



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE – FACES
CURSO DE PSICOLOGIA

REGRAS EM CLÍNICA E EM RELACIONAMENTOS

AMOROSOS: UM ESTUDO DE CASO

FERNANDA SERÔA M. B. BARROS

BRASÍLIA/DF
NOVEMBRO/2010

FERNANDA SERÔA M. B. BARROS

REGRAS EM CLÍNICA E EM RELACIONAMENTOS

AMOROSOS: UM ESTUDO DE CASO

Monografia apresentada como requisito para conclusão do curso de Psicologia do UniCEUB – Centro Universitário de Brasília. Professor Orientador Doutor Carlos Augusto Medeiros.

Brasília/ DF, Novembro de 2010



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE – FACES
CURSO DE PSICOLOGIA

Esta monografia foi aprovada pela Comissão examinadora composta por:

Prof. Dr. Carlos Augusto de Medeiros
Orientador

Prof. Msc. Rodrigo Gomide Baquero
Examinador

Prof^a. Msc. Ana Karina C. R. de-Farias
Examinadora

A Menção Final obtida foi:

_____SS_____

BRASÍLIA
DEZEMBRO/2010

“Durante os anos 1980, uma amiga psicóloga foi chamada para ministrar aconselhamento psicológico a refugiados do Camboja.(...) Eles haviam sofrido o pior que os seres humanos são capazes de infligir a outros seres humanos - genocídio, estupro, tortura, fome.(...) Mas você sabe sobre o que essa gente toda queria falar quando conseguia encontrar psicólogos?

Era só: *Conheci um cara, quando estava morando no campo de refugiados, e a gente se apaixonou. Achei que ele me amasse de verdade, mas depois a gente foi separado em navios diferentes e ele ficou com a minha prima. Agora está casado com ela, mas diz que me ama de verdade, e fica me ligando o tempo todo, e sei que deveria dizer para ele ir embora, mas ainda o amo e não consigo parar de pensar nele. E eu não sei o que fazer...*”(Elizabeth Gilbert).

AGRADECIMENTOS

Concluir essa graduação após tantas dificuldades e desafios ultrapassados é a realização de um sonho e não poderia deixar de agradecer às pessoas tão queridas que fizeram parte dessa caminhada.

Em primeiro lugar à minha mãe, a mulher mais carinhosa e dedicada à felicidade dos filhos, e porque não dizer, de mais força e determinação que conheço. Devo a ela, tudo o que construí e tudo o que sei. OBRIGADA, por ser meu porto seguro, OBRIGADA por me ajudar a realizar esse sonho. Eu te amo!

Às minhas irmãs queridas, que ajudaram a me criar, por todo carinho, amor incondicional e por sempre acreditarem em mim.

À minha amiga de profissão e de vida, Natália Miyamoto que me deu muito apoio durante a confecção dessa presente monografia, com quem aprendi que a vida é muito mais que o seguimento de regras culturais. OBRIGADA, por ser sempre presente, pela sua eterna preocupação, atenção e carinho.

Às minhas amigas maravilhosas, Renata Tuma, Daniele Fernandes, Renata Comin, Roberta Azevedo e Pollyanna por todo o amor, compreensão, amizade e conquistas durante esses anos de amizade, que serão eternos.

Aos meu colegas da Escola das Nações, principalmente à Gládis, Sra. Lisa, Sr. Shahbaz e José Antônio, pela paciência, apoio e compreensão não só durante essa etapa de confecção de monografia, como também por todos os anos da graduação.

Aos examinadores dessa banca, por dedicarem seu tempo à leitura e análise da presente obra. Agradeço de todo o coração, aos meus mestres do UniCEUB, que contribuíram com valores e conhecimentos ao longo desses anos. Em primeiro lugar, ao meu querido ex-professor, Antônio Isidro que é o culpado pela minha descoberta um pouco tardia e paixão pela análise do comportamento. Gostaria de agradecer também aos professores: Doutor

Antônio Isidro Filho, Geison Isidro Marinho, Rodrigo Baquero e Ana Flávia Madureira, que me mostraram um novo horizonte sobre minhas escolhas profissionais e pessoais.

E por fim, ao meu muito admirado orientador, Doutor Carlos Augusto de Medeiros, pelo eterno incentivo, confiança, sabedoria e por me enriquecer com o seu conhecimento. Jamais esquecerei todo o seu apoio. Foi um privilégio poder ser sua orientanda! **MUITO OBRIGADA!**

SUMÁRIO

Resumo	ix
INTRODUÇÃO	1
1. CAPÍTULO 1 - COMPORTAMENTO GOVERNADO POR REGRAS	3
2. CAPÍTULO 2 - COMPORTAMENTO GOVERNADO POR REGRAS EM CLÍNICA	9
3. CAPÍTULO 3 - REGRAS EM CLÍNICA E EM RELACIONAMENTOS AMOROSOS.....	18
4. FORMULAÇÃO COMPORTAMENTAL	23
4.1 Dados da cliente	23
4.2 Queixas	23
4.3 Histórico de vida	23
4.4 Objetivos/Comportamentos alvo	25
4.5 Análises funcionais	26
4.6 Procedimentos de pesquisa	30
4.7 Procedimentos utilizados nas sessões	30
4.8 Resultados obtidos	34
4.9 Limitações do atendimento	35
4.10 Indicações para tratamentos futuros.....	36
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	37
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	40
ANEXO.....	45

LISTA DE FIGURAS

Figura 1- Quadro demonstrativo da análise funcional do comportamento de L.C.A. de ligar e, ou procurar A.....	26
Figura 2- Quadro demonstrativo da análise funcional do comportamento de L.C.A. de escutar e, ou aconselhar A.....	27
Figura 3- Quadro demonstrativo da análise funcional do comportamento de L.C.A. de chorar, na presença de familiares, A., ou amigos.....	28
Figura 4- Quadro demonstrativo da análise funcional do comportamento de L.C.A. de isolar-se, ou não aceitar convites frente ao chamado de amigas.....	29

RESUMO

O presente trabalho foi elaborado tendo como referência de um lado, o arcabouço teórico construído a partir de estudos teóricos e empíricos realizados na perspectiva da Análise do Comportamento e, de outro, um estudo de caso sobre regras em clínica e em relacionamentos amorosos. O estudo de caso reflete uma determinada experiência de atendimento, que permitiu trazer, para a prática, as discussões dos estudos teóricos abordados. Na medida em que se desenvolvia o atendimento clínico, foram sendo identificados os argumentos teóricos trazidos pelos autores. Nesse contexto, o atendimento clínico sobre o qual se discorre no texto teve como suporte conceitual os pressupostos teóricos relacionados à emissão ou não de regras pelo psicoterapeuta. O caso estudado mostra que as pessoas tendem a seguir regras imprecisas emitidas pela comunidade verbal e que o seguimento dessas regras expõe esses indivíduos a condições aversivas. O objetivo principal da psicoterapia, nesses casos, seria substituir essas regras imprecisas por regras precisas, formuladas pelo próprio indivíduo. A conclusão da pesquisa corrobora com a perspectiva de que a emissão de regras em clínica pelo terapeuta pode ser prejudicial para o processo psicoterápico, enquanto a modelagem por contingências seria a alternativa mais indicada para intervenção clínica. Essa é, portanto, a temática central da presente monografia.

Palavras-chave: Psicoterapia Comportamental Pragmática, regras, modelagem por contingências, relacionamentos amorosos.

A grande maioria das queixas que chegam à terapia está relacionada diretamente aos relacionamentos amorosos e grande parte dessas queixas vem relacionada, ainda, ao seguimento de regras imprecisas.

Regras, segundo Skinner (1969/1984), são estímulos discriminativos verbais que descrevem contingências, essas descrições verbais de contingências podem vir em forma de sugestões, conselhos, orientações ou até valores. Seguindo essa definição, regras seriam muito importantes para aprendizagem de novos comportamentos, assim como, para a formação da cultura.

Entretanto, algumas dessas regras que controlam o comportamento dos indivíduos podem não descrever com precisão as contingências com as quais esses indivíduos estão em contato, sendo tratadas, dessa forma, como regras imprecisas (Meyer, 2005). As referidas regras podem colocar o indivíduo em contato com estímulos aversivos, causando o que se conhece em linguagem cotidiana como sofrimento.

Uma das regras imprecisas que as pessoas podem seguir e levar como queixa para a terapia, seria a de que necessitariam de um companheiro(a) e filhos, para se sentirem completos e felizes. Essa regra cultural diz que todos têm que se casar e constituir família, contudo nem todas as pessoas estariam expostas a contingências descritas por essa regra.

Considerando, então, que as pessoas procurariam a terapia para sanar algo que não lhes faz bem, um dos objetivos primeiros da terapia nesses casos seria ajudar o cliente a formular novas regras mais precisas, substituindo as regras imprecisas (Carvalho & Medeiros, 2005).

O terapeuta pode, então, intervir nesses casos de duas maneiras: ou emitindo regras ou por modelagem de contingências. Ou seja, o terapeuta pode dizer ao cliente o que ele deveria fazer para se sentir melhor. Ou poderia, com o uso de reforçamento diferencial, modelar

alguns comportamentos do cliente sem a emissão de novas regras. Tais conceitos encontram-se explicitados nos capítulos que se referem às concepções teóricas deste estudo.

Dessa forma, a presente monografia visa, com três capítulos teóricos e uma formulação comportamental, discutir questões relacionadas à necessidade da emissão de regras pelo terapeuta, apresentar alternativas de intervenção, como também discutir a temática de regras imprecisas dentro do contexto das relações amorosas, contribuindo, não somente, porém principalmente, para a reflexão e prática de terapeutas iniciantes, que enfrentarem casos semelhantes.

Para que isso fosse possível, no primeiro capítulo são explanados os comportamentos governados por regras, e os comportamentos modelados por contingências, suas vantagens e desvantagens. No segundo capítulo, é discutido o comportamento governado por regras em clínica, as vantagens e desvantagens de o terapeuta emitir regras para os clientes. No terceiro capítulo, se discorre a temática do seguimento de regras imprecisas, principalmente relacionadas a queixas de relacionamentos amorosos. Por fim, é apresentada a formulação comportamental de um caso clínico sobre seguimento de regras imprecisas, relacionadas a relacionamentos amorosos, subsidiando a reflexão sobre a necessidade ou não da intervenção utilizando-se de regras.

1 - COMPORTAMENTO GOVERNADO POR REGRAS

Os homens, diferentemente dos animais, podem explicitar verbalmente a outros homens coisas que eles devem ou não fazer, em que situações, e quais seriam as consequências dessas ações, ou seja, o que seria modificado no ambiente. Essas explicações são denominadas de regras (Nico, 2001). Segundo Baum (1994/2006), o comportamento de seguir regras torna-se uma habilidade generalizada, garantindo a emissão de comportamentos mais complexos, como o relacionado, por exemplo, à fabricação de carros e aviões.

