acontecido no passado ou presente, mas que mesmo assim precisa lidar com as consequências de suas ações, uma vez que cada indivíduo é responsável por seus atos (Dias, Junior, 2022).

### **3 METODOLOGIA**

Este trabalho faz parte de uma revisão bibliográfica. De acordo com Lunetta e Guerra (2023), trata-se de uma pesquisa realizada com trabalhos já existentes. Muitos estudos são realizados através de pesquisas bibliográficas, pois possibilita ao autor identificar diferentes perspectivas sobre uma única temática. No entanto, esta pesquisa consiste no levantamento de informações e revisão de diversas obras. Para realizar esse tipo de pesquisa, é importante que o pesquisador se dedique a explorar várias obras e selecionar as que se relacionam como tema do trabalho.

Para confecção deste trabalho foram utilizados artigos e revistas selecionados no Google Acadêmico. Ademais, para melhor caracterizar o objetivo do trabalho, foram destacadas palavras chaves como “psicanálise e Freud”, no qual foram encontradas 16.100 publicações e selecionada uma pesquisa. Em seguida, foi

utilizado o termo “psicanálise e ansiedade”, que contam com 13.600 trabalhos, destes foram selecionadas quatro pesquisas.

Sendo assim como critério de inclusão os artigos deveriam estar relacionados com o tema proposto, a fim de relacionar a ansiedade dentro de um viés psicanalítico. Excluem-se da pesquisa todos os trabalhos que não estão relacionados com a psicanálise e ansiedade.

Este estudo faz parte do cumprimento do Estágio Supervisionado Específico I do Curso de Psicologia do Centro Universitário Univértix.

#### **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Do ponto de vista de Freud, a ansiedade como uma situação de perigo, que poderia gerar sofrimento no sujeito. Dessa forma, a psicanálise busca investigar a origem desses sintomas. Essa ansiedade pode acontecer devido a algum trauma que foi vivenciado na infância, e que devido a falta de tratamento ou identificação desses sintomas, a ansiedade retorna na vida adulta através de sentimentos negativos, angústias, dores, entre outros sintomas (Vieira; Vieira, 2024).

Diante do exposto, a ansiedade pode ser considerada como conflitos internos não resolvidos, muitas vezes direcionados ao inconsciente. Desse modo, Freud descreve diversos tipos de ansiedades, como a ansiedade realística e a ansiedade neurótica. A primeira trata-se de uma ansiedade que surge por meio de situações reais. Já a ansiedade neurótica pode ser compreendida através de conflitos internos vivenciados pelo sujeito (Dias, Junior, 2022).

Todavia, os sintomas ansiosos também estariam relacionados com a ansiedade de separação na infância, que acontece devido a separação de uma figura de apego, desencadeando na criança sentimentos de abandono (Dias, Junior, 2022).

Sendo assim, explorar as raízes da angústia no contexto da psicanálise em relação ao transtorno de ansiedade é desafiador, visto que é uma abordagem que é uma abordagem complexa. No entanto, o estudo sobre a psicanálise e ansiedade destaca que alguns comportamentos, pensamentos e emoções são influenciados pelo inconsciente, então, levando em consideração os sintomas ansiosos, estes podem ser resultados de situações que não foram desenvolvidas de forma

adequada, e que de alguma forma se tornaram um problema maior, e “transformados” em traumas (Andrade *et al.*, 2019).

Logo, associando a psicanálise ao transtorno de ansiedade, é enfatizado que as experiências que formaram esse transtorno são advindas do passado, o que pode ter contribuído para o desenvolvimento de pensamentos e comportamentos ansiosos. Posto isto, a causa dessa ansiedade pode ser investigada através das diversas experiências que são vivenciadas na infância, seja no contexto familiar ou em outras experiências que marcaram a vida do sujeito (Abrahão; Lopes, 2022).

No que se refere ao processo terapêutico na psicanálise, essa abordagem visa trazer maior visibilidade aos sintomas inconscientes, permitindo assim explorar a origem da ansiedade. Posto isto, o objetivo da terapia não é acabar de vez com o sofrimento, mas identificar sua causa e propor um tratamento adequado para promover uma melhor qualidade de vida para o paciente (Vasconcelos, 2021).

Por conseguinte, a psicanálise é uma abordagem de grande importância para o tratamento do transtorno de ansiedade, pois além de considerar os aspectos individuais de cada sujeito, no decorrer do tratamento terapeuta e cliente podem trabalhar com o intuito de explorar as origens da ansiedade, fazendo com que o paciente possa ter insights sobre pensamentos e comportamentos ansiosos, além de compreender como eventos passados influenciam na tomada de decisão e na maneira de agir diante de situações conflituosas. Perante o exposto, outra característica do tratamento seria tornar consciente tudo aquilo é inconsciente (Leite; Macedo; Andrade, 2021).

Logo, a ansiedade é um sentimento que faz parte da vida das pessoas, e existem alguns fatores que fazem desencadear esses sintomas, como o estilo de vida que as pessoas levam atualmente. Durante o dia-a-dia existe muita cobrança e tarefas a serem realizadas, o que pode gerar ansiedade para cumprir determinadas tarefas, e quando uma meta não é cumprida da maneira como se esperava pode acontecer de gerar angústia ou sentimentos ruins (Vasconcelos, 2021).

Contudo, vale ressaltar que o tratamento para este e qualquer tipo de transtorno pode ser um processo longo e desafiador, por isso também é importante que tanto o terapeuta como o paciente estejam dispostos a trabalhar em conjunto

para lidar com os problemas que podem surgir durante o processo terapêutico (Lisboa, 2023).

