

REBES REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO E SAÚDE

ISSN - 2358-2391



GVAAG - GRUPO VERDE DE AGROECOLOGIA E ABELHAS - POMBAL - PB
Artigo Científico

A timidez numa perspectiva psicanalítica: avaliando o problema numa escola pública estadual de ensino fundamental, no município de Aguiar, Paraíba

Josefa Rodrigues da Silva

Professora da rede pública, mestre em Psicanálise Aplicada na Educação e Saúde, pela UNIDERC

E-mail: jrnsida@yahoo.com.br

Iraquitã José Leite Ribeiro

Docente, mestre em Ensino das Ciências, pela UFRPE e doutor em Psicanálise Aplicada na Educação e Saúde, pela UNIDERC

Resumo: Trata-se de um estudo de natureza de natureza descritiva, de caráter exploratório e de uma abordagem quantitativa, objetivando verificar, sob a visão psicanalítica, se as relações socioafetivas interferem no processo de aprendizagem das crianças tímidas, numa escola pública do município de Aguiar, Estado da Paraíba. Ficou demonstrado que a timidez é um grande problema a ser vencido, principalmente, ainda na idade escolar, sendo por esta razão, necessário que o professor saiba identificar o aluno com problemas deste tipo. E, que no exercício de suas funções, o educador pode ajudar seus alunos tímidos a superarem esse problema. No entanto, o mais importante a ser colocado é que tanto os professores como as instituições educacionais têm inúmeras possibilidades para auxiliarem na superação dessa doença. Quando a aplicação dos questionários junto aos alunos, pode-se comprovar que mais da metade dos entrevistados ressaltaram que são tímidos ou apresentam traços de timidez. Desta forma, os resultados da presente pesquisa servirão para os professores da escola que serviu como campo de pesquisa, passem a olharem com mais atenção para seus alunos, identificando aqueles que apresentam algum tipo de timidez, direcionando, em seguida, uma atenção mais especial para esse alunos. Isto por que o educador, também, responsável pela formação da criança.

Palavras-chave: Timidez. Implicações na Aprendizagem. Visão Psicanalítica.

Shyness in a psychoanalytic perspective: assessing the problem in a state school elementary school in the municipality of Aguiar, Paraíba

Abstract: This is a study of nature of nature descriptive, exploratory and quantitative approach, aiming to verify, in the psychoanalytic view, if the social-affective relationships interfere with the learning process of shy children in a public school in the municipality of Aguiar, State of Paraíba. Demonstrated that shyness is a big problem to overcome, mainly still at school age, and therefore, necessary that the teacher knows the student identify with these issues. And, in the exercise of its functions, the educator can help your shy students overcome this problem. However, the most important being placed is that both teachers and educational institutions have helped countless possibilities for overcoming this disease. When the questionnaires to the students, it can be verified that more than half of the respondents pointed out that they are shy or have traces of shyness. Thus, the results of this study will be to the school teachers who served as a research field, start to look more closely at their students, identifying those who have some kind of shyness, directing, then a more particular attention to this student. This is because the educator also responsible for the formation of the child.

Keywords: Shyness. Implications for Learning. Psychoanalytic vision.

1 Introdução

Na Psicanálise, a timidez é vista como uma percepção mental distorcida, que somente adquire sentido em função da presença, e, em especial, 'do olhar do outro, conforme foi definido por Freud (ZIMERMAN, 2001).

Para melhor compreender a dimensão do problema, promoveu-se uma análise a partir das ideias de Lacan, Freud e Maraine Klein, priorizando as concepções de Freud, esboçadas ao longo do presente trabalho, tendo em vista a necessidade de se apresentar as múltiplas características dos tímidos, bem como a forma negativa

como acham que são observados ou julgados. E, procurando estabelecer uma conexão com o contexto escolar (MILTON et al., 2008).

Conceituar timidez é uma tarefa difícil e porque não dizer, bastante complexa. Por mais análise que se promova sobre o referido termo, sempre surgem novas variedades, de forma que não há como se apresentar uma definição completa ou acabada sobre a timidez, partindo do princípio de que se trata de algo que varia de acordo com cada indivíduo (PEREZ; DIAS, 2011).

Os tímidos acreditam ter menos domínio das habilidades sociais e se afastam de situações onde tenham que se mostrar. A timidez faz as pessoas falarem menos e darem mais pausas nas conversas, tornando-se assim um fator de limitação. Em situações sociais, os tímidos têm problemas de concentração porque ficam muito preocupados consigo próprios, com a possível projeção de uma imagem ruim para os outros (EISEN; ENGLER, 2008).

Informa Zimbardo (2002, p. 20), que o primeiro registro que se tem sobre a palavra 'tímido' data do ano de 1000 D.C., encontrando-se num poema anglo-saxônico, oportunidade em que foi empregada para designar aquele indivíduo que se "que se assusta facilmente".

No contexto atual, quando se afirma que alguém é tímido, está se referido a uma dificuldade que ele apresenta, estimulada pelo acanhamento, pela prudência ou pela desconfiança. De forma que um indivíduo considerado tímido é difícil de ser abordado, bem como o mesmo enfrenta dificuldades de se relacionar com seus pares, em qualquer contexto, principalmente, no âmbito social.

De acordo com Mascarenhas (2007), a pessoa tímida com baixa autoestima aprisiona-se em si, cria cenas de rejeição, imagina-se excluída e inferior, passa a maior parte do tempo criando cenas nas quais não se sairá bem e sente-se inferiorizado.

Com uma grande frequência, aquelas pessoas consideradas tímidas, sentem ansiedade quando participam de uma interação social, passando a se sentir "constrangida na presença de outros" (ZIMBARDO, 2002, p. 21).