Segundo a definição de Skinner (1969/1984), regras consistiriam em estímulos especificadores de contingências que funcionam como estímulos discriminativos, fazendo parte de um conjunto de contingências de reforço. Conforme essa definição, normas, avisos, conselhos, orientações seriam exemplos de regras, pois as mesmas descrevem verbalmente contingências, ou seja, especificam, ainda que tacitamente, o estímulo discriminativo, a resposta e a consequência. Segundo essas descrições verbais, Skinner sustenta que os homens podem mudar o comportamento uns dos outros, emitindo regras, conselhos, sem ter que expô-los, por um período relativamente longo, às contingências descritas. Um exemplo simples, que ilustraria a definição de Skinner, seria uma mãe que manda o filho colocar o cinto de segurança, pois poderia ocorrer um acidente e ele, sem cinto, se machucaria.

Para Albuquerque (2001), há algumas discussões importantes sobre a função das regras. Para alguns autores, regras funcionariam como estímulos discriminativos, no contexto da definição citada anteriormente. Há outros autores, como Zettle e Hayes (1982, citado por Albuquerque, 2001), para os quais regras seriam estímulos antecedentes verbais. O comportamento controlado por regras seria, então, comportamento exposto a dois conjuntos de contingências, sendo um deles, um conjunto verbal, mantido pelo reforçamento de outras pessoas, e o outro conjunto não-verbal, mantido pelo contato direto com consequências naturais (Teixeira-Júnior, 2007).

Por sua vez, Schinger e Blakely (1987, citado por Albuquerque, 2001) definem regras como estímulos alteradores de função e não como estímulos discriminativos. Para os autores, os efeitos das regras são atrasados, considerando que o efeito evocativo, descrito pela regra, poderia se mostrar mais aparente quando houvesse um intervalo de tempo, entre a emissão da regra e o contato com a contingência descrita na regra, ao passo que estímulos discriminativos evocariam o comportamento logo após a sua apresentação. Por exemplo, um professor da academia fala para um aluno que coloque sua cadeira na posição de número dois quando for fazer determinado exercício. Nesse caso, a regra alterou a função discriminativa da cadeira para o comportamento de fazer exercício. Sob essa perspectiva, a regra alteraria a função de estímulos discriminativos, bem como de operações estabelecedoras e estímulos punidores e reforçadores.

Por fim, Michael (1982/1993, citado por Albuquerque, 2001) menciona que regras também poderiam funcionar como operações estabelecedoras, já que, por definição, também alteram funções de estímulos consequentes e evocam comportamentos. Ainda, de acordo com o autor, operações estabelecedoras alteram, momentaneamente, a efetividade do estímulo consequente e evocam o comportamento que, no passado, foi reforçado por produzir esse estímulo. Um exemplo que poderia ilustrar melhor o conceito seria o caso de uma pessoa dizer à outra: “O *chopp* está quente, peça uma *long neck*”, nesse caso, a regra aumentou a efetividade da *long neck* como uma consequência reforçadora e evocou o comportamento de pedir uma *long neck* ao invés de um *chopp*. Nesse exemplo, a regra aumentou o valor reforçador da cerveja *long neck*, ao passo que diminuiu o valor reforçador do *chopp*, alterando a probabilidade do comportamento do ouvinte em relação a pedir uma das bebidas.

Diante de tantas definições diferentes para a função das regras, Albuquerque (2001) explana que, para ele, regras podem exercer múltiplas funções. Assim sendo, ela deveria ser

definida como estímulos antecedentes que podem descrever contingências e exercer múltiplas funções sobre o comportamento do ouvinte.

É importante ser citado que o comportamento pode ser controlado tanto por regras, como diretamente por contingências. Afinal, a aprendizagem das relações de contingências pode ocorrer dessas duas formas (Carvalho & Medeiros, 2005).

Afirmar que um comportamento é controlado por regras é o mesmo que dizer que esse comportamento está sob o controle de estímulo regra, que por sua vez seria um determinado estímulo discriminativo (Baum, 1994/2006). Um exemplo que poderia ilustrar bem essa definição seria o de uma criança que aprendeu a não mexer com fogo, pois a mãe chamou a atenção e disse que, se ela mexesse com fogo, conseqüentemente se queimaria. Ou seja, o comportamento da criança de mexer com fogo ficou sob o controle de um determinado estímulo discriminativo, o qual descreveu a probabilidade de punição caso a criança emitisse este comportamento.

Por sua vez, comportamentos modelados por contingências seriam modelados por suas conseqüências, ou seja, alguém emite um comportamento e sofre as conseqüências, sendo elas reforçadoras ou aversivas (Castanheira, 2001). Seguindo o exemplo anterior, o comportamento da criança seria diretamente modelado por contingência, caso ela aprendesse que mexer com fogo pode produzir queimadura, não pela regra emitida pela mãe e sim por exposição direta às conseqüências, ou seja, ela aprenderia a não mexer com fogo, se colocasse a mão no fogo e se queimasse.

Segundo Skinner (1969/1984), há algumas vantagens no que diz respeito ao comportamento de seguir regras, pois as regras permitem que as pessoas entrem em contato com contingências que, talvez, nunca pudessem ter a oportunidade de entrar em contato, podendo assim ampliar seu repertório comportamental, sem ter que manter contato direto com as contingências naturais. Além disso, regras simplificam contingências e, em conseqüência

disso, a aprendizagem, por meio do comportamento governado por regras, seria mais rápida. Por outro lado, há algumas desvantagens importantes a serem citadas quanto ao comportamento de seguir regras, como a dependência e insensibilidade às contingências.

Num contexto clínico, por exemplo, se o terapeuta emite regras para o cliente com uma frequência muito alta, não o está ensinando a fazer análise sobre os próprios comportamentos, como também, não o está ensinando a procurar soluções por ele mesmo (Medeiros, 2010a). Dessa forma, pode causar uma relação de dependência, pois caso surja algum problema futuramente, esse cliente precisará de novas regras emitidas pelo terapeuta (Medeiros, 2010a).

O comportamento é considerado sensível às contingências quando muda sistematicamente diante de mudanças nas contingências de reforço. Por outro lado, o comportamento é considerado insensível, quando a contingência que o controla se modifica e não há alteração do comportamento diante das mudanças nas contingências de reforço (Meyer, 2005). Ainda de acordo com a autora, a insensibilidade à mudança das contingências pode estar relacionada, não somente, ao comportamento de seguir regras, mas também a outros fatores, como variabilidade comportamental, história de reforçamento, densidade de reforços e grau de discriminabilidade das contingências.

A autora menciona alguns experimentos importantes, um deles de LeFrancois, Chase e Joyce (1988), que apresentam uma pesquisa sobre variabilidade comportamental, cujo resultado demonstra que, quanto mais regras são emitidas, maior a probabilidade de o comportamento ficar sensível às contingências. Alguns participantes desse experimento foram expostos a uma regra e a um esquema de reforçamento, enquanto outros participantes foram expostos a várias regras e vários esquemas de reforçamento. Os participantes expostos à primeira situação tenderam a ter seu comportamento sob controle da regra.

Participantes expostos à segunda situação, ou seja, que seguiram várias regras e vários esquemas de reforçamento, apresentaram maior sensibilidade às contingências.

Outro estudo que pode ser mencionado é o de Newman, Buffington e Hemmes (1995, citado por Meyer, 2005), que foca na densidade de reforços, cujo resultado demonstra que o comportamento de seguir regras é um operante mantido apenas quando reforçado. O estudo demonstra que o comportamento de seguir regras tende a se tornar sensível às contingências, quando não há reforços, ou reforços parciais e que, por outro lado, se o comportamento de seguir regras é reforçado, o mesmo se fortalece.

Quanto à história de reforçamento, a autora cita o estudo de Martinez e Ribes (1996, citado por Meyer, 2005) que, a partir de uma situação experimental com alguns participantes, demonstra que mesmo havendo discrepância entre a regra e a contingência, os sujeitos responderam de acordo com a regra, por já haver um histórico de seguir instruções. Os experimentadores emitiram algumas regras falsas para participantes e alguns participantes seguiram essas regras falsas por terem sido expostos a regras verdadeiras, isso é explicado pela história de reforços sociais.

Outro estudo importante menciona que a sensibilidade também pode ser influenciada pelo grau de discriminabilidade das contingências. Esse estudo realizado por Matos (2001) menciona que, quanto mais complexas as contingências e exigência de empenho, maior a probabilidade de ocorrer insensibilidade às contingências.

O conceito de insensibilidade às contingências pode ser igualmente aplicado aos conceitos das chamadas auto-regras, ou autoverbalizações, que nada mais são que regras formuladas pelos próprios indivíduos e que controlam seu comportamento (Meyer, 2005). Nesse contexto, ainda de acordo com Meyer (2005), as pessoas não somente seguem instruções verbais de outros indivíduos, como também formulam e seguem suas próprias. Posto isso, Hayes, Kolenberg e Melancon (1989) mencionam que há diferenças entre o

comportamento de seguir regras ditadas por outras pessoas e ou pelos próprios indivíduos, “porque as contingências sociais envolvidas em seguir regras não operam da mesma forma quando uma pessoa ouve seu próprio discurso” (p. 40).

Hayes e cols. (1989) ressaltam que, quando o comportamento de um indivíduo está sob o controle dessas auto-regras, ele se torna tanto o falante quanto o ouvinte. Como o emissor e receptor da regra são os mesmos, ele não teria condições de fazer um *feedback* crítico sobre o tema, não podendo estabelecer uma harmonia lógica entre a realidade e a contingência descrita pela auto-regra. Pode-se assim, formular autovervalizações imprecisas, irreais ou ambíguas, que descrevem falsas contingências.

Essas auto-regras, que descrevem falsas contingências, passam a controlar o comportamento desses indivíduos e, muitas vezes, exercem mais controle sobre o comportamento do que as contingências às quais está exposto (Castanheira, 2001).

Tendo em vista o exposto sobre comportamento governado por regras, seguir-se-á, no próximo capítulo, à análise do comportamento governado por regras em clínica.

2 - COMPORTAMENTO GOVERNADO POR REGRAS NA CLÍNICA

Como já exposto no capítulo anterior, o comportamento de seguir e formular regras é essencial para o processo de aprendizagem dos indivíduos e para o desenvolvimento da cultura. Todavia, segundo Meyer (2005), “regras podem produzir uma redução na sensibilidade comportamental às contingências” (p. 213) e, nesse caso, os indivíduos podem formular regras imprecisas e, assim, emitir comportamentos indesejáveis¹.

