

ANÁLISE COMPORTAMENTAL CLÍNICA: UM ESTUDO DE CASO SOBRE ANSIEDADE BASEADO NAS EXPERIÊNCIAS VIVENCIADAS DURANTE O ESTÁGIO BÁSICO SUPERVISIONADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA

*CLINICAL BEHAVIORAL ANALYSIS: A
CASE STUDY ON ANXIETY BASED ON
EXPERIENCES EXPERIENCED DURING
THE BASIC SUPERVISED INTERNSHIP IN
CLINICAL PSYCHOLOGY*

Jackellynne Silva do Nascimento 1

Aline Soares Oliveira 2

Leandro Schroder de Paula 3

Resumo: A elaboração do presente artigo baseia-se nas experiências vivenciadas durante a realização do estágio básico supervisionado em psicologia clínica, o qual teve como base a vertente psicológica analítico-comportamental. O objetivo deste trabalho é descrever a evolução terapêutica do caso acompanhado durante o estágio, bem como analisar os dados coletados a partir das observações dos atendimentos clínicos, e estudá-los na perspectiva da análise do comportamento. Para tanto, utilizaremos também do método de revisão bibliográfica acerca da prática em psicologia clínica baseada na análise do comportamento, e da compreensão da ansiedade sob a ótica da mesma. Ainda neste, serão descritas as intervenções realizadas e os resultados obtidos a partir destas.

Palavras-chave: Prática Clínica. Análise do Comportamento. Evolução Terapêutica.

Abstract: The elaboration of this article is based on the experiences lived during the completion of the supervised basic internship in clinical psychology, which was based on the behavioral-analytical psychological aspect. The objective of this paper is to describe the therapeutic evolution of the case followed during the internship, as well as to analyze the data collected from the observations of clinical care, and study them from the perspective of behavior analysis. For that, we will also use the literature review method about the practice in clinical psychology based on the analysis of behavior, and the understanding of anxiety from its perspective. Also in this, the interventions carried out and the results obtained from them will be described.

Keywords: Clinical Practice. Behavior Analysis. Therapeutic Evolution.

Graduada em Psicologia pela Faculdade Católica Dom Orione. **1**
Pós-graduanda em Psicanálise pelo Instituto Suassuna.
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7034334944348079>.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2374-768X>.
E-mail: jackellynne.psi@gmail.com

Graduada em Psicologia pela Faculdade Católica Dom Orione. **2**
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0476953574922607>.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5704-6312>.
E-mail: line.s.o1996@gmail.com

Mestre em Ciências do Comportamento (UnB) com ênfase em **3**
Análise do Comportamento. Graduado em Psicologia (PUC-GO).
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2203801867821710>.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7955-8319>.
E-mail: lean.schroder@gmail.com

Introdução

Sabe-se que a atuação do Psicólogo clínico é atravessada por desafios, tendo em vista que se trata de diversas situações envolvendo diferentes demandas trazidas pelos clientes, para as quais o profissional deve possuir todo conhecimento técnico e científico necessário para trabalhar no planejamento de intervenções que amenize ou solucione essas problemáticas. Nesse contexto, Quadros (2012, p. 197) afirma: “Compreendo e vivencio a prática clínica como um trabalho artesanal cheio de nuances e entremeios que formam figuras sempre diferentes e singulares”. Dessa forma, entende-se que a prática clínica vai além das questões técnicas, haja vista que envolve dedicação e sensibilidade no que se refere à promoção do bem-estar do sujeito.

A elaboração do presente trabalho surge a partir das experiências vivenciadas no estágio básico supervisionado em Psicologia clínica, suas práticas foram desenvolvidas no laboratório experimental humano de práticas psicológicas de uma faculdade localizada no interior do estado do Tocantins, no período de outubro e novembro, sendo uma realizada a cada semana, onde também foram realizados registros em relatórios semanais com as percepções acerca dos acontecimentos em campo, bem como discussões dos casos assistidos nas supervisões de estágio com o professor supervisor responsável por tal estágio.