Desta forma, percebe-se que a timidez traz sérias consequências para a vida do ser humano, limitando-se, isolando-o, retirando dela a oportunidade de participação e de expressar sua própria vontade. Ressaltam Santos e Zuse (2001, p. 113) que "a maioria das pessoas tímidas não reclama de suas aflições, de suas dificuldades e acaba por se fechar em seu mundo".

Não é tão difícil identificar uma criança tímida. Sempre, ela procura ficar sozinha, tanto na escola como em casa. Ela não se sente bem no meio de um grande grupo de pessoas. No contexto escolar, o aluno tímido sempre tem um livro na mão e geralmente joga sozinho, possuindo um aspecto que lhe faz ser classificado como introvertidos. Assim, ao procederem desta forma, os tímidos se recolhem ao isolamento próprio, mantendo-se afastados de todos e de tudo. Esta atitude pode acarretar sérias consequências de ordem psicológica, tendo em vista que ocorre uma grande alteração na forma de vida do ser humano.

Ainda segundo Santos e Zuse (2001, p. 113), "a timidez é um mal que atua em silêncio e que pode vir a prejudicar a conquista dos objetivos pessoais e profissionais".

O isolamento no qual o tímido vive mergulhado se configura como sendo um limite à sua própria existência e ao seu desenvolvimento profissional. No contexto atual, onde a competitividade caracteriza as relações profissionais, não existe lugar para o tímido.

Ressaltam Bavoso (2004) que os tímidos são pessoas que vivem com grande intensidade as emoções de base, são pessoas que percebem com mais força as emoções ligadas aos fracassos sociais, como o embaraço e a vergonha.

Deve-se ressaltar que a maioria dos problemas de timidez tem origem na infância, de forma que com grande frequência, a criança com idade escolar que é tímida, enfrenta dificuldades em seu processo educativo, por razões diversas.

Quando se analisa os comportamentos que podem ser observados numa criança tímida, percebe-se o quanto prejudicial é a timidez para o desenvolvimento do ser humano. Ela não somente inibe a convivência social como também inviabiliza a criança como um todo, retirando dela a oportunidade de conviver com outras crianças, de participar do processo educativo de forma completa, de trocar ideias/conhecimentos ou experiências com outras crianças, de participar das brincadeiras ou atividades desenvolvidas no contexto da sala de aula ou até mesmo de ser um sujeito ativo no processo de ensino aprendizagem.

Uma pesquisa realizada por Zimbardo (2002) mostra que a timidez é um fenômeno comum, generalizado e universal. Noutras palavras, até mesmos nas comunidades mais desenvolvidas no mundo é possível se encontrar pessoas tímidas, definidas como 'tímidos crônicos'. Santos e Zuse afirmam que "as pessoas não nascem tímidas, elas se tornam tímidas por um complexo de inferioridade que viveram" (2001, p. 113).

Partindo deste princípio, a timidez é algo adquirido, cujas origens estão sempre nos chamados complexos de inferioridade, que somente são superados mediante uma intervenção adequada, que, em muitos casos, exige um trabalho multidisciplinar.

Acrescentam Crawford e Taylor (2000), que a timidez tem pode ter como origem as seguintes variantes: maus tratos de colegas; padrões adotados pela família; pais tímidos, repressões; situações em que houve humilhações e traumas.

Assim sendo, o desenvolvimento da timidez tem sempre um histórico, que pode ter tido início na infância ou em outra fase da vida, mas foi se desenvolve de forma silenciosa. Entretanto, para vencer a timidez, as pessoas precisam, acima de tudo, serem "tolerantes consigo mesmas, convencendo-se que os outros não estão, constantemente, a observá-las e a julgá-las, e que não são o centro das atenções como pensam ser" (ALBISSETI, 1998, p. 31).

A timidez modifica completamente o ser humano, tornando-o um indivíduo territorial, que deseja sempre possui um espaço privado. Ele se sente feliz estando

sozinho e até no meio de uma multidão, ele consegue se sentir solitário.

Por seu tímido, ele evita frequentar festas, prefere fazer o trabalho escolar sozinho, ao invés de participar de um grupo. É sempre reservado, não gostando de ser o centro das atenções. Os tímidos não compartilham o que pensam com outras pessoas. Ele pensa bem antes de falar, concentrando-se bem e profundamente. Limita seus interesses e procura selecionar as atividades das quais deve participar, com cuidado e ponderação. São essas algumas das repercussões da timidez ao longo do processo existencial do indivíduo, que é considerado como tímido.

2 Materiais e métodos

2.1 Tipo do estudo

O presente estudo é de natureza descritiva, de caráter exploratório e possui uma abordagem quantitativa. O referido estudo foi desenvolvido durante o mês de julho de 2014, objetivando verificar, numa visão psicanalítica, se as relações socioafetivas interferem no processo de aprendizagem das crianças tímidas, numa escola pública do município de Aguiar, Estado da Paraíba.

2.2 Universo e sujeitos da pesquisa

O universo escolhido para realização desta pesquisa foi o corpo docente da Escola Estadual de Ensino Fundamental 'Bernardino Bento, localizada na cidade de Coremas, Estado da Paraíba, bem com os alunos devidamente matriculados na referida escola. Para formar a amostra, de forma aleatória, foram escolhidos 10

professores que exerçam suas atividades docentes na referida escola campo de pesquisa. No segmento aluno, escolheu-se 30 discentes.

