

COMPREENDENDO O RELACIONAMENTO ABUSIVO PELA ÓTICA DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO: ESTRATÉGIAS DE TRATAMENTO PARA MULHERES EM SITUAÇÃO DE VIOLÊNCIA

UNDERSTANDING ABUSIVE RELATIONSHIPS FROM THE PERSPECTIVE OF BEHAVIOR ANALYSIS: TREATMENT STRATEGIES FOR WOMEN IN SITUATIONS OF VIOLENCE

Joselaine Aparecida Rodrigues de Moraes¹

RESUMO

O presente artigo objetivou analisar o relacionamento abusivo sob a ótica da análise do comportamento, visando opções de tratamento em psicoterapia para mulheres que se encontram em situações de abuso. Em um primeiro momento o artigo se atenta na visão da análise do comportamento sobre esse fenômeno, compreendendo as variáveis que contribuem para que uma mulher se encontre nesta situação, levando em consideração fenômenos culturais, sociais, e história de vida. Em um segundo momento o artigo visa buscar alternativas de tratamento em psicoterapia para auxiliar mulheres vítimas de relacionamentos abusivos. Para isso, é utilizado como base as terapias contextuais, tendo um olhar para além do evento em questão, ou seja considerando o contextualismo funcional.

Palavras-chave: relacionamento abusivo; mulheres; análise do comportamento; Terapias Contextuais.

ABSTRACT

This article aimed to analyze abusive relationships from the perspective of behavior analysis, aiming at treatment options in psychotherapy for women who find themselves in abusive situations. Initially, the article focuses on the behavioral analysis of this phenomenon, understanding the variables that contribute to a woman finding herself in this situation, taking into account cultural, social phenomena and life history. Secondly, the article aims to seek treatment alternatives in psychotherapy to help women who are victims of abusive relationships. For this, contextual therapies are used as a basis, looking beyond the event in question, that is, considering functional contextualism.

Keywords: Abusive relationship; women; behavior analysis; Contextual Therapies.

¹Discente do Curso de Psicologia da Universidade La Salle - Unilasalle, matriculado na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso, sob a orientação do Prof. Dr. Gibson Juliano Weydmann. E-mail: joselaine.202010410@unilasalle.edu.br. Data de entrega: 03 dez. 2024.

1 INTRODUÇÃO

Historicamente mulheres são vistas e consideradas “frágeis”, deste modo tornando sua existência passível de submissão a masculinidade. Ser enxergada como frágil é algo que perpassa diversos contextos da vida de mulheres e não seria diferente em relacionamentos conjugais. (SANTOS, 2019). De acordo com Saffioti (2004), o patriarcado pode ser definido enquanto uma hierarquia entre homens e mulheres que existe há muitos anos, com primazia masculina, e que estabelece uma estrutura de poder que situa as mulheres muito abaixo dos homens em todas as áreas da convivência humana. No que refere-se a violência conjugal é imprescindível destacarmos as principais formas, sendo elas muitas das vezes físicas, psicológicas e até mesmo verbais. Por essas variações pode-se tornar difícil a identificação dessas violências e abusos, violações que são passíveis de acontecer em todas as categorias de relacionamentos, sejam heterossexuais ou homossexuais. Ao tomar como análise os relacionamentos heteroafetivos e a violência contra a mulher, é preciso notar com maior ênfase o papel do homem não só na relação conjugal, mas também na sociedade de modo geral.

Vivemos em uma sociedade patriarcal, onde os direitos dos homens se sobrepõem ao das mulheres. Esta desigualdade em relação aos direitos das mulheres vai além das classes sociais, podendo atingir vítimas de diversos contextos, classes e etnias. A violência contra a mulher perpetrada por parceiros íntimos é um problema de saúde pública, sendo recorrente em diversos países. De acordo com a Secretaria de Vigilância em Saúde e Ministério da Saúde (2020), cerca de 30% das mulheres que estiveram em um relacionamento sofreram alguma forma de violência física ou sexual pelo parceiro. Caracteriza-se como violência contra a mulher,

[...] pela intenção do marido ou companheiro de intimidar, seja por ameaça ou pelo uso de força física a mulher ou a algo de sua propriedade. O propósito final da agressão é controlar o comportamento da mulher por meio da indução de medo. Subjacente a todo tipo de abuso está um desequilíbrio nas relações de poder entre vítima e o agressor. (Sinclair, 2010, p. 73).

Simone Beauvoir (1967, p. 208) expressa: “O amor foi apontado à mulher como uma suprema vocação e, quando se dedica a um homem, vê nele um deus.”. Esta frase de Beauvoir retrata como o amor e a masculinidade foram apresentados às mulheres de modo que os coloque como superioridade em suas vidas, muitas vezes traçando a vida em torno de homens e a necessidade de estar em uma relação.

Um relacionamento abusivo pode ser caracterizado por abusos de diversas formas, como físico ou psicológico, abuso sexual ou até mesmo patrimonial. Além disso, um relacionamento abusivo tem como característica o excesso de poder de uma pessoa sobre a outra dentro de um relacionamento afetivo (LOPES; SILVA, 2021).

Este movimento de violência é sutil e, muitas vezes, imperceptível para ambos, agressor e vítima, com frequência, a vítima tende a justificar o padrão de comportamento de seu agressor. (SILVA, 2007). Além disso, é comum que o comportamento do agressor venha seguido de desculpas, romantização e afeto, o que por vezes pode acabar confundindo ainda mais a vítima a longo prazo.