O comportamento das pessoas, geralmente, é controlado por padrões formados pela sociedade, seja pela família, religião, etc. Os indivíduos podem seguir essas regras emitidas pela comunidade verbal por serem pertencentes àquele determinado grupo; por consequência, o grupo ao qual pertence reforça os comportamentos que estão de acordo com determinadas regras emitidas, e punem, ou não reforçam, comportamentos que não seguem esse padrão cultural, produzindo consequências aversivas ou pouco reforçadoras (Carvalho & Medeiros, 2005).

Por exemplo, para inserirem seus filhos na sociedade, os pais emitem regras ensinando-os a agirem de acordo com as normas estabelecidas pelo grupo ao que pertencem. Pais ensinam como as crianças devem se portar frente a algumas situações, demandando, por exemplo, que eles falem “por favor” em ocasiões em que necessitem pedir algo a alguém. Caso a criança peça “por favor”, o comportamento dela será reforçado, caso a criança não o faça frente a um pedido, os pais possivelmente reforçarão negativamente seu comportamento, aumentando a probabilidade de o filho pedir “por favor” futuramente.

Seguindo o pressuposto de que, de certa forma, os indivíduos devem se comportar de acordo com os padrões mantidos pela sociedade e que “culturas e subculturas podem

¹ Para essa monografia, comportamentos indesejáveis são aqueles os quais a intervenção objetiva diminuir a frequência, geralmente são comportamentos que produzem estímulos reforçadores em curto prazo e produzem contato com estímulos aversivos e/ou com a perda de reforçadores em longo prazo.

descrever regras ambíguas, inexatas e até mesmo inadequadas para a sobrevivência deste grupo” (Jonas, 1997, p. 147). As queixas levadas pelos clientes à terapia estão, frequentemente, relacionadas ao seguimento desses padrões culturais, pois o controle verbal exercido por uma comunidade verbal pode acarretar em desordens clínicas (Jonas, 1997).

O termo da linguagem cotidiana conhecido como sofrimento, pelo não reforçamento ou pelo contato com estímulos aversivos, pode ser resultado do seguimento dessas regras, que podem ser muitas vezes imprecisas, descrevendo de forma inadequada as contingências às quais o indivíduo está exposto (Carvalho & Medeiros, 2005). Levando-se em consideração que as contingências descritas por essas regras transmitidas culturalmente podem não ser estáveis e como essas regras podem ter sido criadas em outra situação histórica e cultural, elas podem não condizer com a realidade em que o indivíduo está exposto, resultando em sofrimento (Silva & Weber, 2006). Por exemplo, uma sub-cultura religiosa emite a regra de que tomar contraceptivos é pecado e contra as leis de Deus. No entanto, essa regra é emitida para uma mulher, muito religiosa, que já tem sete filhos e não teria condições de prover o sustento de mais filhos. Nesse caso, provavelmente, mesmo sem condições de sustentar mais filhos, ela continuaria a não tomar contraceptivos, para não pecar, e conseqüentemente, teria novos filhos que não poderia sustentar a contento.

Essas regras imprecisas precisam ser modificadas em psicoterapia e podem ser modificadas de duas maneiras, quais sejam: ou modelando o comportamento verbal do cliente na descrição de contingências ou emitindo-se novas regras (Carvalho & Medeiros, 2005).

Nas intervenções que se utilizam de regras, os terapeutas podem emití-las para mudar esses comportamentos indesejáveis do cliente, de várias formas, como explicando ao cliente sobre a análise funcional realizada, ou em forma de dever de casa, conselhos, orientações ou até discussão sobre as regras que controlam seu comportamento (Poppen, 1989).

Jonas (2004) cita que as intervenções podem ser consideradas um conjunto de regras que são emitidas pelo terapeuta, visando a alteração de alguns comportamentos indesejáveis do cliente e a manutenção de outros. Ao estabelecer essas regras, o terapeuta, segundo o autor, ao mesmo tempo, ensina o cliente a discriminar as contingências controladoras do seu comportamento.

De acordo com Kohlenberg, Tsai e Dougher (1993, citado por Meyer, 2005), essas intervenções são feitas a partir de “conversas”. Esses conselhos e orientações modificariam os comportamentos indesejáveis dos clientes, já que o terapeuta não tem controle direto sobre as contingências às quais os indivíduos estariam expostos fora do consultório.

Skinner (1989/1991) menciona que “o que acontece lá (na clínica) é uma preparação para o mundo que não está sob o controle do terapeuta” (p. 111). Seguindo essa afirmação, Abreu-Rodrigues e Sanabio (2004) pontuam que os clientes se comportam, em relação ao terapeuta, da mesma forma que se comportam fora do consultório, dessa forma o terapeuta poderia promover novos repertórios sociais mais bem sucedidos para o cliente. Assim, o cliente poderia generalizar esses novos comportamentos aprendidos em terapia, para seu ambiente social.

Carvalho e Medeiros (2005) explanam que regras são utilizadas por alguns terapeutas e têm sua importância em clínica. Os autores citam que, de acordo com o relato verbal do cliente, o terapeuta é capaz de verificar em quais contingências ele formulou a regra, ou se são regras formuladas socialmente, como o comportamento se instalou e como se mantém e, então, ele intervém através de sugestões, ou orientações, substituindo essa regra imprecisa, por regras precisas.

Entretanto, essas regras emitidas pelo terapeuta podem ou não ser seguidas pelo cliente (Medeiros, 2010a). Considerando a história de vida dos indivíduos, muitas desordens clínicas envolvem problemas no controle verbal. Assim, os terapeutas podem se deparar com

problemas do cliente, na formulação de auto-regras, nas regras aprendidas, no não seguimento de regras, ou no seguimento excessivo de regras e, dessa forma, existiriam casos em que o controle por regras seria desejável e outros em que seria indesejável (Hayes e cols., 1989).

Medeiros (2010a) defende que a emissão de regras pelo terapeuta não seria a melhor forma de intervenção, já que poderia resultar em vários efeitos colaterais, como: dependência, insensibilidade, baixa assertividade e punição ou não reforçamento do seguimento da regra. Segundo o autor, quando o terapeuta emite regras, ele não está ensinando o cliente a procurar as soluções por ele mesmo, não o está ensinando a fazer análises de seus próprios comportamentos. Seguindo esse pensamento, sempre que aparecer um novo problema, o cliente precisará de novas regras emitidas pelo terapeuta, podendo tornar-se dependente da terapia.

Além do conceito de dependência e insensibilidade que já foi abordado nesse capítulo e no anterior, Medeiros (2010a) discorre que a emissão de regras pode contribuir para um padrão comportamental pouco assertivo do cliente, podendo estar relacionado à dificuldade do cliente em expressar e defender suas próprias opiniões. Um exemplo que ilustraria essa perspectiva seria o caso de uma mulher que não consegue dizer “não” para tudo o que o marido lhe pede e isso lhe proporciona o contato com estímulos aversivos, pois ela nem sempre diria “sim” para todas as situações. O fato de dizer “não” representaria a apresentação de estímulos aversivos imediatos pelo marido e a resposta “sim” seria uma esquiva, de modo a evitar o contato com tais estímulos aversivos. Sobre essa situação, apenas emitir a regra para a cliente de que ela teria que dizer não em algumas ocasiões, como: “Você emite comportamentos pouco assertivos frente a seu marido, ou seja, não argumenta sobre suas opiniões com medo de reprovação dele, daqui em diante tente dizer ‘não’ em ocasiões que você não esteja de acordo, ou não queira realmente fazer”. Ela até pode tentar dizer “não” para o marido, porém no contexto de terapia ela está sendo estimulada igualmente a dizer

“sim” ao mando do terapeuta, logo ela talvez não generalizasse para outros contextos da vida cotidiana, não a treinando para desenvolver um repertório assertivo.

Outra desvantagem do uso de regras apresentada por Medeiros (2010a) é que há a possibilidade de o terapeuta emitir certas regras que podem não ser precisas, não produzindo as consequências descritas. Conseqüentemente, o comportamento do cliente pode ser punido, ou não reforçado, e essa situação poderia criar consequências aversivas relacionadas ao vínculo terapêutico.

Partindo desse pressuposto, alguns autores como Catania (1998/1999) sugerem que as intervenções podem ocorrer, não por instrução direta e sim por modelagem do comportamento verbal, já que a mudança do comportamento verbal pode facilitar a mudança do comportamento não-verbal correspondente.

Kohleberg e Tsai (1991/2001) explanam que as pessoas se comportam de acordo com as contingências às quais estão expostas e a terapia se desenvolveria a partir do mesmo princípio.

Conforme essa visão, os terapeutas poderiam funcionar como estímulos discriminativos e eliciadores para respostas clinicamente relevantes dos clientes, podendo, dessa forma, criar situações que evoquem, dentro da sessão terapêutica, certas respostas do cliente e fornecendo consequências contingentes à sua emissão, reforçando comportamentos desejáveis² e diminuindo a frequência de comportamentos indesejáveis.

Kohleberg e Tsai (1991/2001) propõem então, que a relação terapêutica é um instrumento para mudanças comportamentais. De acordo com Ferster (1979/2007), o terapeuta e o cliente fazem parte de uma díade, onde a reatividade de um reforça a atividade

² Para essa monografia, comportamentos desejáveis são aqueles cujos quais a intervenção objetiva, a partir da análise funcional de caso realizada, aumentar a frequência, geralmente são comportamentos que produzem reforçadores em curto prazo e em longo prazo minimizam o contato com estímulos aversivos e com a perda de reforçadores.

do outro, assim o resultado dessa interação seria o relato verbal sob controle dos eventos imediatos.

Nessa direção, Ferster (1979/2007) menciona que:

As reações diferenciais do terapeuta podem reforçar descrições das ocorrências atuais, falar sobre eventos privados debaixo da pele e que o paciente pode não ter consciência, os eventos dos quais esses eventos privados são função e o comportamento de outros que interagem no processo (p. 141).

O reforçamento diferencial emitido é, de acordo com Moreira e Medeiros (2007), a principal alternativa para reduzir a frequência de um comportamento indesejado, sem se utilizar de punição. Ainda de acordo com os autores, reforçar diferencialmente o comportamento de um cliente no consultório nada mais é que reforçar aqueles comportamentos cuja frequência deseja-se aumentar e não reforçar aqueles comportamentos que se deseja diminuir a frequência.

Por exemplo, uma cliente com comportamento queixoso reclama do marido, do trabalho e de todo o contexto social em que está inserida. O que mantém provavelmente esse comportamento de queixar-se é a obtenção do reforço de atenção de ouvinte. Nesse caso, o terapeuta poderia reforçar diferencialmente os comportamentos da cliente, com o objetivo de aumentar a frequência de comportamentos desejáveis, como falar de qualquer outro assunto e diminuir a frequência dos comportamentos indesejáveis, como reclamar e queixar-se (Alves & Isidro-Marinho, 2010).