2.3 Instrumentos da pesquisa

Na coleta dos dados, será utilizado dois questionários, previamente elaborados, contendo questões subjetivas, relacionadas aos seguintes tópicos: aspectos da timidez no aluno, consequências da timidez no processo educativo; como é possível superar a timidez, formas de superação da timidez, contribuição da psicanálise na superação da timidez, como o professor identifica um aluno com timidez e dificuldades enfrentadas pelos alunos considerados como sendo tímidos.

2.4 Procedimento de análise dos dados

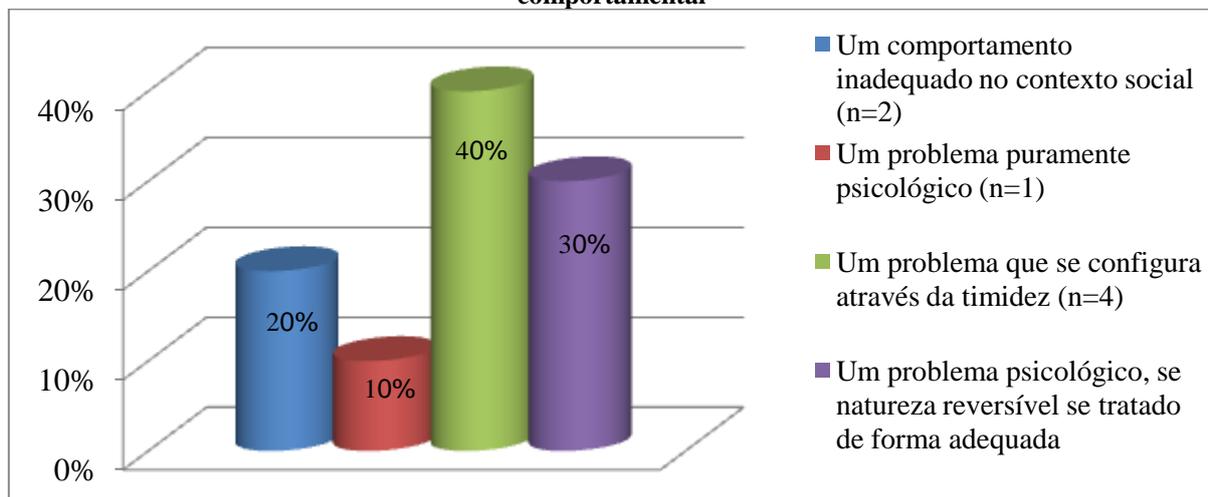
Após a coleta, os dados foram analisados de forma quantitativamente, oportunidade em que se utilizou do modelo descritivo. Os referidos dados analisados foram apresentados em Gráficos e posteriormente comentados à luz da literatura pertinente.

3 Resultados e discussão

3.1 Dados colhidos juntos aos professores

Num primeiro momento, procurou-se saber dos professores entrevistados, o que eles entendem por inibição social ou inibição comportamental. As respostas obtidas com esse questionamento foram transformadas em dados e apresentadas no Gráfico 1 a seguir.

Gráfico 1: Distribuição dos professores participantes quanto ao que é por inibição social ou inibição comportamental



Quando se analisa o Gráfico 1 verifica-se que segundo 20% dos professores entrevistados a inibição social é um comportamento inadequado no contexto social; 10% entendem como um problema puramente psicológico; 40% compreendem como sendo um problema que se configura através da timidez e os demais (30), como um problema psicológico, de natureza reversível se tratado de forma adequada.

De acordo com Santos e Zuse:

[...] a timidez é uma doença social que causa infinitos prejuízos pessoais, atinge uma parcela considerável da população mundial, e passa despercebida ao longo dos anos, até que o tímido tome uma decisão e busque, com perseverança, a solução para seus problemas. Se não for

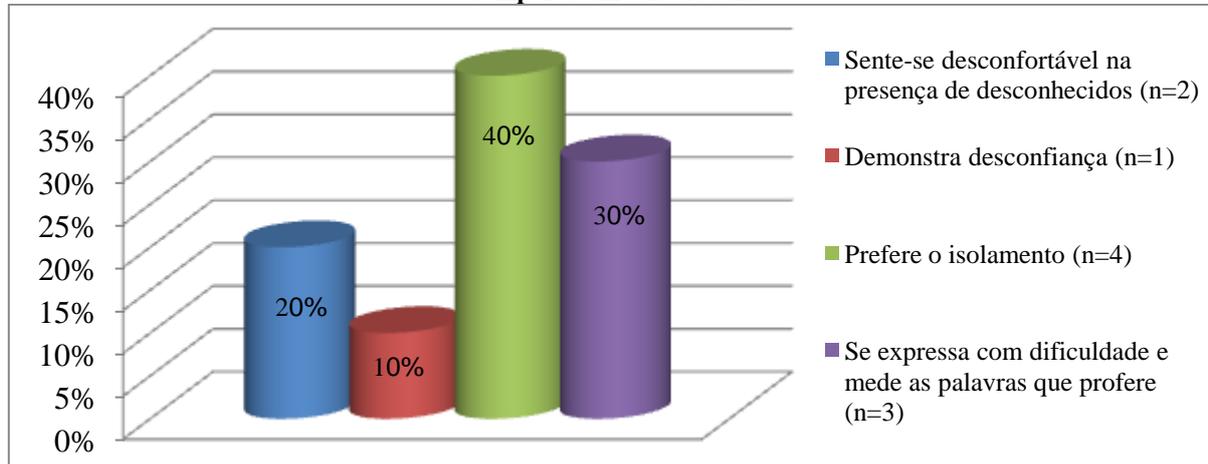
trabalhada, a timidez pode levar o enfermo à ruína, ao esgotamento físico e psicológico (2011, p. 111).