Compreender o relacionamento abusivo pela ótica da análise do comportamento oferece uma abordagem que nos dá a possibilidade de desvelar a complexidade das dinâmicas interpessoais e seus impactos emocionais. Além disso, a análise do comportamento traz como um de seus princípios a relação entre comportamento e ambiente, deste modo torna-se necessário uma análise ampla sobre os contextos em que a vítima está inserida, verificando os

padrões de interação, como se desenvolvem e são mantidos nessa relação, além da realização da compreensão sobre reforços e punições que perpetuam comportamentos disfuncionais. (COUTO, A. G., & DITTRICH, A. 2017).

Além das questões relacionadas ao contexto em que a vítima está inserida, existem algumas variáveis de gênero que terapeutas devem se atentar no atendimento a mulheres. Mulheres e homens respondem a uma série de contingências socialmente esperadas pelo único fato de serem de determinados gêneros, com isso muitas vezes torna-se difícil a compreensão de comportamentos do gênero oposto, isso se dá devido a algumas práticas discriminatórias e excludentes serem amplamente aceitas, tornando-as irrelevantes ou sequer vistas por determinados grupos ou indivíduos, principalmente por aqueles que são beneficiados de alguma forma por tal prática.

É notório, uma relação abusiva tem como característica a invalidação dos sentimentos e percepções da vítima. Para Skinner (2011) emoções e sentimentos são subprodutos das contingências em vigor, ou seja, se não há um problema biologicamente subjacente, há algo no ambiente que evoca a tristeza ou sentimentos aversivos, ainda que seja difícil de identificar ou compreender. A validação é essencial para aprendizagem e modulação de emoções e sentimentos, uma vez que ignoradas, banalizadas ou punidas, as experiências são alteradas negativamente, tendo prejuízos significativos nas relações do indivíduo. Sabemos que a invalidação de experiências internas pode ocorrer independente do gênero, porém deve ficar claro que essas contingências estão particularmente presentes no universo das mulheres, com raízes na estrutura patriarcal. (SAFFIOTI, 2015).

A invalidação entra como uma contingência e pode ter uma série de consequências na formação do self, que é a discriminação do próprio comportamento sob controle de eventos. Deste modo, trazendo como hipótese, se o ambiente não valida as falas, ações e experiências, e além disso ainda julga as atitudes da mulher como invariavelmente ruins, a mulher pode não aprender a confiar em suas percepções como sinalizadores válidos do mundo externo. Assim, aos poucos a mulher pode deixar de expressar ideias e não conseguir identificar quem é, o que gosta ou quais suas preferências pessoais. Com isso, a invalidação que ocorreu em um contexto pode se generalizar para outros a partir da não-expressão de processos internos. (Linehan, 2010).

Ao trazer como ênfase o gênero feminino, há reflexões a serem feitas a respeito da feminilidade. Independente de gostar ou não de ser feminina, provavelmente as mulheres gostam de coisas específicas pois foram condicionadas a sua vida toda a determinadas situações que as projetassem à isso. Há características socioemocionais e socioculturais correlacionadas à feminilidade, como ser compreensiva, amável e cuidadosa, deste modo é esperado que uma mulher tenha essas características e seja vista como admirável. Esse tipo de comportamento é reforçado de modo que as mulheres se habituem a isso, e então tenha um padrão de comportamento que exale essa feminilidade passiva. (PINHEIRO; MIZAE, 2023, p. 170). Inicialmente estes comportamentos podem parecer funcionais, mas diante da perspectiva de mundo patriarcal isso torna-se preocupante, uma vez que perpetuam as diferenças entre mulheres e homens. Por vezes, mulheres são atribuídas ao dever de abdicar de sua liberdade e desocupar o espaço público, esse discurso tende a ser rígido, proporcionando uma posição de superioridade masculina. A discussão nos traz uma série de contingências que modelam e mantêm um padrão de tolerância a várias outras contingências aversivas, isso em função da manutenção da relação da família, relacionamento ou ambos.

No que refere-se ao papel do terapeuta, é imprescindível mencionar a necessidade de manter-se atento às variáveis citadas acima, não negligenciar o que a vítima vive e seu contexto de abuso. As variáveis existem, e geram controle no comportamento do indivíduo, deste modo torna-se necessário que as análises incluam as dimensões culturais, de modo a não excluir um fonte importante do comportamento do sujeito. Outro ponto importante é tornar

aquele ambiente seguro, validando o que o paciente lhe traz como pertinente. Normalmente uma cliente que vive um relacionamento abusivo é invalidada com frequência, validar suas falas na terapia não só traz uma nova referência de relação, mas também auxilia de forma significativa a relação terapêutica. Essa construção e manutenção devem ocorrer durante todo o processo terapêutico.

Considerando o que foi exposto até aqui, o objetivo do presente artigo é analisar e propor formas de tratamento para a demanda de relacionamentos abusivos tendo como base a análise do comportamento e as terapias contextuais. Para tanto, realizou-se uma revisão narrativa na qual foram encontrados textos que analisam socialmente o fenômeno dos relacionamentos abusivos, que descrevem contingências que mantêm os relacionamentos e dificultam o tratamento e métodos de intervenção.

Este estudo justifica-se pela escassez de pesquisas que investiguem o fenômeno do relacionamento abusivo à luz da Análise do Comportamento, sendo essa uma área que pode contribuir significativamente para o desenvolvimento de intervenções baseadas em evidências científicas. Considerando a complexidade das interações abusivas e suas graves consequências para a saúde mental e física das vítimas, a proposta de estudar essa problemática sob uma ótica comportamental oferece novas vias de tratamento que podem ser mais eficazes na promoção de mudanças duradouras. Deste modo, é possível compreender o relacionamento abusivo a partir de uma perspectiva analítico-comportamental, podendo auxiliar profissionais da psicologia e áreas afins a utilizarem técnicas com maior efetividade, não apenas focadas no indivíduo, mas também no contexto ambiental que contribui para a manutenção do ciclo de violência. A relevância social deste estudo reside na possibilidade de fornecer subsídios teóricos e práticos para a atuação clínica, contribuindo para a prevenção e intervenção em casos de violência em relacionamentos abusivos, promovendo maior qualidade de vida.