Dessa forma, Oliveira (2009) afirma que o terapeuta pode reforçar o relato não queixoso do cliente, fornecendo atenção quando o mesmo abordar assuntos que não envolvam reclamações ou queixas e em consonância, pode utilizar-se da extinção, caso o cliente apresente comportamento queixoso, não reforçando queixas ou reclamações. Assim, a cliente pode começar a discriminar que o mesmo efeito aversivo que suas queixas causam em

psicoterapia, com o desinteresse sobre o assunto mencionado, produz o desinteresse sobre o assunto em seu meio social, já que, partindo da concepção anteriormente citada, a partir da vivência em psicoterapia o cliente generaliza, esse novo repertório para seu contexto social (Alves & Isidro-Marinho, 2010).

Assim, é importante ressaltar que é só a partir do estabelecimento de um bom vínculo terapêutico que o terapeuta poderia se utilizar dessa técnica, pois o não reforço de um comportamento implica na possibilidade de o cliente se ausentar do processo psicoterápico, caso o vínculo não esteja formado (Oliveira, 2009). Os clientes geralmente vão à psicoterapia para serem escutados e discutirem alguns fatos que os afligem. Se o terapeuta, sem o vínculo formado, simplesmente não reforça algum assunto que ele queira abordar, o comportamento do cliente de ir a terapia não seria reforçado e provavelmente não se manteria (Oliveira, 2009).

Outra alternativa, então, para a intervenção, senão emitindo regras, seria por modelagem do comportamento verbal, na descrição de contingências, que se utiliza de reforçamento diferencial e questionamento reflexivo, como duas de suas principais técnicas de intervenção. Sobre questionamento reflexivo, o presente texto apresenta considerações mais adiante. Essas possibilidades de intervenção são sugeridas por Medeiros (2010b) como constituintes da Psicoterapia Comportamental Pragmática³. Tal possibilidade de Aplicação da Análise do Comportamento à clínica foi utilizada no tratamento do caso relatado nesta monografia.

De acordo com Carvalho e Medeiros (2005) e Medeiros (2010a), quando o terapeuta emite uma regra e muda o comportamento verbal de uma pessoa, não quer dizer que ela vai

³ Uma apresentação detalhada da Psicoterapia Comportamental Pragmática foge ao escopo do presente trabalho, porém, convém apresentar algumas de suas características básicas como o treino do cliente em interpretar os eventos aos quais é exposto de forma mais **útil**; o uso da relação terapêutica como instrumento de mudança, com o uso de reforçamento diferencial natural; ênfase no comportamento verbal como elemento fundamental do processo terapêutico; a adoção de uma postura menos diretiva, sem a emissão de regras por parte do terapeuta; a realização de análises individuais e a mudança da função reforçadora condicionada generalizada de alguns estímulos, ou o seu uso para o fortalecimento de padrões comportamentais diferentes daqueles impostos culturalmente.

agir de acordo com o seu comportamento verbal. Por outro lado, quando há mudança nas contingências, por modelagem, quando se muda a relação que o indivíduo tem com o ambiente, é muito mais provável que ele adquira um novo repertório comportamental, do que quando ele segue o que o terapeuta disser que tenha que ser feito (Souza, 2009).

Ainda de acordo com Souza (2009), a probabilidade de o indivíduo seguir regras e auto-regras formuladas por si próprio é maior do que aquela de seguir regras emitidas por outra pessoa. Dessa forma, questionamentos reflexivos seriam úteis, já que esse método se propõe, com o uso de perguntas abertas, a dar condições para que o cliente perceba a função de seus comportamentos. Ao invés de dar a resposta para o cliente, o terapeuta promove condições para que o cliente descubra a solução para suas próprias indagações (Valls, 2010).

Por exemplo, quando um terapeuta quer demonstrar para a cliente que o ex-marido tem grande chance de não retomar o relacionamento, apesar da esperança enorme de retorno que a mesma ainda cultiva. O terapeuta poderia emitir a regra “Olha X, é muito difícil que Y volte para casa, pois ele já está morando com outra mulher e já demonstrou que não retornará, agora já é o momento de você esquecê-lo e focar em outros aspectos da sua vida, pois só assim você poderá parar de sofrer”. Ou o terapeuta pode fazer perguntas abertas como: “Fale-me das estratégias que você já utilizou para tê-lo de volta?”, “Quais dessas estratégias utilizadas funcionaram?” “X, diante de tudo o que você já tentou, qual a probabilidade de Y voltar pra você?”, “Agora que você me disse que a probabilidade de ele voltar é bem pequena, o quanto você está disposta a esquecê-lo?”, “Em termos práticos, o que pretende fazer para alcançar esse objetivo?”, “Fale-me dos outros objetivos de vida que você tem e que ainda gostaria de realizar”, “O que você está fazendo no momento para que seja possível realizá-los?”. Essas perguntas induziriam a cliente à reflexão sobre os fatos e conseqüentemente ao autoconhecimento, que é o objetivo primeiro da terapia.

Partindo dessa concepção, é importante considerar que controle por regras em terapia é menos eficiente que a modelagem por contingências, na medida em que a descrição verbal das contingências não tem o mesmo efeito que o controle exercido, diretamente, sobre as contingências atuais e passadas do cliente (Jonas, 2004).

Em vista disso, o ideal seria que os clientes criassem suas próprias regras, uma vez que o objetivo principal da psicoterapia é estabelecimento de um repertório de auto-análise, levando o cliente ao autoconhecimento (Jonas, 2004). O papel do terapeuta é criar condições para que o cliente consiga discriminar as contingências que controlam seu comportamento, criando condições para que ele modifique sua relação com o ambiente (Medeiros, 2010a).

Dessa forma, o capítulo a seguir apresenta a análise sobre a aplicação de regras na clínica e em relacionamentos amorosos, articulado assim, a temática da presente monografia.

3-REGRAS NA CLÍNICA E EM RELACIONAMENTOS AMOROSOS

Historicamente, o significado social do casamento, tem sofrido mudanças, principalmente em relação à motivação da escolha dos cônjuges (Araújo, 2002).

Na Idade Antiga (476 d.C.), havia um acordo financeiro entre o pai da noiva e o noivo, onde o último recebia um valor em dinheiro conhecido como dote, para poder se casar. Nessa época, a vontade da mulher não era levada em consideração (Guelfi, Frasson & Baltazar, 2006). O pai escolhia o marido de sua filha e estabelecia uma negociação com a família do noivo de acordo com suas expectativas pessoais e possível lucro na transação (Guelfi e cols., 2006).

Na Idade Média, o pai ainda decidia qual seria o melhor marido para a sua filha, porém, nessa época, o casamento se tornou sacramento da Igreja Católica. O casamento era considerado o único espaço legítimo para o uso da sexualidade, com o objetivo único de procriação (Araújo, 2002).

A idéia de casamentos “por amor”, sob a perspectiva da liberdade de escolha, começou no século XVIII e se firmou no século XIX (Guelfi e cols., 2006). O casamento, aqui, era considerado igualitário. Ainda segundo os citados autores, as pessoas já procuravam buscar algumas características que procuravam num parceiro, que envolvessem na maioria, amizade, companheirismo, amor e sexo. Porém, é na revolução burguesa, que as maiores mudanças no casamento se instituem, devido à dessacralização da Igreja (Guelfi, e cols., 2006).

Conforme Zordan (2008), fatores culturais, ideológicos, sociais, políticos e econômicos, constituíam fatores relevantes para a escolha de um parceiro amoroso. Ainda de acordo com o autor, toda essa mudança social e cultural durante os anos gerou novos tipos de relacionamentos amorosos. Porém, a vida em casal, mesmo que fosse por acordo financeiro, imposição da sociedade e Igreja, ou “por amor”, sempre esteve presente em todas as culturas.

Assim, “as formas de casamentos vividas, ao longo da história da humanidade, exercem uma constante influência naquelas experienciadas na contemporaneidade” (Zordan, 2008, p. 2).

Segundo Araújo (2002), a modernidade trouxe, com a ideologia burguesa, a valorização do amor individual, o casamento por amor, o erotismo na relação conjugal, a maior valorização e independência da mulher e, principalmente, a idéia do amor romântico.

Os autores Ribeiro e Ribeiro (1995) afirmam sobre a concepção moderna de amor que: o ideal de família moderna (...) é caracterizada pelos seguintes elementos: a) a livre escolha dos cônjuges e a incorporação do amor romântico no laço conjugal; b) aconchego da unidade doméstica que se torna um refúgio para as pressões do mundo público; e, finalmente, c) a importância central dos filhos e da mãe enquanto principal socializadora deles (p. 72).

Dessa forma, segundo os autores, com a influência da idéia de amor romântico, uma relação amorosa almejada atualmente, é pautada na amizade, ternura, compreensão, bem-estar, fidelidade, entre outros.

Os meios de comunicação, os quais influenciam o comportamento dos indivíduos, no que se refere a informações, entretenimento e orientações, por sua vez, comercializam esse “amor romântico”, divulgando por meio de jornais, revistas, programas de televisão, dentre outros, que os indivíduos só serão felizes e realizados, se vivenciarem um relacionamento amoroso (Babo & Jablonski, 2002).

Walster e Walster (1978, citado por Babo & Jablonski, 2002) citam que “romances podem começar numa torrente de paixão, mas para que a relação sobreviva deve haver uma evolução no sentido do companheirismo” (p. 41). Os autores ainda ressaltam que a sociedade cobra dos indivíduos que essa “paixão efêmera” deva ser eterna e, conseqüentemente, que, se os indivíduos não obtêm êxito na relação, em linguagem cotidiana, se frustram.

Costa (1998, citado por Babo & Jablonski, 2002) menciona sobre a crença do amor romântico que:

Aprendemos a crer que amar romanticamente é uma tarefa simples e ao alcance de qualquer pessoa razoavelmente adulta, madura, sem inibições afetivas ou impedimentos culturais. O sentimento do insucesso amoroso é, por isso mesmo, acompanhado de culpa, baixa da auto-estima e não de revolta contra o valor imposto (p. 42).

De acordo com Lazarus (1992), culturas transmitem a idéia de relacionamentos ideais para seus membros pertencentes e os mesmos podem criar expectativas irreais sobre seus relacionamentos. Os indivíduos entram num relacionamento com um repertório de comportamentos modelados por suas famílias e vivências passadas, as quais podem não ser compatíveis com as vivências do parceiro.

Esses relacionamentos ideais, transmitidos culturalmente, podem ser percebidos como estímulos discriminativos que controlam o comportamento dos indivíduos em relacionamentos amorosos. Os indivíduos agem de acordo com as contingências descritas por aquela regra, porém essas contingências descritas podem não ser estáveis, não condizendo com a realidade, ou seja, a contingência se altera, mas o comportamento continua sob o controle da regra (Silva & Weber, 2006). Dessa forma, ele segue essas regras imprecisas que descrevem, de forma inadequada, as contingências às quais esse indivíduo estaria exposto e, por consequência, pode entrar em contato com estímulos aversivos ou não ter acesso a reforçadores positivos (Carvalho & Medeiros, 2005).