Verifica-se a timidez é um grande obstáculo ao desenvolvimento de qualquer pessoa. Esse problema se torna maior quando não é superado na infância. Por essa razão a necessidade de se identificar aqueles alunos que

apresenta alguns traços de timidez, evitando, assim, que entre estes tal problema evolua.

Através do segundo questionamento, perguntou-se aos professores que participaram desta pesquisa, como um aluno tímido se comporta em sala de aula. Os dados colhidos foram apresentados no Gráfico 2.

Gráfico 2: Distribuição dos professores participantes quanto à forma como um aluno tímido se comporta em sala de aula



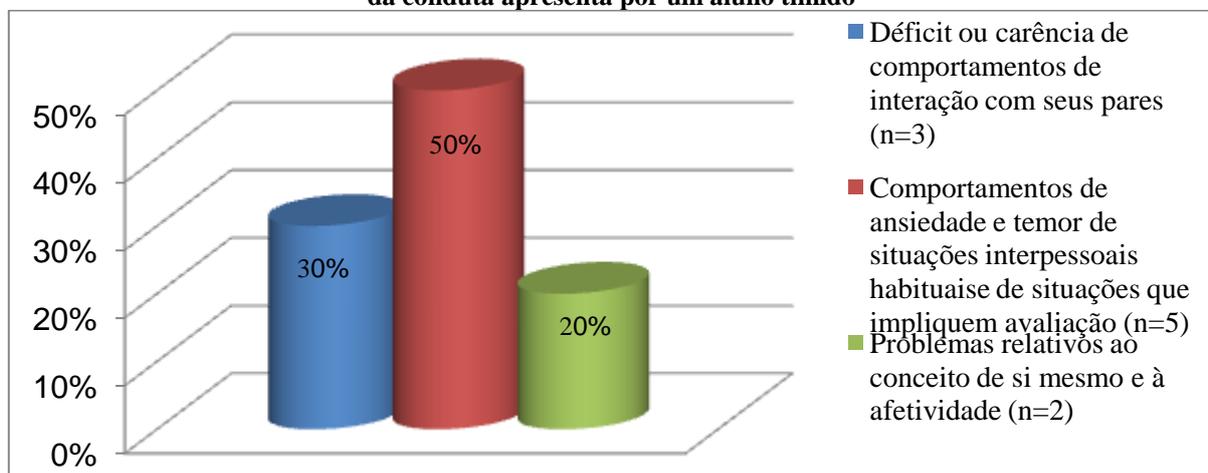
Os dados apresentados no Gráfico 2 demonstram que na opinião de 20% dos professores entrevistados, um aluno tímido em sala de aula se sente desconfortável na presença de desconhecidos; 10% destacara que este demonstra desconfiança; 40% afirmaram que o aluno tímido prefere o isolamento e 30% ressaltaram que sempre o aluno tímido se expressa com dificuldade e mede as palavras que profere.

Dissertando sobre os problemas de timidez apresentados pelas crianças em idade escolar, Bavo afirma que geralmente, os tímidos “evitam situações geradoras de ansiedade e apresentam déficits em habilidades sociais. Por terem dificuldade em se ligar afetivamente a outras pessoas, manifestam sentimentos de solidão e isolamento, que muitas vezes o levam à depressão” (2004, p. 12).

É importante destacar que crianças com déficit de relações interpessoais e uma tendência estável e acentuada de fuga do contato social com outras pessoas. E, que aquelas crianças que permanecem muito tempo sozinhas, que interagem pouco e que mantêm relações insuficientes ou insatisfatória com seus pares, principalmente, no contexto escolar, isolando-se dos demais, precisam de uma maior atenção por parte do professor.

Através do terceiro questionamento, perguntou-se aos professores entrevistados quais as principais manifestações de conduta apresenta pelos alunos que sofrem de timidez. O Gráfico 3 diz respeito a esse questionamento.

Gráfico 3: Distribuição dos professores participantes quanto às principais manifestações da conduta apresenta por um aluno tímido



Quando se analisa os dados contidos no Gráfico 3 verifica-se que segundo 30% dos professores entrevistados, o aluno tímido apresenta déficit ou carência de comportamentos de interação com seus pares; 50% afirmaram que tal aluno apresenta comportamentos de ansiedade e temor, diante de situações interpessoais habituais e de situações que impliquem avaliação, enquanto de 20% ressaltaram que o aluno tímido sempre apresenta problemas relativos ao conceito de si mesmo e à afetividade.

De acordo com Silveira, o aluno com timidez apresenta “déficit ou carência de comportamentos de interação com pares ou adultos”, bem como “comportamentos de ansiedade, temor, preocupações e pensamentos negativos diante de situações interpessoais

habituais e de situações que impliquem avaliação” (2008 p. 13).