Na próxima seção, serão abordados os determinantes analítico-comportamentais para o fenômeno dos relacionamentos abusivos. Em seguida, serão elencadas propostas de tratamento e intervenção. Por fim, as considerações finais serão apresentadas.

DETERMINANTES DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

Relacionamentos abusivos são marcados por violência, podendo ser de caráter físico ou psicológico, sendo um fenômeno de grande relevância da contemporaneidade. Uma relação abusiva pode ser destrutiva e prejudicial em diversos âmbitos da vida de uma mulher, com isso torna-se imprescindível a discussão e debate deste assunto que é de interesse da sociedade.

Ao tomar como análise as relações heteroafetivas, as agressões contra mulheres manifestam-se em diferentes contextos, dentre eles destacam-se aquelas cometidas no ambiente doméstico e familiar, sendo recorrentemente causadas pelos seus parceiros íntimos. (Santi, Nakano, & Lettiere, 2010).

Este tipo de relacionamento molda e traz uma nova referência de contexto para a vítima, tornando familiar os ciclos de violência. É imprescindível mencionarmos e trazer relevância ao comportamento do homem não só na relação, mas na sociedade de modo geral. Seus comportamentos também são aprendidos e moldados apenas por ser do gênero masculino. Os gêneros são socialmente construídos e caracterizados pelos papéis designados a homens e mulheres, de forma que reforce o estereótipo de masculinidade e feminilidade. Portanto, os papéis assumidos por cada gênero são construídos arbitrariamente e ontogeneticamente, por meio das contingências de reforço e punição. (Mallot, 1996). Além disso, os padrões comportamentais reservados ao sexo masculino, na cultura ocidental, são

caracterizados pela valorização da atividade sexual, do trabalho, da resistência física e moral, do controle do corpo e das emoções. Assim, a masculinidade hegemônica ocidental é marcada pelo ideal da virilidade pautado, principalmente, no distanciamento das características femininas, configurando-se como uma expressão da misoginia. (Connell & Messerschmidt, 2013; Zanello, 2018, 2020). Deste modo, torna-se nítido como a associação do homem à força, virilidade e invulnerabilidade emocional produz um padrão de comportamento que pode vir a ser problemático, tanto para o homem, quanto para suas relações interpessoais, especialmente no que refere-se a relação com uma mulher. Como bem destaca Ruiz (1995), a perspectiva feminista tem potencial de tecer contribuições importantes ao campo de pesquisa analítico-comportamental ao poder influenciar fortemente os cientistas a considerarem tanto os objetivos da análise quanto as unidades comportamentais escolhidas à luz de um contexto cultural mais amplo. Como discutem Couto e Dittrich (2017, p. 156),

A análise do comportamento, enquanto abordagem que se dedica não apenas a estudar as variáveis que determinam o comportamento humano, mas que também se propõe a ser uma ferramenta de transformação da sociedade, pode se beneficiar de uma visão feminista. Não só pela urgência em agregar o conhecimento construído pelas mulheres que se dedicam a estudar e transformar as condições desfavoráveis que a cultura reservou ao seu gênero, mas também pela possibilidade de questionar os valores por trás de suas próprias práticas de produção de conhecimento, em busca de uma ciência que rompa com os modos de servir ao status quo e nos permita disseminar os métodos de análise dos controles aos quais estamos, enquanto seres humanos, submetidos no seio de sociedades desiguais.

Na Análise do Comportamento, o comportamento é explicado a partir do modelo de seleção por consequências de Skinner (1981/2007) que abrange três níveis: filogenético, ontogenético e cultural. O nível filogenético explica a forma como certas características evolutivas de cada espécie são passadas para outras gerações através da variação e seleção, as características mais adaptadas à sobrevivência da espécie em determinado ambiente são as características selecionadas, perdurando pelas gerações dos sobreviventes até que o ambiente mude. “Dizer que um ambiente selecionou uma característica é o mesmo que dizer que ela se tornou mais frequente”. (HÜBNER, MOREIRA, 2012, p.5). A ontogênese é o segundo tipo de seleção que abrange os comportamentos selecionados na história de vida de cada indivíduo, considerando o contexto em que ocorreram e as consequências que se seguiram a eles (SKINNER, 1981/2007). A vida em sociedade é o que marca o terceiro tipo de seleção: a cultural. Comportamentos individuais podem produzir efeitos para a sociedade como um todo, portanto, determinadas práticas foram historicamente selecionadas como forma de solucionar problemas compartilhados. (SKINNER, 1981/2007).

O nível filogenético pode ser associado a relacionamentos abusivos tomando como referência a agressividade ou o controle que podem aparecer na figura masculina. Ao realizarmos uma análise sobre as características evolutivas, torna-se nítido que garantir dominância e controle são instintos de sobrevivência e proteção. (RAMOS; LENCASTRE, 2013). Quando adicionados ao contexto da contemporaneidade pode ocorrer comportamentos problemáticos, neste caso sendo as agressões verbais e agressões físicas. Ou seja, no contexto de relacionamentos abusivos, estes comportamentos de agressividade e a busca por controle podem ser justificáveis a partir de estratégias de dominância, que em algum momento garantiram sobrevivência e poder da espécie.