O objetivo deste trabalho é expor a evolução terapêutica de um caso clínico acompanhado durante a realização do estágio, bem como analisar o que foi observado em uma perspectiva analítico-comportamental.

Este trabalho estrutura-se da seguinte forma: inicialmente serão abordados alguns conceitos e a revisão bibliográfica sobre a Psicologia Clínica na perspectiva da Análise do comportamento e a Ansiedade sob a ótica da Análise do comportamento. Em seguida será apresentada a descrição do campo onde foi realizado o estágio, os resultados onde será descrito o caso clínico, os procedimentos realizados durante os atendimentos, a evolução terapêutica deste, e por fim, as considerações finais deste trabalho.

A clínica na Perspectiva da Análise do Comportamento

A Psicologia clínica é uma das áreas de atuação da ciência nomeada como Psicologia. Nessa conjuntura, Quadros (2012, p. 189) afirma que “a clínica apresenta-se em várias versões, diferentes abordagens e modos de intervenção.” Dessa forma, compreende-se que o fazer psicológico no contexto clínico não segue um caminho já determinado, tendo em vista que a história de vida do cliente, as demandas trazidas por ele, e o contexto social no qual este está inserido, influenciará diretamente no que irá ser trabalhado durante todo o processo terapêutico.

No que diz respeito à clínica na perspectiva analítico-comportamental, que é o foco deste trabalho, Londero *et al.* (2012, p. 30) afirmam que “a terapia comportamental é analítica por buscar a identificação das relações funcionais entre comportamento e eventos ambientais.” Tal investigação é realizada a partir das informações coletadas desde o primeiro atendimento ao cliente, haja vista que na análise comportamental clínica, o sujeito é considerado como produto e produtor das contingências que o cercam, pois age modificando o ambiente e é modificado pelas suas ações. Assim, o cliente é também considerado um ser ativo no processo terapêutico (FARIAS, 2010).

É importante destacar que no contexto clínico, a formação do vínculo terapêutico é fundamental para a continuidade do processo. Nesse cenário, Farias (2010) aborda que a relação terapêutica possui um caráter assistencial, onde o terapeuta se utilizará de seus conhecimentos científicos e habilidades técnicas para planejar intervenções que ajudem o cliente a superar as dificuldades das quais este se queixa. Constituído o vínculo terapêutico, o psicólogo coletará informações suficientes para realizar a análise funcional do comportamento do cliente e dos eventos ambientais que o cercam.

De acordo com Moreira e Medeiros (2007), a análise funcional do comportamento pode ser definida como a busca dos determinantes da ocorrência do comportamento. Ou seja, o psicólogo na sua posição de investigador irá observar em que contexto ocorre certos comportamentos apresentados pelo cliente, e as consequências que estes produzem. Portanto, a análise funcional é a sistematização de eventos ambientais, que busca investigar o papel de tais

eventos como antecedentes ou consequências que controlam e mantêm os comportamentos-problemas pontuados (MARTIN; PEAR, 2009).

Nesse contexto, Farias (2010) afirma que a análise comportamental clínica tem como objetivo ensinar o cliente a realizar análises funcionais, podendo assim, identificar o que sente, o que pensa, em qual contexto ocorre o comportamento problema, bem como formular estratégias para a modificação desses. Assim, fazer análises funcionais possibilita que o sujeito conheça a história passada de seus comportamentos atuais e aplique seu autoconhecimento na relação terapêutica.

Dessa forma, compreende-se que a atuação do psicólogo clínico em uma perspectiva analítico-comportamental, busca investigar e analisar os comportamentos do cliente no ambiente em que este está inserido, além de auxiliá-lo a discriminar os comportamentos inadequados e a manter comportamentos mais saudáveis que lhe proporcione maior qualidade de vida e mais reforçadores positivos.

A ansiedade sob a ótica da Análise do Comportamento

O termo ansiedade de acordo com Hessel, Borloti e Haydu (2011), refere-se aos componentes dos comportamentos emocionais como um conjunto de classes comportamentais eliciadas por estímulos aversivos, que afeta ou equilibra a prática operante, no sentido de promover mudança no operante diante de situações que propicie perigo a ponto de acarretar um dano iminente ao organismo, além da modificação do estado interno do falante frente aos diversos eventos que influenciam os processos comportamentais.