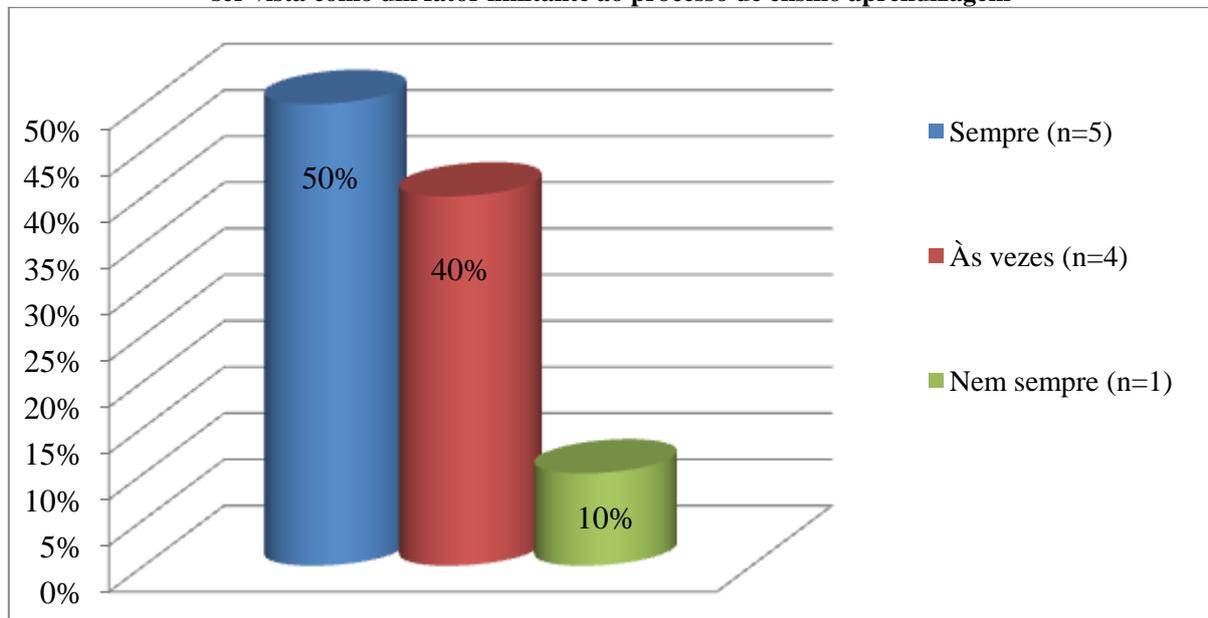
Pelo demonstrado, verifica-se que a timidez impõe ao aluno diversas manifestações que:

- limitam sua interação com outras pessoas;
- alteram seu comportamento;
- trazem preocupações e pensamentos negativos;
- diminuem a autoestima;
- leva-o a emocionalidade excessiva, à tristeza ou depressão;
- reduz a sua qualidade de vida.

Através do último questionamento, procurou-se saber dos professores se a timidez pode ser vista como um fator limitante ao processo de ensino aprendizagem.

O Gráfico 4 apresenta os dados colhidos com esse questionamento.

Gráfico 4: Distribuição dos professores participantes quanto ao fato se a timidez pode ser vista como um fator limitante ao processo de ensino aprendizagem



A análise do Gráfico 4 permite concluir segundo 50% dos docentes entrevistados, a timidez sempre pode ser vista como um fator limitante ao processo de ensino aprendizagem; 40% declaram que às vezes, a timidez pode limitar o referido processo, enquanto que 10% afirmaram que nem sempre isto ocorre.

É importante ressaltar que o aluno tímido é retraído e sempre procura se isolar. E, em face dessa situação, nem sempre consegue acompanhar o conteúdo que está sendo desenvolvido em sala de aula.

Nesse sentido, destacam Crawford e Taylor “um dos maiores problemas com a pessoa tímida é que sua atenção, com frequência, não abarca muita coisa. Ela pode perder o fio da meada do que o outro está dizendo” (2000, p. 74).

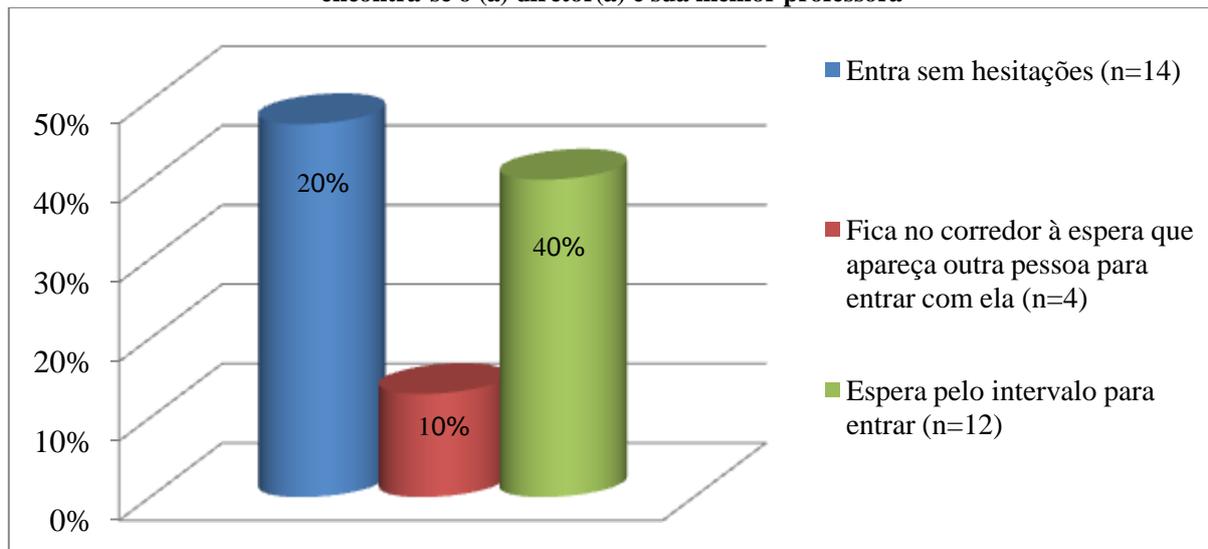
Desta forma, percebe-se que a timidez pode atrapalhar o desempenho dos alunos, limitando o seu aprendizado, trazendo, assim, sérias, consequências para o processo educativo. Isto porque a timidez na infância

configura-se uma dificuldade de relacionamento, e, por essa razão, prejudica o desenvolvimento e a aquisição de conhecimento por parte da criança, dificultando o seu aprendizado.