Nível ontogenético envolve a história individual de cada pessoa, ou seja, nos relacionamentos abusivos pode-se observar a partir do modo como os indivíduos internalizam e reproduzem padrões de comportamentos abusivos, com relação à vítima. De

acordo com Bandura (2007) uma pessoa tem maior tendência a reproduzir aquilo que lhe é ensinado ou observado a partir de suas experiências. O indivíduo que cresce e está inserido em um ambiente violento e abusivo, poderá reproduzir aquilo que tem como repertório, repetindo comportamentos semelhantes em suas relações. As práticas de violência vivenciadas durante a vida de uma pessoa, especialmente por pais ou pessoas influentes daquele ambiente determinarão a forma como o indivíduo irá se relacionar com os demais.

No que refere-se ao nível cultural, a seleção envolve práticas comportamentais transmitidas ou bloqueadas socialmente, dentro de determinadas comunidades. O ambiente cultural determina regras e tradições, de modo que cada indivíduo tende a segui-las para sentir-se inserido dentro de grupos sociais. Vivemos em uma sociedade machista, onde o patriarcado rege as leis, fazendo com que um estereótipo específico de comportamento seja mais adequado e ensinado, tanto para homens quanto para mulheres. É notório, uma série de comportamentos são esperados que homens tenham, apenas por serem deste gênero. Por vezes homens são reforçados a não demonstrarem sentimentos, agir de modo brutal, seja em falas ou em comportamentos, e então são considerados mais masculinos. Em relação às mulheres, também há uma série de práticas esperadas por parte de uma sociedade culturalmente machista, como ser delicada, não se impor diante a regras, especialmente vindas de homens. Estes são apenas alguns exemplos de comportamentos reforçados culturalmente em nossa sociedade, e com isso contribuem para relações disfuncionais, como relações abusivas.

O livro Debates Sobre Feminismo e Análise do comportamento (PINHEIRO & MIZAEL, 2023) traz como referência a interpretação do livro *Beyond Freedom and Dignity* de Skinner. Fazendo uma reflexão de como o uso da ciência analítico comportamental poderia ser uma ferramenta de extrema importância para a construção de um mundo socialmente mais justo e igualitário, abordando questões pertinentes para o desenvolvimento de um pensamento crítico a respeito das desigualdades sociais e de gênero. De acordo com a Análise do Comportamento, o comportamento dos indivíduos é baseado de acordo com a função de relações do organismo com o contexto do ambiente. Deste modo, podemos destacar, quando o ambiente é social, ou seja, formado por pessoas que o indivíduo se relaciona, o comportamento se dá pela interação entre os comportamentos de todos os indivíduos ali, no momento. (Skinner, 2019).

Ao trazermos como análise o patriarcado e fazendo referência a análise do comportamento, é necessário compreender o conceito analítico-comportamental de patriarcado. Saffioti (2004) enfatiza que o valor central da cultura gerada pela dominação-exploração patriarcal é o controle. Este é um conceito utilizado de uma maneira singular na análise do comportamento, tendo significado e interpretações distintas do senso comum. Para a Análise do Comportamento, o controle está relacionado de forma direta à dinâmica das relações, cujas ações de uma pessoa funcionam como estímulo para a resposta do outro. Um indivíduo possui determinados comportamentos com base em seus reforçadores ambientais. (PINHEIRO; MIZAEL, 2023). Esse é um exemplo claro de como o patriarcado influencia as relações afetivas, sustentando dinâmicas presentes em relacionamentos abusivos. Nesse contexto, o homem não apenas contribui para a construção do patriarcado, mas também para o estabelecimento de contingências que reforçam comportamentos alinhados a essa estrutura tanto em homens quanto mulheres.

Assim, o triunfo do patriarcado não foi nem um acaso nem o resultado de uma revolução violenta. Desde a origem da humanidade, o privilégio biológico permitiu aos homens afirmarem-se sozinhos como sujeitos soberanos. Eles nunca abdicaram o privilégio; alienaram parcialmente sua existência na Natureza e na Mulher, mas reconquistaram-na a seguir. Condenada a desempenhar o papel do Outro, a mulher estava também condenada a possuir apenas uma força precária: escrava ou ídolo,

nunca é ela que escolhe seu destino (BEAUVOIR, 1970, p. 97).

Para Hunziker (2011), é necessário compreender os termos analíticos-comportamentais e olhar para além do “controle” nas relações, buscando também compreender as nuances deste tipo de controle, quais são os desequilíbrios que ocorrem por ambas as partes. É necessário tomar como análise alguns questionamentos, como categorizar de que forma é efetuado esse controle, qual o grau desse controle, quais condições mantêm e quais formas as partes são afetadas por este tipo de relação de controle. Baum (2006) faz uma reflexão de como o grau de controle de um indivíduo sobre o outro influencia os benefícios e reforçadores obtidos nas relações. Deste modo, quando um parceiro tem mais controle que o outro na relação, geralmente recebe mais reforçadores, sendo considerado o “parceiro controlador”. Este desequilíbrio de controle restringe a liberdade de escolha de quem tem menos poder na relação, neste caso referente às mulheres.

Goldiamond (1976) explica e traz como discussão a noção sobre liberdade e contingências sociais, fazendo referência a liberdade de uma pessoa, sugerindo que uma pessoa é considerada mais livre quanto mais alternativas de escolhas genuínas tiver. Quanto maior o número de alternativas disponíveis e de reforçadores, maior será a liberdade de escolha do mesmo. Além disso, o autor sugere que uma escolha só pode ser considerada genuína se houver um conjunto de contingências alternativas que oferecem reforçadores de valor semelhante, ou seja, para que um indivíduo seja considerado genuinamente livre sobre suas escolhas, elas precisam ter acesso a opções que proporcionem resultados positivos equivalentes. Com isso, Goldiamond estabelece o grau de liberdade e o número de contingências alternativas que uma pessoa tem a sua disposição. Não há como negar, o conceito de liberdade é central na análise das relações de poder, pois existem muitas situações de desigualdade, o indivíduo que tem menos poder em um relação, também tem suas escolhas restritas, tendo opções de escolhas limitadas. O estudo sobre contingências sociais implica que o controle sobre o outro, em relações desiguais, é exercido limitando suas escolhas e restringindo o acesso a reforçadores de valor equivalente.