De acordo com grande parte da literatura que trata da temática pesquisada, a análise do comportamento interpreta o transtorno de ansiedade como sendo uma esQUIVA fóbica, onde na presença de estímulos ou eventos aversivos, o indivíduo produz respostas que visam eliminar, amenizar ou adiar esse estímulo. Nesse sentido, os transtornos ansiosos caracterizam-se como um experimento ameaçador para o sujeito, o qual emite diferentes comportamentos em busca de protegerem-se quando em contato com o estímulo aversivo, além de emitir respostas que podem ser classificadas como evitação ao estímulo temido, o que permite ao terapeuta analisar as respostas geralmente repetitivas que eliminam temporariamente a ameaça na presença do estímulo considerado aversivo (ZAMIGNANI; BANACO, 2005).

No contexto clínico a ansiedade pode ser definida como um fenômeno que acarreta prejuízos no comportamento ocupacional do indivíduo, o impossibilitando em suas atividades profissionais, sociais e acadêmicas. Haja vista que esse processo envolve um nível significativo de sofrimento para indivíduo, onde respostas de evitação geralmente ocupam um tempo maior do seu dia, por esse motivo, esses casos são tratados pela literatura médica e psicológica como transtornos de ansiedade (COELHO; TOURINHO, 2008).

Pontes (2009) aborda que para que haja distorções cognitivas é necessário constituir funções de controle sobre a ansiedade, como por exemplo, a catastrofização, na qual o indivíduo espera pelas consequências, além da personalização, onde o mesmo irá reagir como se esses eventos externos estivessem relacionados diretamente à sua pessoa, existindo também a ampliação e minimização, que ocorrem quando o paciente se atenta para diversos sinais de perigo e rejeita aspectos da situação que propicia segurança. Há também a abstração seletiva, que pode ocorrer quando o sujeito começa a ignorar seu contexto, valorizando apenas os fatores ameaçadores, enquanto que na inferência arbitrária, o indivíduo começa a fazer conclusões definitivas a partir de poucos dados, e por fim, a supergeneralização, que se caracteriza como a percepção de situação passageira como sendo definitiva.

Uma das propostas utilizadas no planejamento de intervenções para a redução da ansiedade excessiva é método socrático. Miyazaki (2004) propõe que o método socrático está relacionado à exploração do referido tema através do questionamento do mesmo, com intuito de tirar determinadas conclusões lógicas a respeito, em vez de oferecer respostas prontas ao cliente. Essa proposta de intervenção auxilia o cliente a analisar suas respostas, bem como contribui para a identificação dos pensamentos e comportamentos inadequados, e por fim, para a redução da ansiedade excessiva.

Neste processo é de grande relevância a utilização de técnicas que auxiliem na autoe-

ficácia terapêutica dos clientes, contribuindo para que estes tenham mais recursos pessoais e internos, ou seja, para que aprendam a lidar com as crises de ansiedade ou a reagir de forma adequada diante de alguma situação de perigo, e assim, na reestruturação de pensamentos automáticos, flexibilizando suas crenças disfuncionais, as quais são características do referido transtorno (WILLHELM; ANDRETTA, UNGARETTI, 2015).

Diante disso, compreende-se que na perspectiva da terapia analítico-comportamental as técnicas utilizadas nas intervenções auxiliam como ferramentas clínicas que podem ser empregadas de diferentes formas, e de acordo com as demandas trazidas por cada cliente, e constituída de uma análise funcional. Considerando as variáveis externas, deve-se tentar prever os comportamentos do sujeito, bem como planejar estratégias para o estabelecimento de comportamentos adequados a fim de promover maior qualidade de vida para o cliente (LONDERO et al., 2012).