4.2 Dados colhidos juntos aos alunos

Num primeiro momento, procurou-se saber dos alunos que participaram da presente pesquisa o que eles fazem quando chegam atrasados a um evento na escola e apercebem de que a entrada fica de frente para a mesa na qual encontra-se o (a) diretor(a) e sua melhor professora. As respostas obtidas com esse questionamento foram transformadas em dados e apresentadas no Gráfico 5.

Gráfico 5: Distribuição dos alunos participantes quanto ao que fazem quando chegam atrasados a um evento na escola e percebem de que a entrada fica de frente para a mesa na qual encontra-se o (a) diretor(a) e sua melhor professora



Quando se analisa os dados contidos no Gráfico 5, verifica-se que 47% dos alunos entrevistados quando chegam atrasados a um evento na escola e percebem de que a entrada fica de frente para a mesa na qual encontra-se o (a) diretor(a) e sua melhor professora, entram sem hesitação; 13% declararam que ficam no corredor à espera que apareça outra pessoa para entrar com ela e outros 40%, afirmaram que esperam pelo intervalo para entrar.

Quando se soma aqueles alunos que afirmaram que esperam no corredor um pouco mais, com aqueles que esperam o intervalo, verifica-se que totalizam 53% dos participantes. Logo, conclui-se que a maioria possui algum traço de timidez.

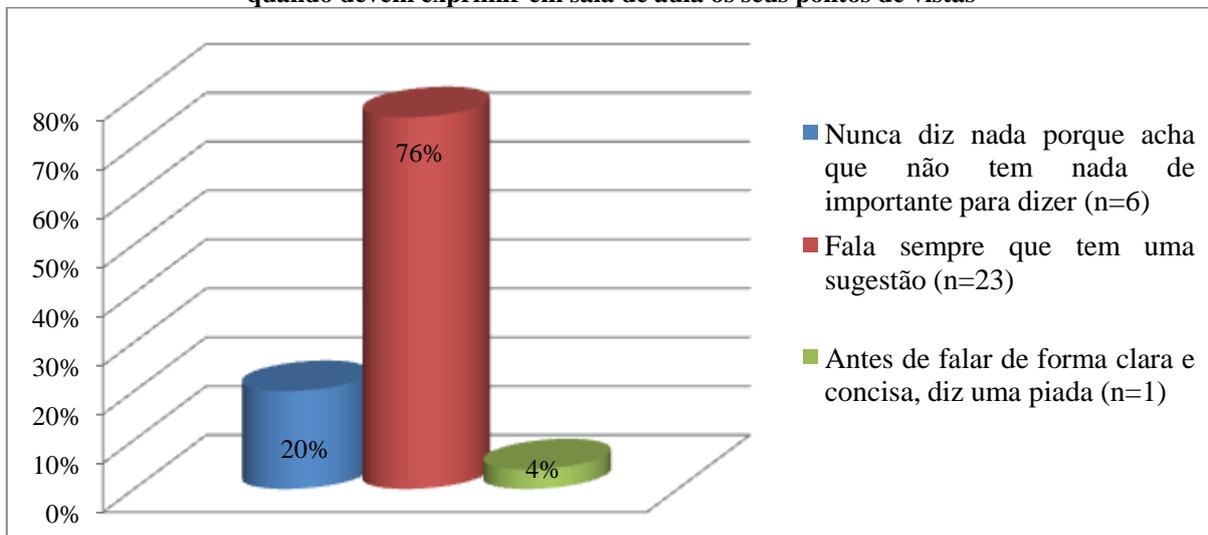
Zimbardo (2002, p. 45) relata que:

A timidez é uma forma de prisão em que a pessoa desempenha tanto o papel de guarda, sempre

reforçando as regras restritivas, como de prisioneiro que as segue passivamente, para ganhar a aprovação do guarda. O prisioneiro quer que chegue alguém para livrá-lo da prisão, mas assim que alguém se aproxima o guarda o impede. Essa prisão tem suas vantagens: é segura e esconde sentimentos de medo e ansiedade. Mas as desvantagens são muito maiores! É um lugar em que se passa a pão e água, é um lugar de solidão e isolamento.

Desta forma, percebe-se porque a timidez faz com as pessoas conforme o relatado pelos alunos. Enquanto que alguns se inibem, outros completamente se escondem, evitando encararem as pessoas de frente. E essa situação limita a vida das pessoas consideradas inibidas ou tímidas.

Gráfico 6 Distribuição dos alunos participantes quanto à forma como se comportam quando devem exprimir em sala de aula os seus pontos de vistas