Skinner (2019) traz como análise o poder nas relações sociais, a partir da perspectiva comportamental, o mesmo define “poder” como a capacidade de uma pessoa ou agência de dispor de reforçadores ou punidores sobre outros. O poder se diferencia das práticas controladoras, que representam o ato de exercer esse poder nas interações sociais. Dado que o controle é algo inerente à relações comportamentais, o controle (entendido como relação comportamento-ambiente) pode aprisionar ou libertar a depender de quais indivíduos estão em interação e se o produto da interação envolve restringir o acesso a estímulos ou prover reforçadores que aumentem o senso de escolha

Embora existam diversas abordagens para o estudo e intervenção dos relacionamentos abusivos, a análise do comportamento oferece uma perspectiva precisa ao focar na compreensão das contingências que mantêm e reforçam comportamentos abusivos e submissos, bem como no desenvolvimento de estratégias para modificá-los. Segundo Skinner (2019) há reforçadores positivos que quando apresentados após um comportamento, aumentam as chances de sua ocorrência. Quando pensamos em homens que apresentam comportamentos abusivos, os reforços positivos podem estar inclusos com o aumento da sensação de poder e controle sobre a vítima, gerando sensação de grandiosidade. A resposta da mulher é condicionada de acordo com o ambiente em que está inserida, servindo como estímulo discriminativo que contribui para manter o ciclo de abuso. No que refere-se ao reforço negativo, o mesmo pode ser observado quando o abusador se esquiva de punições através de mentiras e desculpas que removem a estimulação aversiva por parte da vítima. Os comportamentos abusivos do homem podem ser reforçados por

consequências imediatas, como a submissão da parceira e a obtenção de vantagens emocionais, e mantidos por contingências de reforço negativo por parte da parceira, pois esta passa a se esquivar de punições por parte do agressor ao adotar uma postura passiva na relação. A análise do comportamento sugere, portanto, que para uma intervenção eficaz é necessário identificar e modificar as contingências de reforço que mantêm essas interações problemáticas.

A seguir, serão descritas variáveis às quais os terapeutas devem estar atentos ao atender uma mulher vítima de abuso com suspeita de estar passando por relações conflituosas. Seguindo a descrição de variáveis, tratamentos baseados na análise do comportamento serão descritos como possíveis alternativas de tratamento.

Variáveis que o terapeuta deve estar atento

Uma relação abusiva deriva de forma direta da interação com o contexto, ou seja é imprescindível que ao realizar um atendimento psicoterápico o terapeuta esteja atento à interação da vítima com o contexto. Assim como a cliente tem uma história de vida, o terapeuta também tem. Entretanto, neste momento é de suma importância que se tenha consciência que o processo é do outro. Mais importante que as opiniões e valores do terapeuta, é o repertório de vida que o cliente possui. Ao renunciar seus julgamentos e valores pessoais torna-se possível adotar uma perspectiva anático-funcional, e então focar no que de fato é relevante para o tratamento do cliente, a partir de sua história de vida, e de todo o contexto em que está inserido.

Além disso, os aspectos culturais também devem ser levados em consideração. Por vezes partimos de uma opinião baseada no que achamos certo e errado. Durante o processo de terapia, é importante que o terapeuta reflita sobre as circunstâncias em que a cliente vive e questione a si mesmo como a realidade do outro pode ser acolhida com pouca interferência das opiniões do terapeuta. Em alguns casos a cliente pode não se dar conta que está em uma relação abusiva, em outros casos pode ser que ela esteja satisfeita com a relação da maneira que encontra-se. E então, é neste momento que o terapeuta deve atentar-se em o que é um desejo dele e o que é desejo da cliente. Portanto, mais importante que haver tentativas de resolução de problema, é oferecer ferramentas para que a própria cliente consiga estabelecer relações entre o comportamento dela e o ambiente e a partir disso, fazer escolhas conscientes do que é melhor para ela.

Visto que relacionamentos abusivos se derivam a partir de um contexto culturalmente machista, torna-se de suma importância trazer como debate questões relacionadas a feminismo, e empoderamento feminino, perpetuando um viés feminista na terapia. Isso pode ocorrer de forma eficaz a depender do interesse pessoal de cada caso. Com isso, torna-se necessário que o próprio terapeuta faça uma análise a partir do contexto da cliente. Empoderamento e autonomia são importantes para que uma mulher consiga se desvincular ou ter consciência que está em um relacionamento abusivo. (FURINI *et al.*, 2023). Em algumas situações, reforçar empoderamento e autonomia sem estar consciente do contexto interpessoal da cliente pode pôr a vida da cliente em risco, ou pode ir contra a suas crenças. Portanto, deve ocorrer uma análise sobre a relevância e pertinência, de acordo com os aspectos culturais da cliente.

Por vezes mulheres que encontram-se em relacionamentos abusivos não possuem em sua vida um histórico de amor, cuidado ou carinho, ou seja desconhecem demonstrações de afeto. Uma pessoa que não é apresentada a determinados comportamentos, sentimentos ou emoções, tende a reproduzir o mesmo que lhe foi apresentado, pois é o que ela conhece. As validações que o terapeuta realizar devem estar atentas à função que aquilo terá na vida da cliente, para além do setting terapêutico. Além disso, demonstrações emocionais e expressões

são fundamentais de serem validadas, tanto de cunho positivo como aversivos. Aquilo que a pessoa sente deve ser validado de modo que haja uma análise por parte do terapeuta do impacto que aquilo terá sobre a vida do indivíduo.