Descrição do campo de estágio

O campo deste estágio foi o Laboratório Experimental Humano de uma faculdade localizada no interior do Tocantins. O espaço citado trata-se de uma sala subdividida para as observações dos atendimentos, sendo que de um lado fica o consultório onde o psicólogo realiza os atendimentos psicológicos, e do outro lado do espelho há um espaço reservado para os estudantes visualizarem os atendimentos. A sala de atendimento é constituída por 01 um armário de arquivos, 01 mesa de centro, 01 tapete marrom, 01 microfone, 01 ar condicionado, 02 poltronas e 01 sofá. O espaço é limpo, bem iluminado e arejado, contendo 01 janela. Já a sala de observação é composta por 10 cadeiras, e 01 aparelho de som.

Caso clínico

Eduardo (nome fictício), 21 anos, sexo masculino. Nasceu em uma cidade no interior do Tocantins, sendo o filho mais novo de três irmãos, os quais foram criados pela mãe, pois os pais se separaram ainda na infância.

O cliente está fazendo cursinho pré-vestibular há aproximadamente três anos, com o objetivo de ingressar na faculdade de Medicina. Com uma rotina puxada de estudos, queixa-se de ansiedade. Além de relatar dificuldades em relacionamentos interpessoais.

Procedimento

Este estudo aconteceu a partir das observações realizadas durante o período de estágio que ocorreu de outubro a novembro, sendo uma sessão semanal com duração de 50 minutos. Durante esses atendimentos, foram realizadas análises funcionais dos comportamentos, dando ênfase ao fato de que as possíveis causas dos comportamentos apresentados pelo cliente foram investigadas na sua relação com o ambiente externo no qual está inserido. Dessa forma, é válido destacar que as teorias psicoterápicas acabam por articular espaço clínico e social, produzindo assim, uma análise do contexto social no qual o indivíduo está inserido como um método de investigação e planejamento de intervenções para as problemáticas trazidas por ele (DUTRA, 2004).

Durante o processo terapêutico foram empregues as seguintes técnicas em busca de coletar informações para avaliação dos dados e a aplicação de intervenções:

1- Inicialmente foi realizado o vínculo terapêutico, o qual foi fundamental para a continuidade do processo. Tendo em vista que com o estabelecimento do vínculo terapêutico, o cliente se sente mais seguro para trazer suas demandas à terapia, além de fazer com que ele tenha o desejo de continuar frequentando a terapia, e conseqüentemente trabalhar as situações e os comportamentos que o causam incômodo. Desse modo, entende-se que uma boa relação entre terapeuta e cliente pode ser um ingrediente crucial, tanto no que diz respeito à aceitação de sentimentos, quanto nas questões que envolvem a quebra de controle verbal, para que assim possam surgir novos comportamentos (VANDENBERGHE; PEREIRA, 2005).

2- O Reforçamento diferencial do comportamento verbal refere-se à realização de um questionamento reflexivo com intuito aumentar a frequência do comportamento verbal do

cliente, utilizando-se de perguntas abertas e selecionadas a partir do controle discriminativo do comportamento verbal o qual se caracteriza por levar o cliente a obter êxito nas suas ações discriminatórias, bem como possibilitam a formulação autorregras. Dessa forma, o uso do Reforçamento diferencial está relacionado ao controle de frequência de determinado comportamento alvo, ou seja, o terapeuta realiza perguntas relacionadas ao seu comportamento verbal, dando ênfase estabelecimento dos comportamentos considerados adequados, e reforçando o cliente com seu comportamento verbal (MEDEIROS, 2016).

3- Técnicas de relaxamento com o objetivo de minimizar a ansiedade do cliente frente aos estímulos que despertam o comportamento inadequado, como por exemplo, a ansiedade voltada aos estudos, medo da reprovação no vestibular, ou até mesmo voltada às relações interpessoais, como o receio de não ser interessante o suficiente para que as pessoas queiram se relacionar com ele. Nesse contexto, Caballo (2018) afirma que as técnicas de relaxamento devem ser bem explicadas pelo terapeuta que deve assegurar-se que o cliente tenha compreendido a informação sobre a finalidade da técnica e a sua relação com o problema do cliente, como e quando realizar a técnica, a importância da sua prática em casa e no que consiste a sessão atual.

