

# VII SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

07 a 08 de Dezembro de 2017

## A FUNÇÃO DO AUTOCONTROLE NA PSICOTERAPIA

Natalia Maria Weber (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).

contato: nataliamariaweber1997@gmail.com

**Palavras-chave:** Autocontrole. Meta terapêutica. Agências de controle. Autonomia. Análise do comportamento.

Na análise do comportamento a psicoterapia é caracterizada como uma agência de controle, pois dispõe de técnicas efetivas no controle do comportamento do cliente, como ser uma audiência não punitiva e fazer uso de conselhos em forma de regras orientadoras. Empregando essas técnicas, a psicoterapia desempenha dois papéis centrais: o tratamento dos subprodutos emocionais e o estabelecimento de um repertório de autocontrole. Com isso, o processo psicoterápico diminui o sofrimento do cliente e também possibilita que ele lide melhor com os eventos aversivos decorrentes do controle de outras agências. No caso do repertório de autocontrole, ele possibilita que o indivíduo tenha tolerância à estimulação aversiva e também arranje contingências para a instalação de comportamentos que não sejam punidos. Nota-se, assim, que o repertório de autocontrole é significativo na psicoterapia e nos contextos da vida do indivíduo, pois ameniza seu sofrimento. Entretanto, há críticas sociais que sugerem que a função central do autocontrole na psicoterapia seria o ajustamento do indivíduo ao controle das agências. O repertório de autocontrole passa a ser caracterizado, por tais críticas, como uma autonomia ilusória, na qual o indivíduo manipula determinadas variáveis das quais seu comportamento é função, mas age apenas de acordo com o que é definido como correto pelas agências. Tais críticas conduzem à conclusão de que a psicoterapia estaria sempre a serviço das demais agências e que o autocontrole seria uma ferramenta "adaptacionista". O objetivo desta pesquisa é avaliar o alcance dessas críticas, investigando a função do autocontrole na literatura sobre práticas psicoterápicas. Para isso será realizada uma pesquisa de natureza bibliográfica, cujas fontes serão artigos científicos selecionados nas bases de dados: *Periódicos Eletrônicos de Psicologia* (PePSIC), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e *Biblioteca Virtual em Saúde Psicologia Brasil* (BVS-Psi). Serão selecionados artigos em língua portuguesa que contenham as palavras-chave "autocontrole", "psicoterapia" e variantes, no título ou corpo do texto. O material selecionado será sistematizado em uma tabela, composta pelas seguintes colunas: referência do artigo, palavras-chave encontradas, transcrição do trecho no qual a palavra foi encontrada, e comentários especificando a função do autocontrole. Posteriormente, será elaborado um texto que sistematize a(s) função(ões) do autocontrole e a pertinência das críticas sociais na literatura analisada. Espera-se que a pesquisa possa contribuir para um melhor esclarecimento das relações entre psicoterapia e demais agências de controle, bem como para a atualização de discussões sobre a função política e social do psicólogo.