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em síntese, a ansiedade é um fator que faz parte da vida das pessoas, trata-se de uma emoção normal e também importante de ser vivenciada. Os resultados mostram que a ansiedade mesmo sendo um sentimento vivenciado diariamente, é importante observar como ela se manifesta e se é prejudicial. Analisar os resultados obtidos com essa pesquisa é necessário para compreender quais os principais desafios de pessoas que lidam com o transtorno de ansiedade, além de explorar a importância da psicanálise no tratamento deste transtorno.

## REFERÊNCIAS

ABRAHÃO, Taís Batizaco; LOPES, Alda Penha Andrello. Principais causas do estresse e da ansiedade na sociedade contemporânea e suas consequências na vida do indivíduo. **Contradição-Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas e Sociais**, v. 3, n. 1, 2022. Disponível em: <https://revista.unifatecie.edu.br/index.php/revcontrad/article/view/39>. Acesso em 03 de jun. de 2024.

ANDRADE, João Vitor; Pereira, Luiza Possa; Vieira, Patrícia Antonieta; Silva, José Vitor Soares da; Silva, Amanda de Macedo; Bonisson, Marina Barbosa; DE CASTRO, Juliana Viana Rodrigues. ANSIEDADE, UM DOS PROBLEMAS DO SÉCULO XXI. **Revista de Saúde ReAGES**, Paripiranga (BA), n.4, v.2, p.34-39, janeiro/junho 2019. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Joao-Andrade-13/publication/334414107\\_ANSIEDADE\\_UM\\_DOS\\_PROBLEMAS\\_DO\\_SECULO\\_XI/links/5d27fb4292851cf4407a7e16/ANSIEDADE-UM-DOS-PROBLEMAS-DO-SECULO-XXI.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Joao-Andrade-13/publication/334414107_ANSIEDADE_UM_DOS_PROBLEMAS_DO_SECULO_XI/links/5d27fb4292851cf4407a7e16/ANSIEDADE-UM-DOS-PROBLEMAS-DO-SECULO-XXI.pdf). Acesso em 03 de jun. de 2024.

CASTELHANO, Marcos Vitor Costa. A ansiedade e as repercussões na vida psíquica na contemporaneidade: um diálogo entre a psicanálise e os estudos psicobiológicos. **REDES-Revista Educacional da Sucesso**, v. 4, n. 1, p. 186-197, 2024. Disponível em: [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/N+A+ANSIEDADE+E+AS+REPERCUSS%C3%95ES+NA+VIDA+PS%C3%8DQUICA+NA+CONTEMPORANEIDADE+\(1\)%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/N+A+ANSIEDADE+E+AS+REPERCUSS%C3%95ES+NA+VIDA+PS%C3%8DQUICA+NA+CONTEMPORANEIDADE+(1)%20(1).pdf). Acesso em 07 de abr. de 2024.

DE LUNETTA, Avaetê; GUERRA, Rodrigues. Metodologia da pesquisa científica e acadêmica. **Revista OWL (OWL Jornal) -Revista Interdisciplinar de Ensino e**

**Educação**, v. 1, n. 2, p. 149-159, 2023. Disponível em: <https://revistaowl.com.br/index.php/owl/article/view/48>. Acesso em 07 de abr. de 2024.

DIAS, Darlei Barbosa; JUNIOR, João Camilo de Souza. **A angústia em Freud e em Lacan: uma análise do conceito**. UNIFUCAMP - Centro Universitário Mário Palmério. 2022. Disponível em: <http://repositorio.fucamp.com.br/bitstream/FUCAMP/640/1/Angustiaem.pdf>. Acesso em 03 de maio de 2024.

LEITE, Renata Franco; MACEDO, Fernanda Nunes; ANDRADE, Sara Bezerra Costa. Psicanálise: uma revisão didática sobre as principais contribuições de Freud. **Estudos de Psicanálise**, n. 55, p. 255-259, 2021. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0100-34372021000100024&script=sci\\_arttext](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0100-34372021000100024&script=sci_arttext). Acesso em 07 de abr. de 2024.

LISBOA, Jéssica Lorraine Gomes. Tratamento psicológico na clínica escola de psicanálise em pacientes com sintomas de ansiedade. **Repositório Fama**. 2023-11-16. Disponível em: <https://repositorio.faculdefama.edu.br/xmlui/handle/123456789/248>. Acesso em 07 de abr. de 2024.

SANTANA, Dafiny Ivana Pedro; CRUZ, Widiane de Souza. Psicanálise e sofrimento psíquico: um olhar para graduandos de psicologia. **Repositório Fama**. 2023-11-16. Disponível em: <https://repositorio.faculdefama.edu.br/xmlui/handle/123456789/241>. Acesso em 07 de abr. de 2024.

VASCONCELOS, Paula Vanesca de Oliveira Fernandes. A compreensão diagnóstica da ansiedade para a psicanálise e para a psiquiatria: um estudo comparativo. Faculdade Ari de Sá, **Repositório Institucional**. 2021. Disponível em: <https://repositorio.faculdearidesa.edu.br/handle/hs826/141>. Acesso em 07 de abr. de 2024.

VIANA, Milena de Barros. **Mudanças nos conceitos de ansiedade nos séculos XIX e XX: da “Angstneurose” ao DSM-IV** / Milena de Barros Viana. – São Carlos: UFSCar, 2010. 240 f. Tese (Doutorado) – Universidade Federal de São Carlos, 2010. Disponível em: <https://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/4780/3194.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em 09 de abr. de 2024.

VIEIRA, Delma Santos; VIEIRA, José Moacir de Sousa. A complexidade da ansiedade na abordagem freudiana: um estudo sobre suas origens, manifestações e impacto na psicanálise. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 5, p. e4106-e4106, 2024. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/4106>. Acesso em 31 de maio de 2024.