4- Treino de habilidades de solução de problemas, com o intuito de fazer com que o cliente identifique seus próprios problemas e consiga solucioná-lo (e não praticar a fuga-esquiva como antes), e conseqüentemente a diminuição da ansiedade diante de situações problemas considerada por ele. Assim, compreende-se que um problema pode ser visto como uma forma particular de relação pessoa-ambiente que causa certo desequilíbrio no sujeito que não consegue formular uma resposta adaptativa para tal problema. Dessa forma, a prática de solução de problemas trata-se de formular uma solução para a problemática, bem como avaliar a eficácia desta para controlar a situação problemática (CABALLO, 2018).

A evolução do Processo Terapêutico

Inicialmente foram realizados os procedimentos de coleta de dados através de uma entrevista psicológica aplicada na primeira sessão, onde se buscou conhecer um pouco da história de vida do cliente, bem como o esclarecimento acerca dos objetivos da Terapia comportamental e a formação do vínculo terapêutico.

No início da terapia notou-se que o cliente era muito silábico em suas respostas, dizendo “sim” ou “não” para tudo. Porém, com o estabelecimento do vínculo terapêutico, o cliente passou a demonstrar maior liberdade para falar mais sobre sua vida, seus medos, suas angústias e sobre o que gostaria de conseguir modificar em seus comportamentos para se sentir melhor e alcançar seus objetivos.

Considerando que uma de suas principais queixas foi a ansiedade excessiva no que se refere aos seus estudos e a realização de provas de vestibulares, durante o processo terapêutico foi sugerido ao cliente que no momento em que se sentisse tenso e ansioso realizasse técnicas de respiração antes de fazer as provas. Nas sessões seguintes, Eduardo relatou ter usado as técnicas de respiração, e que essas o ajudaram bastante o deixando menos ansioso, e que passou a utilizar as técnicas antes de fazer qualquer prova. Assim, nota-se que a técnica de intervenção aplicada pelo terapeuta foi de grande relevância, tendo em vista que o cliente a colocou em prática e foi reforçado positivamente com isso, o que faz com que ele provavelmente a realize mais vezes.

Como já foi mencionado, o cliente chegou à terapia com certo grau de dificuldade em expor sobre seus sentimentos e medos. Diante disso, o Psicólogo utilizou-se da técnica do Reforçamento diferencial do comportamento verbal de Eduardo, realizando questionamentos com o intuito de reforçar o comportamento verbal do cliente e conseqüentemente o fazendo refletir sobre as situações relatadas por ele como problemáticas, e assim, o auxiliando a elaborar comportamentos adequados diante de eventos indesejáveis. Com isso, foi possível perceber que Eduardo passou a falar mais sobre acontecimentos que marcaram sua vida, bem como discriminar as possíveis causas de seus comportamentos de fuga/esquiva diante de determinados acontecimentos e pensar soluções para os problemas surgentes.

Dessa forma, compreende-se que as técnicas e intervenções aplicadas durante os aten-

dimentos observados obtiveram respostas positivas. Tendo em vista que o cliente compareceu a todas as sessões agendadas, conseguiu realizar as técnicas de respiração nos momentos certos, além de começar a pensar em se reaproximar de amigos e em talvez dar início a um relacionamento amoroso. É importante destacar também que o cliente passou a demonstrar mais as suas emoções, bem como sentimentos de raiva, tristeza e medo, o que nos faz ressaltar a importância de que haja a continuidade do acompanhamento terapêutico.

Considerações Finais

Torna-se necessário ao terapeuta, auxiliar no processo de interpretações em que o cliente é considerado aquele que possui meios internos suficientes para se ajustar, enfrentar seus conflitos e elaborá-los. Entende-se que sujeito em sua capacidade psíquica consegue lidar com difíceis situações. Para alcançar tal objetivo, foi necessário o estabelecimento do vínculo terapêutico, o que possibilitou ao cliente mais liberdade para falar sobre conteúdos que são aversivos para ele. Desta forma, é perceptível que durante as sessões o terapeuta obteve sucesso na constituição e fortalecimento de vínculo com Eduardo, que se mostrou confortável para expor suas demandas nas sessões que seguiram.