Aplicações das terapias contextuais para relacionamentos abusivos

As terapias comportamentais contextuais utilizam-se de avaliações e intervenções que têm como base as funções dos comportamentos, o que pode ser investigado com a análise funcional. (AF; de-Farias et al., 2018; Ramnerö & Törneke, 2008). Com a AF, compreende-se que mais importante que o fenômeno ocorrido, é a função que ele possui na vida do indivíduo, diante de seu contexto. A compreensão da função do comportamento torna-se fundamental dentro do campo da Análise do Comportamento para a compreensão de fenômenos culturais e de psicoterapia.

Foi na década de 1980 em que as terapias comportamentais baseadas na Análise do Comportamento e suas derivações, como o contextualismo funcional, foram sistematizadas. (Jacobson, 1987). Hayes (2015) classificou as terapias comportamentais baseadas em AF e análise da linguagem como a terceira onda das terapias comportamentais, podendo ser também chamadas de Terapias Comportamentais Contextuais. Esses modelos de terapia serão descritos como alternativas de tratamento nas próximas seções do artigo.

Quando um terapeuta se mantém consciente de aspectos culturais, e que sobretudo conhece características da cultura de origem do cliente e que além disso, consegue intervir de forma habilidosa e apresenta uma maior probabilidade de produzir desfechos mais satisfatórios para o cliente ao longo de seu processo terapêutico. (Chu et al., 2016). Compreende-se que a partir daí o terapeuta pode promover reforçadores com maior adequação ao cliente, e com isso aumentar seu repertório para manejar seu sofrimento de forma congruente e então possibilitar o alcance de suas metas no tratamento psicoterápico. Assim como o cliente chega na terapia com um repertório de acordo com o contexto em que está inserido. É importante ressaltar que o terapeuta também é fruto da cultura, deste modo sua atuação pode ser influenciada pelo seu próprio contexto de vida, levando em consideração aspectos culturais. (Chu et al., 2016; Tagg, 2020).

De acordo com Vandenberghe (2008), há muitas características disponíveis nas terapias comportamentais contextuais, que as tornam mais sensíveis culturalmente. A FAP é uma das abordagens que têm maior destaque, isso porque dá maior ênfase na função que determinados comportamentos têm dentro e fora da sessão, com isso, favorece a compreensão dos problemas e demandas clinicamente relevantes.

Contribuições da Psicoterapia Analítica Funcional

A Psicoterapia Analítica Funcional (FAP) foi fundamentada a partir de estudos relacionados ao behaviorismo radical no final da década de 1980. Trazendo como base os reforçamentos e generalização dos comportamentos clinicamente relevantes apresentados dentro e fora da sessão, levando em consideração a relação terapêutica. (Kohlenberg; Tsai, 2019). Uma das principais características da FAP é a busca por um relacionamento terapêutico intenso, verdadeiro e genuíno, a fim de promover um ambiente acolhedor e empático para seu cliente, deste modo há a possibilidade de criar um novo ambiente de aprendizagem, onde os comportamentos do cliente são respondidos com responsividade, formando um novo modelo de relação.

Os princípios da FAP utilizam como base a postura de consciência, coragem e amor. (Holman; Kanter; Tsai; Kohlenberg, 2022). A consciência envolve prestar atenção em si, no momento presente, em suas experiências e vivências ao longo da vida, assim como seus

valores e objetivos, através disso torna-se possível dar oportunidade a engajar-se com comportamentos de coragem e amor. No que refere-se a coragem, é importante mencionarmos que há relação direta com o outro, com a interação nas relações, envolve também vulnerabilidade e possível aversão, porém são esses os comportamentos corajosos que podem nos possibilitar a viver sentimentos e emoções e, a partir disso, evocar comportamentos de mudanças. E ao trazermos o amor, falamos sobre responder aos atos de vulnerabilidade ou coragem com aceitação, responsividade e acolhimento, de forma empática, a fim de reforçar comportamentos de melhora e gerar a generalização para além do setting terapêutico. Este é o modelo ACL, o mesmo é utilizado com frequência e como base para terapeutas de FAP.

Na FAP a relação terapeuta-cliente é defendida como o contexto principal da mudança terapêutica, no qual o terapeuta identifica e modifica comportamentos clinicamente relevantes (CCRs) do cliente, classificados como CCR1 (comportamentos-problema), CCR2 (comportamentos de melhora) e CCR3 (análises de contingências do cliente sobre o próprio comportamento). Comportamentos do cliente que ocorrem fora da sessão, funcionalmente equivalentes aos CCRs, são classificados como O1 (comportamento problema) e O2 (comportamentos de melhora) e devem, também, ser acompanhados pelos clínicos, por se entender que sofram o efeito das intervenções conduzidas diretamente sobre os CCRs. (Kanter et al., 2008).

Na FAP cinco regras orientam o terapeuta, a fim de favorecer a discriminação e manejo dos comportamentos do cliente:

1. Observar comportamentos clinicamente relevantes enquanto ocorrem na sessão.
2. Evocar comportamentos clinicamente relevantes enquanto ocorrem na sessão.
3. Reforçar comportamentos clinicamente relevantes quando estes constituem melhoras clínicas.
4. Observar os efeitos do comportamento do terapeuta sobre o do cliente.
5. Oferecer interpretações funcionais do comportamento e discutir estratégias de generalização (Tsai; Kohlenberg; Kanter; Waltz, 2008).