De acordo com Skinner (1989/1991), quando uma pessoa fala a outra “eu te amo”, quer dizer em termos comportamentais, “Você reforça meu comportamento”, ou seja, para que exista uma relação de amor entre duas pessoas, as mesmas precisam emitir reforços mútuos. Porém, com o passar dos anos, toda a expectativa em relação àquele relacionamento

ideal construído pode começar a gerar dificuldades no relacionamento, pois um parceiro pode não reforçar alguns comportamentos reforçados anteriormente, privando o casal de reforços e expondo-os a estímulos aversivos (Otero & Ingberman, 2004).

Partindo do pressuposto de que a sociedade emite a regra de que uma pessoa só será feliz e realizada se for casada, muitos indivíduos mesmo expostos a relacionamentos punitivos, ou pouco reforçadores, continuam a se relacionar com o parceiro, pois segundo Carvalho e Medeiros (2005), “os estímulos aversivos aos quais se tem acesso quando se está só, têm magnitude sobre os estímulos aversivos oriundos da condição de estar mal acompanhada” (p. 52). Os indivíduos preferem permanecer num relacionamento ruim a perderem os reforçadores disponíveis no relacionamento.

Uma situação que ilustraria bem esse conceito seria a de uma mulher que está noiva e que mesmo que a presença do parceiro não seja muito reforçadora, aceita se casar por já estar se percebendo velha, aos 30 anos, para se casar e ter filhos e, além disso, tem receio de ficar sozinha. Ela aceita se casar, pelo caráter aversivo de ficar sem o parceiro e não ter filhos como todas as suas amigas tiveram e como a sua família gostaria.

Afinal, segundo Carvalho e Medeiros (2005), indivíduos que se casam e mantêm uma relação amorosa estável, entram mais em contato com reforçadores sociais do que pessoas sozinhas. A sociedade valoriza ter um companheiro, formar uma família e as pessoas acreditam que a felicidade se encontra na união e nos frutos da união. Ainda de acordo com os referidos autores, as pessoas se esquivam de alguns estímulos aversivos seguindo a regra “antes mal acompanhado do que só”, para obterem reforçadores sociais, já que a comunidade verbal poderia punir seu comportamento, caracterizando-as como “encalhadas” ou alguém que “vai ficar pra titia”. Enquanto o indivíduo não discriminar as mudanças ocorridas nas contingências, ele continuará se expondo a estímulos aversivos, ou em linguagem cotidiana,

vai continuar em sofrimento, seja por se achar “solteirona” e não realizada, seja por não estar num casamento que a satisfaça.

Carvalho e Medeiros (2005) afirmam que a maioria das procuras por psicoterapia estão, de alguma forma, relacionadas a queixas de relacionamentos amorosos e que o seguimento de regras imprecisas está presente em grande parte dos relacionamentos amorosos. Em vista disso, nos casos relacionados com comportamentos mal sucedidos⁴, decorrentes do seguimento de regras imprecisas, o terapeuta precisa mudar essas regras imprecisas em psicoterapia, provendo condições para que o cliente aprenda a discriminar as contingências que controlam seu comportamento e para que o mesmo modifique sua relação com o ambiente (Medeiros, 2010a). Em termos práticos, o terapeuta poderia, por meio de reforçamento diferencial e de questionamentos reflexivos, fazer o cliente discriminar qual a regra que ele está seguindo, o que mantém esse comportamento e qual a consequência do seguimento da regra em sua vida, para que assim, com autoconhecimento, o cliente possa mudar essa regra e adquirir um repertório mais bem sucedido⁵.

⁴ Que resultam em estímulos aversivos de grande magnitude ou perda de reforçadores em longo prazo, ainda que possam produzir reforçadores em curto prazo.

⁵ Conjunto de comportamentos que produzem consequências reforçadores e minimizam o contato com estimulação aversiva e a perda de reforçadores.

FORMULAÇÃO COMPORTAMENTAL

Dados da cliente:

Nome (iniciais): L.C.A.

Idade: 36 anos

Sexo: feminino

Estado civil: solteira

Cidade/bairro: Taguatinga Norte/ DF

Profissão: Auxiliar administrativo

Escolaridade: Ensino Médio completo

Queixas

L.C.A. procurou a terapia por indicação de seu psiquiatra. Ela tomava o medicamento Fluoxetina e foi diagnosticada com depressão maior. Descrevia-se com humor abatido, sem vontade para sair de casa, relacionar-se socialmente ou trabalhar. A cliente relatava não saber a real causa de seu sofrimento, já que tinha tudo na vida, apesar de manter um relacionamento amoroso, não estável, há 10 anos.

Histórico de Vida

L.C.A. tinha 36 anos no início do processo psicoterápico, era a terceira de quatro filhas, a única solteira dentre as três irmãs e que ainda morava com os pais. Os pais eram casados e, de acordo com a mesma, “formam um casal perfeito e feliz”. Ela tinha uma única sobrinha, filha de sua irmã mais nova, que é o seu “xodó” e para quem ela dedicava grande parte do seu tempo. Começou a trabalhar somente aos 23 anos como auxiliar administrativo, cargo que ela executava até o seguinte período de atendimentos.

Aos 11 anos de idade, sua irmã mais velha atirou, sem intenção, com uma arminha de chumbo, em seu olho, enquanto brincavam, deixando-a cega de um olho. Aos 16 anos, ela fez uma cirurgia de reparação, tendo conseguido implantar uma prótese. No mesmo ano, L.C.A.

conheceu seu primeiro namorado, com quem teve sua primeira experiência sexual. Namoraram durante 3 anos e noivaram por outros 2 anos, mas o noivado terminou, pois ele a traiu e não a procurou mais. A mesma se descrevia, nessa época, como muito “moldada” por ele, pois frequentemente ficava em casa “enquanto ele se divertia”.

Aos 23 anos, a cliente começou no seu primeiro emprego e aos 24, começou a se envolver com o segundo namorado, com quem namorou durante um ano e meio. Descrevia-o como “um amigo”, pois eles não tinham relações sexuais regulares, apesar de ela gostar muito de sua companhia. Ao fim de um ano e meio, eles terminaram em consenso, entrando em acordo de que o relacionamento era infundado.

Logo depois que L.C.A terminou o namoro, começou a se envolver com um vizinho que a elogiava bastante. A. tinha 14 anos na época, 12 anos mais novo que ela. A cliente então se relacionou com A., durante 10 anos, dos 26 aos 36 anos, sem que ele a assumisse como namorada. Ela menciona que não eram um casal, eram amigos, que mantinham relacionamentos sexuais. No entanto, ela relatava ser apaixonada por ele e que o mesmo não compartilhava esse sentimento. Por muitas vezes, ela serviu de conselheira ou ouvinte sobre os outros relacionamentos que ele mantinha, por medo de que, se eles acabassem a amizade, ele se afastaria dela.

L.C.A. nunca assumiu qualquer *status* de relacionamento deles para a família, pois tinha medo de ser julgada por estar mantendo um relacionamento com um homem tão mais novo que ela. A cliente ressaltava que, apesar de insistir na possibilidade de relacionamento futuro com ele, o mesmo nunca a satisfazia sexualmente, além de ser egoísta e só pensar no próprio prazer.

A cliente mencionava que não conseguia gostar de mais ninguém e que mesmo A. assumindo um relacionamento estável com outra pessoa, não saía de seus pensamentos.

L.C.A. enfatizava inclusive que, quando o mesmo voltava a procurá-la, todo sentimento vinha à tona novamente.

A cliente inicialmente relatou que nunca teve o desejo de procurar a terapia, por acreditar que o que lhe causava tristeza tinha origem fisiológica. Concordou em participar posteriormente, mesmo a contra gosto, por indicação de seu psiquiatra que indicou sessões de terapia concomitantes ao medicamento.

Objetivos/Comportamentos alvo

Os principais comportamentos indesejáveis emitidos pela cliente, que deveriam ser trabalhados durante as sessões, seriam a alta frequência dos comportamentos de L.C.A. de procurar A. e a alta frequência de pensar em relacionamentos amorosos.

Na maioria das vezes que a cliente procurava, ou ligava para A., conseguia encontrá-lo e essa situação se mantinha por 10 anos, sem que ele a assumisse como namorada. Ao mesmo tempo, a cliente relatava bastante sobre seus ex-relacionamentos mal sucedidos e de como ela gostaria que alguém a assumisse para que assim se tornasse uma mulher mais realizada. Esses comportamentos indesejáveis faziam parte de um repertório mal sucedido da cliente, já que procurar A., e pensar em relacionamentos amorosos se tornaram comportamentos que produziam contato com estímulos aversivos. Esses comportamentos alvo citados, deveriam, então, diminuir de frequência durante o processo psicoterápico, já que em longo prazo produziriam estímulos aversivos ou perda de reforçadores.

Além desses comportamentos citados que deveriam diminuir de frequência, alguns outros deveriam aumentar de frequência, como sair de casa para procurar familiares e amigos, ou aceitar convites, ampliando assim sua rede de contatos sociais. O fato de a cliente optar por isolar-se e não aceitar convites das pessoas ao seu redor para se divertir e não se expor a novos reforçadores, contribuía para a manutenção dos comportamentos depressivos da mesma.

Outro objetivo importante seria ajudá-la a reformular a regra imprecisa que seguia, de que só seria feliz e realizada, caso casasse. Essa regra deveria ser modificada, já que não descrevia de forma adequada as contingências às quais a cliente estava exposta.

Análises Funcionais

A. reforçava intermitentemente o comportamento de L.C.A de procurá-lo. Levando O reforço intermitente consiste em algumas respostas serem reforçadas e outras não. Esse esquema deixou a cliente por bastante tempo envolvida com A., afinal o reforçamento intermitente aumenta a resistência à extinção, já que várias respostas sendo reforçadas fica mais difícil de a pessoa discriminar entre o reforçamento intermitente e o não reforçamento da extinção (Moreira & Medeiros, 2007).

Antecedente :	Resposta/Freqüência →	Consequências em curto prazo
Ausência de A.	Ligar, procurar /Alta	Encontrá-lo , ter a companhia de A. – Sr ⁺
		Rejeição de outras pessoas – Sr ⁻
		Consequências em longo prazo
		Comportamento em esquema VI por um período aproximado de 15 em 15 dias
		Impedindo-a de se expor a novos reforçadores – Sp ⁻

Figura 1. Quadro demonstrativo da análise funcional do comportamento de L.C.A. de ligar e/ou procurar A.