Contudo, é válido destacar que apesar de ter se estabelecido o vínculo na relação cliente-terapeuta constatou-se que nas primeiras sessões as falas do cliente se caracterizaram como “sim” ou “não”, além de inicialmente ter se mostrado apático quanto a expressão dos seus sentimentos. Outro desafio para a realização dos atendimentos a ser destacado, é a questão alguns feriados que coincidem justamente com os dias de seus atendimentos, além dos atrasos do cliente para chegar à sessão.

Diante do exposto, considerando as demandas obtidas durante o processo terapêutico, compreende-se a importância de o cliente dar continuidade na psicoterapia, sendo essa necessária para que haja a modificação dos comportamentos indesejáveis, bem como para se trabalhar as demandas trazidas por ele, tais como: ansiedade e a dificuldade em relacionamentos interpessoais. Tendo em vista que o terapeuta também poderá auxiliar no enfrentamento de outras situações que o estão causando sofrimento psíquico, e na promoção de maior qualidade de vida do cliente.

Referências

CABALLO, V. E. **Manual de Técnicas de Terapia e Modificação do Comportamento**. Editora Santos, 2018.

COÊLHO, N. L.; TOURINHO, E.Z. **O Conceito de Ansiedade na Análise do Comportamento**. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, v. 21, n2, 2008.

DUTRA, E. **Considerações sobre as significações da psicologia clínica na contemporaneidade**. *Estud. psicol. (Natal)*, Natal, v. 9, n. 2, p. 381-387, 2004. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2004000200021&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 06 nov. 2019.

FARIAS, A. K. C.R (e Col). **Análise comportamental clínica: aspectos teóricos e estudos de caso**. Artmed, 2010.

HEssel, A. BORLOTI E. B., HAYDU V. B. **O pensar e o sentir numa análise comportamental da ansiedade**. *Comportamento em foco*, São Paulo, v. 1, 2011.

LONDERO, I. (e Col). **Acompanhamento Terapêutico: Teoria e Técnica na Terapia comportamental e cognitivo comportamental**. Editora Santos, 2012.

MARTIN, G; PEAR, J. **Modificação de Comportamento: o que é e como fazer**. Roca, 2009.

MIYAZAKI, M. C. O. S. Diálogo socrático. In: ABREU, C. N. de; GUILHARDI, H. J. (Orgs.). **Terapia comportamental e cognitiva comportamental: práticas clínicas**. São Paulo: Roca, 2004.

MOREIRA, M. B; MEDEIROS, C. A. de. **Princípios básicos de análise do comportamento**. Porto Alegre: Artmed, 2007.

MEDEIROS, R. M. **O Efeito Do Reforçamento Diferencial E Questionamento Reflexivo Sobre O Tema Do Comportamento Verbal**. Brasília, 2016.

PONTES, T. N. R. **Aprendizagem De Habilidades Sociais E Controle Da Ansiedade: Estudo De Caso Clínico**. Goiânia, 2009.

QUADROS, L. C. de T. Desafio da Prática Clínica na Formação de Psicólogos: Revendo fronteiras e criando possibilidades. **Revista IGT na Rede**, v. 9, nº 17, p. 187 – 199, 2012.

VANDENBERGHE, L; PEREIRA, M. B. O papel da intimidade na relação terapêutica: uma revisão teórica à luz da análise clínica do comportamento. **Revista Psicologia: Teoria e Prática** – v 7, 127-136, 2005.

WILLHELM, A. R; ANDRETTA, I.; UNGARETTI, M. S. **Importância das técnicas de relaxamento na terapia cognitiva para ansiedade**. Contextos Clínicos, vol. 8, n. 1, 2015.

ZAMIGNANI, D. R; BANACO, R. A. **Um Panorama Analítico-Comportamental sobre os Transtornos de Ansiedade**. Rev. Bras. de Ter. Comp. Cogn. 2005, v. VII, nº 1, 2005.

Recebido em 01 de maio de 2020.

Aceito em 10 de agosto de 2021.