O objetivo central da FAP seria, então, aumentar a frequência dos comportamentos-alvo (CCR2s e CCR3s) em sessão e na vida diária (O2s). (Kanter et al., 2008). Para que esse resultado seja alcançado, o terapeuta deve aplicar procedimentos que assegurem a especificação de CCRs e a correta aplicação do reforço para comportamentos em sessão, deste modo programando a generalização desses comportamentos para a vida diária do cliente.

A Psicoterapia Analítica Funcional (Kohlenberg; Tsai, 1991) faz amplo uso do conceito de reforçamento e se inspira no behaviorismo radical para elaborar a sua teoria do self. Deste modo podemos compreender o quão relevante é realizar reforços positivos para o paciente, de forma natural e genuína, tornando o vínculo terapêutico maior, o que pode ser algo primordial em casos de relacionamentos abusivos.

Quando correlacionada a um viés feminista, fazendo uma intersecção entre psicologia e feminismo, há um resultante de uma Psicologia Feminista. Deste modo, a psicologia feminista traz consigo uma influencia de variáveis socioculturais aos aspectos psicologicos relacionados a violencia de genero, que se acredita estar diretamente relacionada a violencia contra a mulher. (Faria; Castro, 2016). Quando correlacionada com a FAP há possibilidade de ter grandes resultados para um tratamento de maior eficácia.

Como a FAP pode auxiliar?

1. Observar quais são os comportamentos que sustentam o ciclo de abuso (CCR1), visto que a forma que a cliente se relaciona em sua vida, tende a se repetir em sessões de terapia. Um

exemplo de CCR1 de uma cliente que encontra-se em um relacionamento abusivo pode ser: Paciente tem dificuldade de fazer pedidos ou se impor durante as sessões.

2. Evocar estratégias que visam modificar e desenvolver comportamentos de enfrentamento e proteção (CCR2). Seguindo o exemplo, um comportamento que deveria ser reforçado seria: Fazer com que a cliente tivesse a oportunidade de fazer pedidos e se impor, respondendo de forma empática, de modo que a mesma provavelmente ainda não teria experienciado nas relações. O terapeuta pede para trocar o horário da sessão, para um horário que seria difícil para ela, o comportamento esperado é que a cliente não aceite e então o terapeuta tenha uma reação que transmita responsividade e empatia.

3. Reforçar o CCR2, após observar e evocar, este é o momento em que o terapeuta deve estar atento aos seus comportamentos, visto que será necessário reforçar de forma genuína, demonstrando acolhimento e empatia. Portanto, o terapeuta precisa estar ciente de suas próprias limitações no que confere à habilidade de demonstrar afeto, de modo que não interfira nos resultados de clientes.

4. Observar o seu efeito. Na FAP tão importante quanto os resultados, são os processos. Com isso torna-se necessário que o terapeuta tenha paciência com o processo da cliente. Um comportamento efetivamente reforçado é aquele que permanece ocorrendo ao longo do tempo na terapia. Exemplo: Se um cliente começa a compartilhar suas preocupações durante as sessões, esse comportamento pode ser reforçado pelo terapeuta se for um CCR2, validando sua coragem e incentivando a continuidade dessa abertura emocional ao longo do tempo.

5. Generalização de comportamentos, o objeto da FAP é que os comportamentos reforçados sejam generalizados para além do setting terapêutico. No exemplo citado acima, os comportamentos desejados que ocorram generalização são referentes a impor limites e realizar pedidos. Deste modo, disponibilizando novos repertórios para que a cliente se relacione com os demais, de maneira mais assertiva, consciente e ativa de suas necessidades emocionais. Exemplo: Após ser encorajada a expressar suas necessidades durante as sessões, a cliente pode começar a impor limites em suas relações interpessoais, dizendo "não" a demandas excessivas ou algo que a mesma não ache pertinente aceitar. Essa mudança de comportamento, inicialmente reforçada na terapia, se generaliza para outras áreas da sua vida, permitindo que ela também faça pedidos claros em seus relacionamentos, os quais de fato são fontes de problema.

Contribuições da Terapia de Aceitação e Compromisso

A Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), faz parte das Terapias Contextuais Comportamentais, tendo como base a Análise do Comportamento de Skinner, assim como as demais terapias contextuais. A ACT busca olhar para o indivíduo para além de um único fenômeno, trazendo como referência para o tratamento a análise funcional (HAYES; STROSAHL; WILSON, 2015). Todo e qualquer comportamento humano está inserido em um contexto, de modo que o indivíduo interaja de acordo com o contexto e ambiente que lhe é apresentado Além disso, esta é uma abordagem terapêutica que se baseia na Teoria das Molduras Relacionais (RFT).

A RFT é uma teoria do comportamento verbal que explica como os seres humanos adquirem e manipulam linguagem e cognição. De acordo com essa teoria, o comportamento verbal humano envolve a capacidade de criar relações arbitrarias entre estímulos, o que é chamado de molduras relacionais. (STODDARD; AFARI, 2022,). Na ACT, esse entendimento é fundamental pois auxilia a explicar a forma que as pessoas tendem a ficar presas em padrões de pensamentos. A linguagem humana juntamente com a cognição podem

gerar sofrimentos significativos para a vida dos indivíduos, ao fixar este tipo de comportamento com interpretações negativas. De acordo com “O Grande Livro de Metáforas de ACT (STODDARD; AFARI, 2022)”, os indivíduos têm capacidade de modificar coisas concretas no seu dia a dia, como por exemplo a cor de sua casa, caso não gostem. Tentamos trazer este tipo de comportamento e habilidade nas experiências internas, o que por vezes acaba causando sofrimento. Entendemos que muitas vezes deveríamos controlar o que pensamos e sentimos, entretanto quanto mais tentamos reprimir o que sentimos, mais presentes se tornam e com isso há um aumento no sofrimento.