A cliente se comunicava constantemente com A., que é seu vizinho. A. algumas vezes atendia e a chamava para sair. L.C.A., então, aceitava e eles se encontravam. Ele reforçava intermitentemente o comportamento da cliente, já que a procurava com freqüência, ou a mesma o procurava e eles acabavam se encontrando. Havia períodos, entretanto, em que A.

não a procurava, ou não a atendia e sumia, contudo esses períodos não eram longos, pode-se dizer que variavam aproximadamente de quinze em quinze dias.

O comportamento de vê-lo estava em esquema de reforçamento intermitente, porém, o comportamento de procurá-lo para ter uma relação estável estava em extinção. Dessa forma, o reforçamento intermitente do comportamento de procurá-lo, fazia com que ela não discriminasse que o reforço de ter uma relação estável com ele estava indisponível. Isso a impedia de se relacionar com outras pessoas, ou buscar outros reforçadores.

Somando-se a esses fatores, a cliente continuava investindo em A., também como uma resposta de esquiva à possibilidade de conhecer alguém e ser mais uma vez rejeitada, como havia acontecido em seu histórico de relacionamentos amorosos. Além disso, é importante ser citado, que a cliente mantinha uma relação de amizade com A. para que o mesmo continuasse em contato com ela. Dessa forma, mantendo-a por 10 anos nesse relacionamento.

Antecedente :	Resposta/Frequência →	Consequências em curto prazo
Presença de A.	Escutar, aconselhar/Alta	Ter A. por perto, manter relacionamento – Sr^+
		Consequências em longo prazo
		Contato com estímulos aversivos. – A. falar de outras mulheres para ela – Sp^+
		Não vê-la como mulher para ter um relacionamento e sim como uma amiga com quem se faz sexo ocasional – Sp^- e +
		Sentir-se usada – Sp^+

Figura 2: Quadro demonstrativo da análise funcional do comportamento de L.C.A. de escutar e, ou aconselhar A.

Observa-se, na análise realizada, que a presença de A. servia de estímulo discriminativo para o comportamento de L.C.A. de dar conselhos e escutá-lo e o que mantém esse comportamento é a manutenção do relacionamento entre eles. Ou seja, a consequência em curto prazo desse comportamento indesejável emitido pela cliente seria a manutenção do relacionamento com A., e a consequência em longo prazo, seria a cliente sentir-se usada, já que ele não o via como uma mulher com quem poderia assumir um relacionamento estável e sim como apenas uma amiga com quem tem relacionamentos sexuais ocasionais.

Ela chorava muito, relatava sentir-se depressiva e esquivava-se de situações sociais em que tinha que falar da sua vida. L.C.A. relatava não gostar de sair de casa, nem se divertir com as amigas. Gostava somente de ficar em casa, no escuro, vendo filmes, sem contato social.

Nessas ocasiões, a cliente mencionava que seus pais costumavam ir para seu quarto para fazerem companhia e sempre tentavam agradar de alguma forma, assim como suas amigas, irmãs e outros familiares.

Antecedente :	Resposta/Frequência →	Consequências em curto prazo
Presença de A., familiares e amigos	Chorar/ Alta	Atenção da família, amigos e A – Sr+
		Consequências em longo prazo
		Manutenção de comportamentos depressivos como operantes – Sp+
		Empobrecimento do repertório comportamental para obter os mesmos reforçadores – Sp ⁻

Figura 3: Quadro demonstrativo da análise funcional do comportamento de L.C.A. de chorar, na presença de familiares, A., ou amigos.

Antecedente :	Resposta/Frequência →	Consequências em curto prazo
Amigas a chamam p/ sair	Isolar-se/ Alta	Atenção/ preocupação das amigas – Sr ⁺
		Rejeição caso tentasse conhecer e se relacionar com outras pessoas – Sr ⁻
		Consequências em longo prazo
		Perda de contato social e oportunidades – Sp ⁻

Figura 4: Quadro demonstrativo da análise funcional do comportamento de L.C.A. de isolar-se, ou não aceitar convites frente ao chamado de amigas.

Nas figuras 3 e 4, verificam-se análises nas quais família, amigos e a presença de A. são antecedentes para a resposta de chorar e isolar-se da cliente e as consequências em curto prazo que mantêm o comportamento seriam a atenção, carinho e preocupação da família, amigos e A. Outra consequência, em curto prazo, que manteria o comportamento da cliente de isolar-se é a possibilidade de rejeição de A., caso a mesma tentasse conhecer e se relacionar com outras pessoas. E a consequência em longo prazo para esse último comportamento discutido, seria a perda de contato social, perda de oportunidades e dos possíveis reforçadores contingentes, o que agrava as repostas emocionais descritas como depressão.

As consequências em longo prazo que manteriam o comportamento da cliente de chorar seriam a manutenção de comportamentos depressivos como operantes, assim como o empobrecimento do repertório comportamental para obter os mesmos reforçadores, já que a cliente poderia obter atenção, preocupação e carinho de familiares e amigos de outras maneiras, que não chorando.

Além do que foi mencionado, o comportamento da cliente está sob controle da regra de que as mulheres só são felizes e realizadas se tiverem um homem ao seu lado e também foi aprendido por modelação, já que aprendeu pelo padrão de seus pais, que mulher feliz tem que ter uma família estruturada, modelo: pai e mãe felizes e com filhos.

Procedimentos de pesquisa

Essa pesquisa tem como base de análise os relatórios pós-sessão elaborados para cada uma das 14 sessões de terapia analítico-comportamental realizadas com a cliente. A pesquisa só se iniciou após a cliente ter assinado o termo de consentimento livre e esclarecido. O referido termo de consentimento segue em anexo.

Procedimentos utilizados nas sessões

Durante o processo psicoterápico, o procedimento escolhido de intervenção foi a utilização de audiência não punitiva, perguntas reflexivas e aplicação de reforço diferencial, conforme defendido pela Psicoterapia Comportamental Pragmática (Medeiros, 2010b). Como já mencionado, o reforço diferencial é uma combinação de extinção para comportamentos que se deseja diminuir de frequência e reforço para comportamentos que se deseja aumentar a frequência (Oliveira, 2009). Assim, relatos de comportamentos que deveriam aumentar de frequência como sair com amigos, procurar familiares e planejar projetos para o futuro, foram reforçados e comportamentos cuja frequência deveria diminuir como falar de A., relatar ter procurado A., e falar de relacionamentos amorosos foram extintos.

Nas primeiras cinco sessões, a terapeuta questionou-a sempre com perguntas abertas, sobre todos os aspectos de sua vida, de modo a que conseguisse fazer análises funcionais, para que enfim pudesse formular e testar as hipóteses das análises.

Nesse primeiro momento, todos os comportamentos da cliente foram reforçados, sempre que a cliente abordava assuntos relativos à A. a terapeuta fazia perguntas sobre o tema e reforçava suas respostas. Para explicitar essa situação, um trecho de diálogo por ser citado:

Cliente: “Sexta foi ótimo. Eu fui pra casa. Eu e minha mãe tomamos uma cervejinha... eu fui dormir cedo, no sábado eu trabalhei e ...depois eu cheguei em casa e fiquei em casa de boa também. Aí quando foi no domingo, eu fui chamada pra ir num aniversário de um primo meu, aí lá que o A. passou e me deixou triste...porque o A. tava lá e levou a namorada. E isso me deixou bastante triste”.

Terapeuta: “Como é que foi? Me conta mais sobre isso”.

É importante salientar que a extinção dos comportamentos indesejáveis emitidos pela cliente ocorreu de forma progressiva. Caso o vínculo não estivesse formado e o terapeuta não reforçasse alguns assuntos que a cliente gostaria de abordar, provavelmente o comportamento da cliente de ir à terapia não se manteria. Dessa forma, esse momento foi importante para que o vínculo entre terapeuta e cliente fosse criado e para que posteriormente o terapeuta pudesse trabalhar uma sessão de S-delta e aplicação de reforçamento diferencial.

A sexta sessão destinou-se, então, à sessão de S-delta, que é o ponto de partida para que se iniciem as sessões seguintes de reforçamento diferencial. Afinal, essa sessão consiste em o terapeuta fazer alguns questionamentos reflexivos, que façam a cliente discriminar as contingências as quais está exposta, ou no caso específico, levar a cliente discriminar que seus comportamentos em relação a A. tendo como reforçador uma relação estável estavam em extinção. Algumas perguntas realizadas na sessão de S-delta podem ser explicitadas, como: “Como ele reage quando você o procura?”, “Como você estava se sentindo antes de falar com ele novamente?”, “E depois que ele a procurou e sumiu?”, “Como você gostaria que fosse?”, “Fale-me as coisas que você já tentou para tê-lo de volta?”, “Quais estratégias utilizadas funcionaram?”, “Com base nisso, qual a chance de ele vir a te assumir?”, “O que você

precisa fazer para conseguir não manter contato com ele?”, “O que você está planejando para conseguir isso?”.

As perguntas em sequência acima explicitadas tiveram objetivo de que, ao final da sessão, a cliente chegasse à conclusão de que A., por fim, não assumiria qualquer relacionamento estável com ela, e que então, ela deveria procurar outros reforçadores.

As sessões seguintes, da 7ª à 13ª, destinaram-se a reforçamento diferencial, com perguntas reflexivas. Todas as vezes que a cliente emitia relatos verbais que abordassem assuntos que não de falar de A., a terapeuta respondia com reforço de atenção de ouvinte, sorria, falava “uhum”, e fazia mais perguntas que demonstravam interesse sobre o assunto. Por outro lado, todas as vezes que L.C.A. mencionava qualquer assunto relacionado ao A., a terapeuta não perguntava como costumava perguntar anteriormente, nem oferecia qualquer reforço de atenção de ouvinte, demonstrando, assim, desinteresse sobre o assunto.

Num primeiro momento, todas as respostas da cliente relacionadas à sair de casa, sair com as amigas e se relacionar com outros homens, durante as saídas, foram reforçadas. Posteriormente, a terapeuta continuou emitindo reforço de comportamento de ouvinte quando a cliente falava sobre suas saídas com as amigas, porém, começou a não reforçar mais qualquer relato da cliente referente à sua vida afetiva. Houve o enfraquecimento então, desses relatos em função do reforçamento para comportamentos sem relação com relacionamentos amorosos.

As perguntas, então, ajudaram-na a reformular a regra de que uma mulher só consegue ser feliz e realizada se estiver casada. O objetivo foi desconstruir a percepção da mesma de que só seria feliz se casasse, mostrando não existir relação direta com o fato. Nesse contexto, sempre que ela emitia opinião contrária à regra, seu comportamento era reforçada. Algumas perguntas reflexivas, utilizadas pelo terapeuta durante o processo terapêutico podem ser citadas, como: “Como você se sentiu quando conseguiu se controlar e não atender e nem ficar

com ele?”, “Agora que você está me dizendo que desistiu de A., que efeitos isso vai produzir no interesse por outros homens? Com base nisso, qual a chance de você desenvolver relação com outras pessoas?”, “Que tipo de problemas uma mulher casada pode enfrentar?”, “De que tipo de problemas você se livraria tendo um marido?”