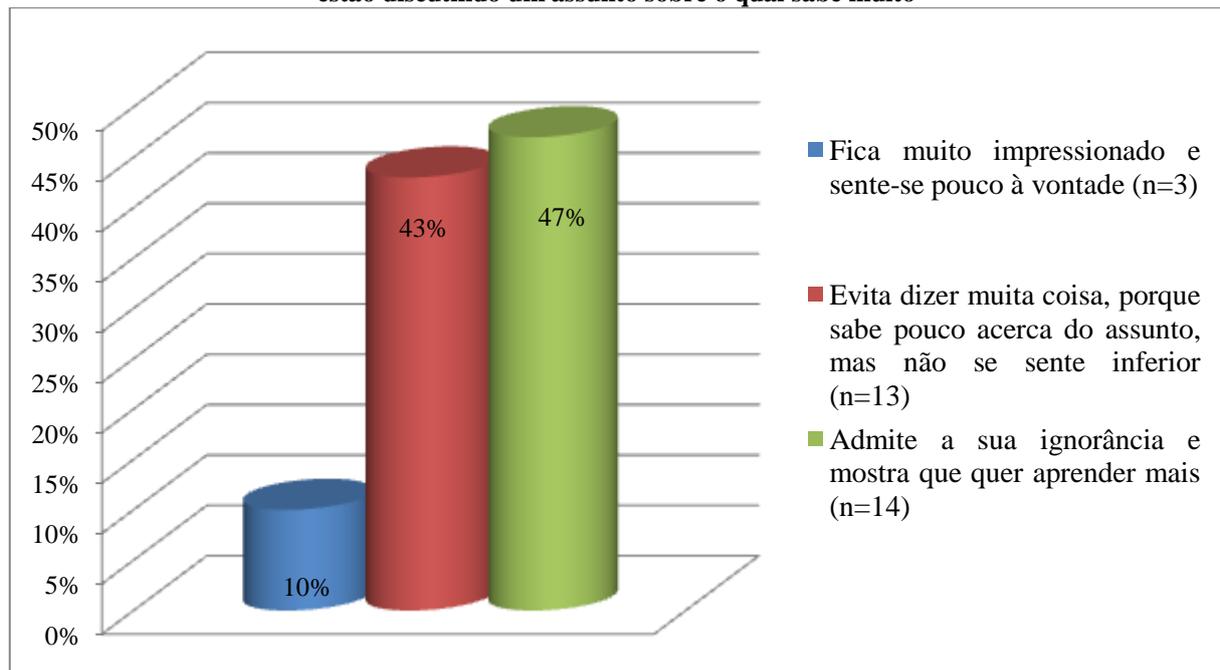
De acordo com os dados contidos no Gráfico 6, 76% dos alunos entrevistados, quando, em sala de aula, precisam exprimir seus pontos de vista, falam sempre que têm uma sugestão; 20% afirmaram que nunca dizem nada porque acham que não têm nada de importante para dizer, enquanto que 4%, antes de antes de falar de forma clara e concisa, diz uma piada.

Informa Santos e Zuse (2001), que a timidez manifesta-se através da sensação de tensão e inibição, surgindo nas mais variadas e diferentes situações de convívio.

Deve-se ressaltar que quem sofre de timidez tem dificuldades em falar em público, em participar de atividades em grupos, de praticar esportes coletivos, em fazer uma pergunta em sala de aula, de iniciar novas amizades e namoros, de falar com alguém em posição de autoridade e assim por diante.

Mediante o quarto questionamento, indagou-se dos alunos entrevistados o que eles fazem quando estão discutindo um assunto sobre o qual sabe muito. O Gráfico 7 apresentam os dados correlacionados a esse questionamento.

Gráfico 7: Distribuição dos alunos participantes quanto ao que eles fazem quando estão discutindo um assunto sobre o qual sabe muito



Ao se analisar os dados apresentados no Gráfico 7, verifica-se que 47% dos alunos entrevistados, quando estão discutindo em sala de aula um assunto sobre o qual possuem pouco conhecimento admitem sua falta de conhecimento e mostram que querem aprender mais; 10% afirmaram que ficam muito impressionados e sentem-se pouco à vontade. Os demais (43%) declararam que evitam dizer muita coisa, porque sabem pouco acerca do assunto. No entanto, não se sente inferior.

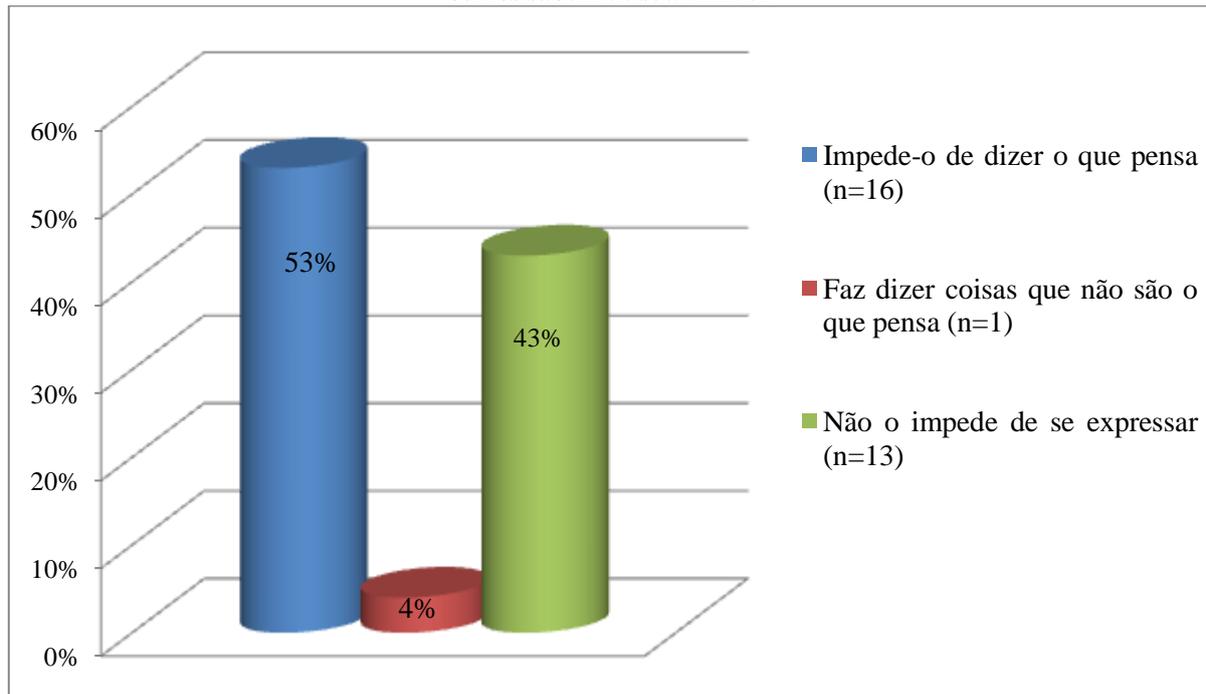
Dissertando sobre o comportamento do aluno em sala, frente aos desafios que lhe são propostos, Moysés faz o seguinte comentário:

É preciso haver um certo nível de autoestima para que o aluno alcance sucesso escolar. E mais: que a autoestima e o desempenho andam de mãos dadas,

alimentando se mutuamente... Para o aluno que duvida de sua capacidade de enfrentar as exigências escolares com sucesso e ostentar níveis baixos de autoestima, a escola irá se apresentar como um espaço de sofrimento (2007, p. 39).

O aluno precisa encontrar uma forma de ser sempre participativo. E esforçar-se para aprender aquilo que reconhece que não sabe. Se ele não tiver essa preocupação, a escola pode se transformar num ambiente em que ele não terá interesse em permanecer.

Através do último questionamento procurou-se saber se a timidez que os alunos apresentam lhe altera alguma coisa em suas vidas. O Gráfico 8 condensa os dados relativos a esse questionamento.

Gráfico 8: Distribuição dos alunos participantes quanto ao fato se acham que os outros sabem de sua timidez

De acordo com o Gráfico 8 53% dos alunos entrevistado, a timidez impede-os de dizerem o que pensam; 43% afirmaram que a timidez faz com que digam que não são ou o que pensam, e, 4% declaram que nada os impedem de se expressarem.

Quando se analisa esses dados que praticamente toda a amostra enfrenta problemas com a timidez, dificultando dizerem o que pensam, fazendo-os dizerem o que não são ou pensam.

A timidez, quando presente na história de vida de uma pessoa, reduz a autoestima e em determinados momentos, impede a realização de alguns atos da vida, como por exemplo, de se expressar publicamente (MASCARENHAS, 2007).

3 Conclusão

Ficou demonstrado que a timidez é um grande problema a ser vencido, principalmente, ainda na idade escolar, sendo por esta razão, necessário que o professor saiba identificar o aluno com problemas deste tipo.

No exercício de suas funções, o educador pode ajudar seus alunos tímidos a superarem esse problema. No entanto, o mais importante a ser colocado é que tanto os professores como as instituições educacionais têm inúmeras possibilidades para auxiliarem na superação dessa doença.

A escola é o instrumento ideal para se trabalhar a autoconfiança, basta a realização de um trabalho direcionado para esse fim. Os educadores e instituições têm capacidade de sobra para realizar esse trabalho, basta a conscientização do que é timidez, dos males que causam e do dever do educador com seus alunos e com a sociedade.

É importante ressaltar que a timidez, realmente, é um mal que atua em silêncio e que atinge grande parte da população mundial.

Quando a aplicação dos questionários junto aos alunos, pode-se comprovar que mais da metade dos entrevistados ressaltaram que são tímidos ou apresentam traços de timidez.

Desta forma, os resultados da presente pesquisa servirão para os professores da escola que serviu como campo de pesquisa, passem a olharem com mais atenção para seus alunos, identificando aqueles que apresentam algum tipo de timidez, direcionando, em seguida, uma atenção mais especial para esse alunos. Isto por que o educador, também, responsável pela formação da criança.

4 Referências

- ALBISSETTI, V. **Pode-se vencer a timidez?** São Paulo: Paulinas, 1998.
- BAVOSO, C. **Timidez não é doença. E tem cura!** Belo Horizonte: Gutenberg, 2004.
- CRAWFORD, Lynne. TAYLOR, Linda. **Timidez, esclarecendo suas dúvidas.** São Paulo: Agora, 2000.
- EISEN, R. A.; ENGLER, B. L. **Timidez** como ajudar seu filho a superar problemas de convívio social. São Paulo: Editora gente, 2008.
- MASCARENHAS, B. **da Timidez à expressão de si mesmo.** Belo Horizonte: Editora Leitura, 2007.

MILTON, L. et al. Terapia cognitivo-comportamental da fobia social. **Rev Bras Psiquiatr.**, v. 30 (Supl II), p. S96-101, 2008.

MOYSÉS, Lúcia. **O desejo de aprender**. 10 ed. Campinas-SP: Papyrus, 2007.

PEREZ, J. B. L.; DIAS, M. A. D. Crianças tímidas: aprendizagem da criança tímida e sua relação nos aspectos socioafetivo. **Revista Eventos Pedagógicos**, v. 2, n. 2, p. 102-111, ago.-dez., 2011.

SANTOS, C. M. dos; ZUSE, A. J. Timidez um mal que atua em silêncio. **Disciplinarum Scientia**. Santa Maria, v. 2, n. 1, p. 111-123, 2001.

SILVARE, E. F. M. Estudo de caso em psicologia clínica comportamental infantil. In: Monjas Casares, M. I. ; Caballo, V. E. **A timidez infantil**. 5.ed. Campinas, SP: Papyrus, 2008, p. 11-42.

ZIMERMAN, D. E. **Vocabulário contemporâneo de psicanálise**. Porto Alegre, Artmed Editora, 2001.

ZIMBARDO, P. G. **A timidez**. Lisboa: Edições 70, 2002.