

VIII SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

29 a 30 de Novembro de 2018

UMA ANÁLISE PRELIMINAR DA LITERATURA PSICOLÓGICA SOBRE A FUNÇÃO DO AUTOCONTROLE NA PSICOTERAPIA

Natalia Maria Weber (Programa de Iniciação Científica (PIC), Departamento de Psicologia, Universidade Estadual de Maringá, Maringá-PR, Brasil); Carlos Eduardo Lopes (Laboratório de Filosofia e Metodologia da Psicologia, Departamento de Psicologia, Universidade Estadual de Maringá, Maringá-PR, Brasil); Carolina Laurenti (Laboratório de Filosofia e Metodologia da Psicologia, Departamento de Psicologia, Universidade Estadual de Maringá, Maringá-PR, Brasil).

contato: nataliamariaweber1997@gmail.com

Palavras-chave: Terapia psicológica. Autocontrole. Contracontrole. Adaptação. Análise do comportamento.

Ao tratar da Psicoterapia, Skinner (1991) argumenta que um processo terapêutico bem-sucedido seria aquele que promove a eliminação de eventos aversivos e o aumento de reforçadores positivos para o cliente. Para tanto, um dos papéis desempenhados pela psicoterapia seria o estabelecimento de um repertório de autocontrole. De um ponto de vista comportamental, o autocontrole é entendido como o repertório responsável pela alteração de variáveis controladoras do próprio comportamento do indivíduo, diminuindo ou evitando consequências aversivas. Assim, partindo da identificação de variáveis das quais o seu comportamento é função (autoconhecimento), o autocontrole possibilita que o indivíduo altere essas variáveis e, conseqüentemente, seu próprio comportamento.

No entanto, uma análise mais cuidadosa mostra que a promoção do autocontrole no contexto da psicoterapia pode ter duas funções. Quando psicólogo considera o controle institucional na análise funcional, e cria condições para que o cliente também o identifique e, eventualmente, oponha-se a ele, o autocontrole tem a função de promover o contracontrole ou questione o poder de agências controladoras. Já quando o psicólogo não identifica o controle institucional, ou o identifica, mas não cria condições para que o cliente discrimine e enfrente esse controle, a psicoterapia desenvolve um autocontrole com função meramente adaptacionista.

Em relação à suposta função adaptacionista da psicoterapia, há inúmeras críticas sociais, que evidenciam que as práticas psicoterapêuticas historicamente estiveram voltadas ao interesse de uma minoria que detinha o poder, de modo a promover a obediência e ajustamento dos sujeitos que eram considerados desajustados à sociedade (HOLLAND, 1978; MOREIRA, ROMAGNOLI, NEVES, 2017). Tais críticas evidenciam uma atuação

VIII SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

29 a 30 de Novembro de 2018

psicoterapêutica voltada à manutenção do poder das agências controladoras, em detrimento dos indivíduos.

Partindo dessa dupla função do autocontrole no contexto psicoterápico (contracontrole ou adaptação), bem como das críticas à função adaptacionista da psicoterapia, o objetivo desta pesquisa bibliográfica é avaliar a função do autocontrole promovido pela psicoterapia na literatura psicológica nacional. O material bibliográfico que está sendo utilizado na pesquisa são artigos em português, buscados nos seguintes portais eletrônicos de pesquisa: *Periódicos Eletrônicos em Psicologia* (Pepsic) e *Portal de Periódicos da CAPES*, selecionando as bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e a *Biblioteca Virtual em Saúde Psicologia Brasil* (BVS-Psi). Em relação aos critérios utilizados para a seleção dos artigos, foram excluídos artigos em língua estrangeira e materiais que tratavam sobre outro tipo de terapia, não relacionada diretamente à psicologia. Já em relação aos critérios de inclusão, foram selecionados artigos que apresentassem qualquer combinação de palavras-chave que contemplasse os termos “autocontrole”, “psicoterapia” e suas variações, sendo definidas 28 combinações de palavras-chave buscadas (ex: “Autocontrole AND Terapia”, “Autocontrole AND Clínica”).

O procedimento empregado envolveu duas etapas. Na etapa 1 foram realizadas as buscas de acordo com os critérios de seleção e exclusão nas diferentes bases de dados. Já na etapa 2 o material selecionado foi sistematizado em uma tabela que contemplava as seguintes informações: (i) Referência do artigo; (ii) as palavras-chave encontradas; (iii) transcrição do trecho do texto que tratava sobre o autocontrole na psicoterapia; e (iv) comentários, que especificavam a(s) função(s) descrita(s) do autocontrole e/ou presença das agências de controle. Posteriormente, está sendo realizada uma análise quantitativa e a qualitativa.

Em relação aos dados quantitativos, a busca no *SciELO* obteve 11 artigos ao todo, sendo que um foi excluído pela língua, e 4 por não terem relação com a temática da pesquisa, restando, ao final, 6 artigos para análise. No *BVS-Psi* foram encontrados 274 artigos, sendo que 13 foram excluídos pela língua, 149 por repetição, e 107 por não terem relação com a temática da pesquisa, restando ao final 5 artigos selecionados para análise. No *PEPSIC* foram encontrados inicialmente 9 artigos, dos quais 3 foram excluídos por repetição e 3 por não se ajustarem à temática da pesquisa, restando ao final 3 artigos selecionados para análise. Os artigos que foram excluídos por não se ajustarem à temática da pesquisa apresentavam outros tipos de terapia (p. ex. quimioterapia, fonoterapia) ou apenas citavam o termo “autocontrole”,

VIII SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

29 a 30 de Novembro de 2018

sem defini-lo ou discuti-lo. Assim, foram selecionados inicialmente, nas três bases de dados, 14 artigos para análise. No entanto, mais um dos artigos acabou sendo excluído por apresentar o autocontrole fora do contexto psicoterapêutico, como um repertório natural do indivíduo e a psicoterapia como estratégia de tratamento dos efeitos negativos desse repertório. Desse modo, restaram ao final 13 artigos para análise e discussão.