Um trecho de diálogo entre a cliente e o terapeuta pode ilustrar os efeitos das perguntas reflexivas:

Cliente: “Aquele dia quando saí daqui eu fui pra casa tão bem. Menina, foi tão maravilhoso. Fiquei pensando em tudo que a gente falou. Menina, quando eu me pego triste, daí já penso em outra coisa. E já levanto a cabeça, já penso em outra coisa e já levanto a cabeça. As pessoas sentiram a mudança comigo. As pessoas sentiram as mudanças”.

Terapeuta: “Que ótimo!”

Cliente: “Em primeiro lugar, aquilo que você me falou que a gente não precisa de homem pra ser feliz”.

Terapeuta: “Eu falei?”

Cliente: “Você perguntou! E eu fui pensando”.

Cliente: “Ai eu pensei que realmente eu poderia estar bem comigo mesmo. Ai eu fiquei feliz comigo mesma. E eu fiquei bem”

Alguns deveres de casa foram propostos e trabalhados nas sessões posteriores. Na nona sessão, por exemplo, foi requisitado que a cliente descrevesse dez qualidades que ela atribuía a si mesma e as trouxesse por escrito, na sessão seguinte. Esse dever de casa foi trabalhado durante as sessões de número 10 e 11 e teve o objetivo de reforçar todas as características que eram atribuídas a ela e que não tivessem relação com casamento, ou relacionamento amoroso, sendo uma ferramenta para trabalhar reforço diferencial e contribuindo para que a cliente aprendesse a discriminar as contingências que controlam seus comportamentos.

Por fim, a sessão de número 14 foi a sessão de devolução, onde a terapeuta mencionou diretamente quais eram as queixas que L.C.A. havia levado para a terapia, a mudança de seus comportamentos durante o todo o processo terapêutico, quais comportamentos desejáveis deveriam ser mantidos e quais comportamentos indesejáveis foram modificados. Nessa sessão então, o terapeuta emitiu regras para o cliente, porém não foram conselhos ou regras específicas e sim reafirmações do que vinha sendo trabalhado em terapia.

Como o vínculo foi rompido por limite imposto pelo fim do semestre e o processo terapêutico não teria continuidade, o cliente tinha o direito de ter algumas informações de como se deu processo terapêutico, quais eram os objetivos e quais mudanças foram observadas. Nesse contexto, seria importante que o terapeuta fornecesse linhas gerais de funcionamento para o futuro em que cliente ficaria sem terapia.

Resultados Obtidos

Ao término do processo terapêutico, pôde ser observado que a cliente reformulou a regra que controlava seu comportamento, entendendo que ela poderia se realizar de outras formas, não necessitando de um homem ao seu lado para se sentir feliz. Ao passo que se pôde verificar a diminuição da frequência de procurar A., aumento da frequência de procurar as amigas e a família para fazer programas fora de casa, bem como o aumento da frequência de formular projetos para o futuro.

Quanto à regra imprecisa que a cliente seguia, dois trechos de diálogos entre a terapeuta e a cliente podem ser citados, para que possa ser ilustrado da melhor forma, a diferença entre o relato verbal que a cliente emitia no início da terapia e no processo final.

O seguinte diálogo entre a terapeuta e L.C.A. ocorreu durante a segunda sessão:

Terapeuta: “Qual a probabilidade de uma mulher se realizar com um homem perto dela?”

Cliente: “Nenhuma. Nenhuma. É engraçado, mas não sei por que eu sinto essa falta. Acho não sei se é porque tenho medo de ficar sozinha pelo resto da vida. Porque eu estou com essa

idade, e meus irmãos estão todos casados e só eu que estou solteira. Eu acho que eu que estou ficando velha, to passando da hora, to ficando pra titia.”

E um diálogo ocorrido durante, aproximadamente a décima sessão:

Terapeuta: “Qual a probabilidade de uma mulher ser feliz sem a presença do homem?”

Cliente: (...) eu posso viver feliz com a minha mãe, com o meu pai, eu posso ser feliz! E, geralmente, as pessoas cobram de mim, da rua, “ah, não vai casar, não arranja namorado, não vai casar”, e eu sempre falo “eu to de boa, não tenho ninguém pra me mandar e é desse jeito”. Eu falo lá, da boca pra fora, de noite e de dia. Só que agora eu pensei “se aparecer então apareceu, se não aparecer então eu vou viver sozinha e feliz”. Não vou ficar cobrando, procurando, entendeu? Eu pensei assim! Eu fui analisando, e nisso eu fui...foi abrindo as portas para outras coisas.”

Terapeuta: O que você passou a fazer sozinha desde começo da terapia até agora?

Cliente: Olha, eu entrei. Eu achava que não precisava entrar, consultar um psicólogo. Aí como eu te disse no primeiro dia que eu vim aqui, eu saí daqui assim, “pensei isso assim como é difícil falar da gente”, eu até achei engraçado (...) agora eu acho legal de vir, porque eu era uma pessoa muito alegre, eu não sei porque de uma hora para a outra eu me deixei de me amar. Não sei! Tudo pra mim caía como problema, aquele problema desse tamanho virava um problema desse tamanho (...) daí comecei a tomar Fluoxetina, e daí isso daí me revoltava”

No final das últimas sessões, a cliente mencionou estar parando de tomar o medicamento (Fluoxetina), pois seu psiquiatra constatou que não havia mais necessidade. Depois de ser exposta a novos reforçadores, a cliente se sentia mais disposta e houve a diminuição na frequência dos comportamentos queixosos.

Limitações do Atendimento

Foram observados dois fatores que dificultaram ou limitaram, de alguma forma, os atendimentos, como, a quantidade reduzida de sessões e não continuidade do processo

psicoterápico pela mesma terapeuta, devido ao tempo delimitado de aproximadamente três meses de estágio supervisionado, por período.

Além desse fator, destacam-se algumas faltas da cliente nas sessões iniciais, diminuindo ainda mais a quantidade de sessões realizadas.

Indicação para Tratamentos Futuros

Apesar do resultado satisfatório de intervenção, são indicadas novas sessões de psicoterapia, para que não aconteça novo registro de comportamentos, que produzam estímulos aversivos ou que não produzam reforçadores.

Ou seja, novas sessões seriam necessárias, visando a manutenção dos comportamentos desejáveis e extinção dos comportamentos indesejáveis emitidos por L.C.A., com a continuidade de intervenções com aplicação de reforçamento diferencial, perguntas abertas/reflexivas.

Caso não exista a manutenção dos comportamentos bem sucedidos, obtidos durante o processo psicoterápico, alguns comportamentos indesejáveis podem voltar a aumentar de frequência.

É importante ser considerado então que, sem o acompanhamento psicoterápico nesse processo inicial de aquisição de um novo repertório comportamental mais bem sucedido, os comportamentos da cliente poderiam voltar ao esquema intermitente, já que encontrar A., provavelmente ainda seja reforçador, e nesse caso, se o processo psicoterápico não se prolonga, a frequência de procurar ou ligar para A., poderia voltar a aumentar.

Além disso, a probabilidade de a cliente voltar a ficar sob controle da regra de que só seria feliz, se casada e com filhos seria grande, já que estaria exposta a essa regra imprecisa diariamente em seu meio social.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base no relato do caso clínico e na revisão bibliográfica concernentes à temática que se discorreu ao longo desse trabalho, esse estudo demonstrou que os métodos escolhidos de intervenção, quais sejam, reforçamento diferencial, audiência não punitiva e questionamentos reflexivos, foram procedimentos eficazes para se atingir os objetivos clínicos desse caso específico. Nesse sentido, constataram-se mudanças clínicas significativas, como a formulação de novas regras pela cliente.

O sujeito que procura a terapia geralmente está exposto a contingências aversivas com as quais não tem conseguido lidar de forma reforçadora. A partir dessa percepção, o terapeuta deve, por meio de intervenções terapêuticas, diminuir a frequência dos comportamentos indesejáveis que o cliente emite, para fugir ou se esquivar do reforçamento negativo que mantêm esses comportamentos, ao passo que deve aumentar a frequência de comportamentos desejáveis do cliente, para que assim, ele adquira um repertório mais bem sucedido (Medeiros, 2010a). Conseqüentemente, o cliente se sentirá melhor e aprenderá a controlar melhor a sua vida, já que um dos objetivos principais da psicoterapia é ensinar o cliente a discriminar as contingências das quais seu comportamento é função. Com isso, também é esperado que o cliente, ao final do processo terapêutico, passe a lidar de maneira diferente com as contingências às quais está em contato.

O estudo de caso mencionado exemplifica o papel da perspectiva de amor romântico, no controle do comportamento de clientes que apresentam queixas de relacionamentos amorosos. A cliente seguia a regra de que uma mulher só é feliz se for casada. L.C.A. seguia o padrão da comunidade verbal a qual pertence, já que todas as suas irmãs eram casadas e seus pais representavam um casal perfeito nos moldes da cultura ocidental contemporânea.

A cliente mencionou repetidas vezes durante as sessões que tudo o que precisava para ser feliz seria ter um companheiro e filhos. Essa regra comumente seguida principalmente por

mulheres é uma regra imprecisa, pois muitas vezes, descreve de forma incorreta as contingências às quais as pessoas estão expostas, colocando-as dessa forma, em contato com estímulos aversivos ou com a perda de reforçadores (Silva & Weber, 2006). Tal regra é imprecisa porque pessoas podem ser felizes sem companheiro e filhos, ao mesmo tempo, tê-los, não significa obrigatoriamente a felicidade caso outras condições tão importantes ou mais, não estejam presentes (Carvalho & Medeiros, 2005).

A queixa inicial de L.C.A. era depressão, mas a mesma não sabia os motivos que a levavam a estar naquela condição. Durante o processo terapêutico, verificou-se que, sem a emissão de regras e somente reforçando os comportamentos da cliente diferencialmente através de perguntas abertas e reflexivas, a cliente aprendeu a discriminar as contingências as quais seu comportamento é função, formulou novas regras, ou modificou regras imprecisas e se expôs a novos reforçadores. Em consequência desse processo, ela parou de tomar medicamentos anti-depressivos e se descrevia como uma pessoa mais feliz e realizada.

Percebe-se a partir do caso relatado que todos os métodos de intervenção utilizados tiveram o objetivo de levá-la ao autoconhecimento e, conseqüentemente, à modificação de seus comportamentos indesejáveis e aquisição de um novo repertório mais bem sucedido.

É importante ser enfatizado que nenhuma regra foi emitida ao longo o processo psicoterápico, com exceção dos deveres de casa e da sessão de devolução. Nas sessões citadas, regras foram utilizadas com objetivos distintos. Os deveres de casa emitidos visavam produzir elementos verbais diferentes dos geralmente trazidos pela cliente, para se trabalhar com o reforçamento diferencial nas sessões que se seguiram e a sessão devolução, teve como objetivo, deixar a cliente ciente do que foi trabalhado, considerando que haveria uma interrupção no processo terapêutico.

Com o sucesso desse caso, pode-se perceber que o uso de emissão de regras por parte do psicoterapeuta pode ser evitado, já que, como citado anteriormente, pode produzir efeitos

colaterais indesejáveis. Ao passo que a aprendizagem por contingências, apesar de ser mais lenta, traria menos efeitos colaterais (Medeiros, 2010a).

Esse estudo se propôs a criar novos questionamentos sobre a importância da utilização de regras em clínica tendo com pano de fundo o relato de um caso de queixa amorosa, não esgotando ou criando conclusões definitivas sobre o assunto.

Vale destacar a importância da divulgação do caso analisado no presente estudo a terapeutas iniciantes de modo a subsidiar sua atuação nos atendimentos clínicos correlatos.

Dessa forma, estudos empíricos sobre a temática das relações amorosas, na perspectiva comportamental contribuirão sobremaneira para o aprofundamento da questão.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abreu-Rodrigues, J, & Sanabio-Heck, E. T. (2004). Instruções e Auto-instruções: Contribuições da pesquisa Básica Em C. N. Abreu & H. J. Guilhardi, (Orgs.), *Terapia comportamental e Cognitivo-comportamental: Práticas clínicas* (pp. 152-168). São Paulo: Editora Rocca
- Albuquerque, L. C. (2001). Definições de Regras. Em H. J. Guilhardi, M. B. B. P. Madi, P. P. Queiroz, & M. C. Scoz (Orgs.), *Sobre Comportamento e Cognição – Expondo a variabilidade, Vol. 7* (pp. 132-140). Santo André: ESETec
- Alves, N. N. F, & Isidro-Marinho, G. (2010). Relação terapêutica sob a perspectiva analítico-comportamental. Em de-Farias, A. K. C. R. (Org.), *Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso*. Porto Alegre: Artmed.
- Araújo, M. F. (2002). Amor, casamento e sexualidade: velhas e novas configurações. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 22 (2), 70-77.
- Baltazar, J. A, Frasson, C. A, Guelfi, E. C. (2006). Análise dos fatores que levaram à escolha do cônjuge em indivíduos pesquisados na cidade de Londrina e região. *Revista terra e cultura*. Disponível em: http://web.unifil.br/docs/revista_eletronica/terra_cultura/n43/terra_08.pdf. Acesso em 09 Out. 2010.
- Babo, T. & Jablonski, B. (2002). *Folheando o amor contemporâneo nas revistas femininas e masculinas*. ALCEU, 2, 4, jan./jun., 36 - 53.
- Baum, W. (2006). *Compreender o Behaviorismo – Comportamento, Cultura e Evolução* (M. T. A. Silva, M. A. Matos, G. Y. Tomanari & E. Z. Tourinho, trads.). Porto Alegre: Artes Médicas. (Trabalho original publicado em 1994).

- Carvalho, M. C. G. B. de & Medeiros, C. A. (2005). Determinantes do seguimento da regra: antes mal acompanhado do que só. *Universitas: Ciências da Saúde*, 3,(1), 47-64.
- Castanheira, S. S. (2001). Regras e aprendizagem por contingência: sempre e em todo lugar. Em: H. J. Guilhardi, M. B. B. P. Madi, P. P. Queiroz, & M. C. Scoz (Orgs.), *Sobre Comportamento e Cognição: contribuições para a construção da teoria do comportamento*, Vol. 9 (pp. 36-46). Santo André: ESETec.
- Catania, A. C. (1999). *Aprendizagem: Comportamento, Linguagem e Cognição* (A. Shimidt, D. G. de Souza, F. C. Capovilla, J. C. C. de Rose, M. J. D. dos Reis, A. A. da Costa, A. Gadotti, trads.). Porto Alegre: Artmed (Trabalho original publicado em 1998).
- Donadone, J. C. & Meyer, S. B. (2005). Orientação e Auto-orientação em atendimentos de terapeutas analítico-comportamentais experientes e pouco experientes. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 7, 219-229.
- Ferster, C. B. (2007). Psicoterapia do ponto de vista de um comportamentalista. *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, 3, 121-144.
- Hayes, S. C., Kohlenberg, B. A., & Melancon, S. M. (1989). Avoiding and altering rule-control as a strategy of clinical intervention. Em: Hayes, S. C (Ed.), *Rule-governed behavior: Cognition, contingencies and instructional control* (pp. 359-384). Reno, NV: Context.
- Jonas, A. L. (1997). O que é auto-regras? Em R. A. Banaco (Org.), *Sobre comportamento e cognição: aspectos teóricos, metodológicos e de formação em Análise do Comportamento e Terapia Cognitivista* (pp. 144-147). São Paulo: Arbytes.
- Jonas, A. L. (2004). O controle por regras na terapia comportamental. *Integração: ensino-pesquisa-extensão*, 43, 269-273.
- Kohlenberg, R. J., & Tsai, M. (1991/2001). *Psicoterapia Analítica Funcional: Criando relações terapêuticas intensas e curativas* (F. Conte, M. Delitti, M. Z. Da S. Brandão, P.

- R. Derdyk, R. R. Kerbaux, R. C. Wielenska, R. A. Babaco, R. Starling, trads.). Santo André: ESEtec.
- Medeiros, C. A. (2010a). Comportamento governado por regras na clínica: Algumas considerações Em: de-Farias, A. K. C. R. (Org.), *Análise comportamental clínica: aspectos teóricos e estudos de caso*. Porto Alegre: Artmed.
- Medeiros, C. A. (2010b). Psicoterapia Comportamental Pragmática: uma terapia comportamental menos diretiva [RESUMO]. Em Resumos de Comunicações Científicas do XIX Encontro Brasileiro de Psicoterapia e Medicina Comportamental. Associação Brasileira de Psicoterapia Comportamental e Cognitiva. Campo do Jordão, SP.
- Meyer, S. B. (2005). Regras e auto-regras no laboratório e na clínica Em: J. Abreu-Rodrigues, J. & M. M. Ribeiro, (Orgs.), *Análise do Comportamento – Pesquisa, teoria e aplicação* (pp. 211-229). Porto Alegre: Artmed.
- Moreira, m. B. & Medeiros, C. A. (2007). *Princípios Básicos de Análise do Comportamento*. Porto Alegre: Artmed.
- Oliveira, G. A. J. O. (2009). *O efeito da escuta diferencial sobre a frequência do comportamento verbal queixoso*. Monografia de conclusão de curso de graduação em Psicologia não publicada, Centro Universitário UniCEUB. Brasília DF
- Paracampo, C. C. S. P. & Albuquerque, L. C. (2005). Comportamento controlado por regras: revisão crítica de proposições conceituais e resultados experimentais. *Interação em Psicologia*, 9, p. 227-237.
- Poppen, R. L. (1989). Some clinical implications of rule-governed behavior. In S. Hayes (Org.), *Rule-governed behavior: cognition, contingences, and instructional control*, (pp.325-357). New York: Plenum Press.

- Ribeiro, I. & Ribeiro. A. C.T. (1995). *Família em processos contemporâneos: inovações culturais na sociedade brasileira*. São Paulo: Loyola..
- Santos, J. G. W., Paracampo, C. C. P. & Albuquerque, L. C. (2003). Análise dos efeitos de histórias de variação comportamental sobre o seguimento de regras. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 17, 413-425.
- Silva, S. P. (2002). Considerações sobre o relacionamento amoroso entre adolescentes. Disponível em : http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-32622002000200003. Acesso em: 08 Out.2010
- Silva, M. C. A., Weber. L .N. D. (2006). Regras e auto-regras: um estudo sobre o comportamento de mulheres no relacionamento amoroso Em: H. J. Guilhardi & N. C. Aguirre, (Orgs.), *Sobre comportamento e cognição: Expondo a variabilidade*.Vol.18 Santo André: Esetec.
- Skinner, B. F. (1984). Contingências de reforço: uma análise teórica. (R. Moreno Trads.) Em V. Civita (Org.), *Skinner: os pensadores*. São Paulo: Editora Abril. (Trabalho original publicado em 1969)
- Skinner, B. F. (1991). *Questões recentes na análise comportamental*. Traduzido por A. L. Neri Campinas: Papyrus. (Trabalho original publicado em 1989)
- Teixeira, R. R. J. (2007). *Variáveis de controle do comportamento governado por regras: Uma análise de métodos e resultados de estudos da área*. Dissertação de mestrado do Curso de Psicologia da Universidade Federal do Pará. Disponível em: <http://www3.ufpa.br/ppgtpc/dmdocuments/MESTRADO/dissertacaoRONALDO.pdf>. Acesso em: 26 Out. 2010.
- Zordan, E. P. (2008). *Mitos Conjugais: a perspectiva dos adultos jovens*. Artigo derivado da dissertação de mestrado não-publicada, Faculdade de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.

ANEXO

TERMO DE CONSENTIMENTO

Declaro estar ciente que:

1. Serei atendido no processo de _____, que será conduzido por um aluno / estagiário do último ano do curso de Psicologia do UniCEUB, que será orientado por um professor devidamente qualificado e inscrito no CRP – Conselho Regional de Psicologia.
2. Os atendimentos poderão ser observados através de uma sala destinada a este fim, para que o estagiário possa ser orientado pelo professor – supervisor e para que outros alunos possam também aprender com o acompanhamento do caso.
3. De acordo com os objetivos do Projeto de Estágio, os atendimentos poderão ser filmados ou gravados, para fins de acompanhamento da evolução do caso e/ou pesquisa.
4. O estagiário guardará segredo (sigilo profissional) em relação ao que for tratado nas sessões, exceto na supervisão.
5. Nos casos em que o cliente for inscrito no CENFOR por Instituições/ Empresas, o professor–supervisor poderá encaminhar laudos psicológicos a um outro profissional da mesma área, a critério da Instituição / Empresa e / ou a critério do próprio CENFOR.
6. Os casos atendidos no CENFOR, para serem divulgados publicamente, seja como relatório, artigo, monografia ou em simpósios, congressos, etc., deverão submeter-se à aprovação de um Comitê de Ética em Pesquisa.

Data: ____ / ____ / ____.

Aluno

Professor Orientador

Assinatura

Assinatura

Cliente: _____

Assinatura