Os artigos analisados foram classificados de acordo com duas categorias gerais: *Política* e *Apolítica*. A categoria *Política* foi subdividida em duas subcategorias: *Enfrentamento/Contracontrole* e *Ajustamento/Adaptação*; esta última subcategoria foi, por sua vez, subdividida em ajustamento *deliberado* e *alienado*.

A categoria *Política* incluiu artigos nos quais as discussões apresentadas explicitavam a relação do sujeito com a sociedade e agências controladoras, ou seja, relações de poder desequilibradas. Diante dessas relações, havia duas possibilidades de acordo com as subcategorias: a promoção de enfrentamento/contracontrole ou de ajustamento/adaptação. Os artigos incluídos na categoria *enfrentamento/contracontrole* apresentavam uma discussão do autocontrole mencionando variáveis controladoras manipuladas por agências, que eram consideradas na proposta de intervenção como responsáveis pelas consequências aversivas do comportamento do cliente. Já no caso dos artigos incluídos na categoria *ajustamento/adaptação*, foram consideradas duas possibilidades: quando o psicoterapeuta identificava ou mencionava as variáveis controladoras manipuladas por agências, mas não levava o cliente a discriminar essas variáveis, o artigo foi classificado como *ajustamento deliberado*. Já quando o psicólogo sequer mencionou variáveis manipuladas por agências, o ajustamento foi considerado *alienado*. Por fim, a categoria *Apolítica* apresentava discussões sobre fenômenos que não envolviam diretamente relações entre indivíduo e agências de controle e/ou sociedade.

Do ponto de vista quantitativo, dos 14 artigos analisados, 12 artigos foram classificados como políticos, sendo 4 da subcategoria *enfrentamento/contracontrole* e 8 da subcategoria *adaptação*. Na subcategoria *adaptação*, 3 evidenciaram um ajustamento *deliberado* e 5 *alienado*. Apenas 1 artigo foi incluído na categoria *Apolítica*.

Apesar dos resultados apresentarem a função da psicoterapia mais atrelada à adaptação do sujeito ao controle das agências, algo que deve ser evidenciado é que a categorização proposta partiu de como o autocontrole foi definido e contextualizado nos artigos e não da posição dos autores sobre a temática.

VIII SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

29 a 30 de Novembro de 2018

Desse modo, vale ressaltar que o artigo “Uma etnografia sobre o atendimento psicoterapêutico a transexuais” (OLIVEIRA, 2014) enfatizou a função adaptacionista da psicoterapia na promoção de autocontrole, com o intuito de criticar e promover questionamentos sobre essas práticas. Oliveira (2014) explicita o caso da mulher transexual que é conduzida no contexto psicoterápico a assumir uma posição “dócil e delicada para que, diferentemente das travestis, tidas como “despeitadas”, “brigonas”, não sejam vítimas de preconceito e discriminação” (p. 857). O autocontrole é apresentado, nesse contexto, como um repertório que promove o ajustamento dos sujeitos transexuais as condições de preconceito e discriminação da sociedade. O autor assume, portanto, uma postura crítica ao evidenciar que a clínica psicoterápica “prevê um ideal de comportamento para que o indivíduo não se torne vítima de preconceito e da discriminação” (p. 857), porém, as consequências disso seria a privatização do preconceito que tem como função forçar identidades de gênero “bem comportadas”.

Os demais artigos categorizados como adaptacionistas, quando discutiam as variáveis controladoras das agências, não evidenciavam as consequências aversivas para o sujeito. Com isso, possíveis estratégias de enfrentamento não eram nem consideradas na discussão. De modo geral, os resultados possibilitam novos questionamentos acerca da prática psicoterápica, como também da formação em psicologia, permitindo identificar ambiguidades e lacunas, bem como novos caminhos de atuação e de estudos a serem realizados sobre a temática do autocontrole e da psicoterapia. Por fim, os resultados corroboram a importância de uma atuação pautada numa perspectiva crítica e humanizada, que auxilie os indivíduos na identificação dos controles, como também na promoção de repertórios de contracontrole, que combatam relações de opressão, discriminação e desigualdade.

Referências

HOLLAND, J. G. Behaviorism: part of the problem or part of the solution? **Journal of Applied Behavior Analysis**, v. 11, n. 1, p. 163-174, 1978.

MOREIRA, J. O; ROMAGNOLI, R.C; NEVES, E. O. O surgimento da clínica psicológica: da prática curativa aos dispositivos de promoção de saúde. **Psicologia: Ciência e Profissão**. v. 27, n. 4, p. 608-621, 2017.

VIII SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

29 a 30 de Novembro de 2018

OLIVEIRA, M. J. Uma etnografia sobre o atendimento psicoterapêutico a transexuais. **Revista Estudos Feministas**, Florianópolis, v. 22, n. 3, p. 839-862, Dec. 2014. 21.

SKINNER, B. F. O lado operante da teoria comportamental. In: _____. **Questões recentes na análise comportamental**. Campinas, SP: Papyrus, p. 101-116, 1991.