A ACT utiliza então a RFT para auxiliar os indivíduos na compreensão desses padrões, ou seja, ao invés de lutar contra eles, é possível promover a acessibilidade e o compromisso com ações que estão em alinhamentos com seus valores. Este modelo proposto pela abordagem é chamado de flexibilidade psicológica, o mesmo resume a habilidade de estar em contato com o momento presente e manter ou mudar de comportamento em função dos valores escolhidos. (Hayes et al., 2006). A ACT possui seis processos centrais, sendo eles: Aceitação; Desfusão; Atenção presente; Self como contexto; Valores e Compromisso. De acordo com Hayes, Strosahl e Wilson (2015), a partir dos seguintes processos a ACT defende a chegada mais próxima à flexibilidade psicológica.

Como a ACT pode auxiliar?

No que diz respeito a ACT como abordagem terapêutica para tratamento de relacionamentos abusivos, pode-se concluir que é uma intervenção eficaz para ajudar as vítimas a lidar com o sofrimento emocional e a tomar decisões que estejam alinhadas com seus valores, auxiliando na superação do ciclo de abuso. No contexto de um relacionamento abusivo, essa evitação experiencial pode se manifestar de diversas formas, como por exemplo a pessoa pode minimizar os abusos sofridos, justificar o comportamento do parceiro, ou se sentir incapaz de sair do relacionamento por medo de enfrentar sentimentos de solidão, fracasso ou culpa. A partir desta demanda, a ACT busca interromper esse ciclo ao trabalhar com os seus seis processos centrais.

Aceitação: Tem como objetivo abrir espaço e então fazer contato com as experiências internas, como as emoções e pensamentos, sem tentar alterá-los, mas sim experienciar todos. A aceitação está ligada de forma direta a permitir que experiências existam, reconhecendo essa presença e sem resistência ou julgamentos, indo em contraste de tentativas de controle ou evitação. No contexto dos relacionamentos abusivos, podemos observar a capacidade da pessoa em considerar suas experiências internas, como por exemplo dor emocional, tristeza ou medo, sem tentar evitar ou controlar. É notório, algumas mulheres inseridas em relacionamentos abusivos tendem a suprimir ou fugir dessas emoções, de modo que há justificativas de comportamentos dos parceiros, ou seja, há tentativas de minimizar o impacto da violência. Neste contexto a ACT incentiva a pessoa a aceitar essas emoções como válidas e parte da sua experiência, sem se apegar a elas, o que pode facilitar o processo de discernir a necessidade de tomar medidas que protejam o seu bem-estar. Um exemplo seria uma mulher que, ao aceitar sua dor, começa a reconhecer que o sofrimento é um sinal importante de que o relacionamento está prejudicando sua saúde mental, o que pode ser um ponto de partida para buscar ajuda.

Desfusão Cognitiva: Este processo busca alterar a relação que o indivíduo tem com seus pensamentos, ao invés de buscar modificar o pensamento em si, o mesmo aprende a observar seus pensamentos como fenômenos transitórios que não necessariamente relatam a realidade dos momentos. Em relacionamentos abusivos, podem aparecer pensamentos como “eu mereço isso” ou “não sou boa o suficiente”. A partir disso, a desfusão cognitiva pode auxiliar a pessoa a observar esses pensamentos de maneira mais distanciada, tomando

consciência que são apenas pensamentos, e não verdades absolutas. Este processo pode permitir que a cliente se distancie dos pensamentos autocríticos e desenvolva uma visão mais clara de sua situação.

Atenção Presente: Esse processo refere-se ao desenvolvimento da atenção plena (mindfulness), promovendo atenção ao “aqui e agora”. Deste modo, o indivíduo é encorajado a vivenciar o presente com uma postura aberta e curiosa. Essa prática pode ajudar a reduzir a ruminação e a aumentar o envolvimento na vida atual. A prática da atenção plena (mindfulness) pode ser fundamental para tratar mulheres vítimas de relacionamentos abusivos, pois as vítimas frequentemente ficam presas no ciclo de ruminação sobre o passado, vivendo abusos, ou no futuro, preocupadas com o que pode acontecer. Um exemplo seria alguém se concentrar em sua experiência emocional e corporal durante um conflito com o parceiro, percebendo que o medo e a tensão física são indicadores de que a situação está sendo prejudicial, e esta prática pode ocorrer a partir de práticas de mindfulness.

Self como Contexto: Este conceito difere da visão tradicional do "eu" baseado em uma identidade fixa ou rótulos. O self é visto como uma perspectiva constante a partir da qual as experiências são observadas, trazendo uma ideia de que somos mais que nossas experiências e pensamentos, somos também e principalmente o contexto no qual essas experiências ocorrem. Ao retirarmos a ideia de “somos” algo, e adicionarmos a ideia de que nos modificamos através do contexto em que estamos inseridos, favorece a flexibilidade diminuindo a rigidez. Em um relacionamento abusivo, o "eu" da vítima muitas vezes é distorcido, sendo limitado a rótulos como “fraca”, “incompetente” ou “dependente”, frequentemente impostos pelo parceiro abusador. A ACT trabalha o conceito de "self como contexto", ajudando a pessoa a perceber que ela é mais do que seus pensamentos ou os rótulos que são impostos. A partir dessa perspectiva, a vítima que é a cliente, pode ser vista como uma observadora de suas experiências e emoções, não definidas por elas. Por exemplo, ao se ver como alguém “incapaz de sair” do relacionamento, ela pode começar a perceber que sua identidade é mais ampla do que sua experiência atual de abuso.

Valores: Estes são atributos de estímulos verbais, com qualidades intrínsecas, que indicam o que uma pessoa deseja viver e expressar. Eles servem como direção, fornecendo um "norte" para ações significativas. Identificar e clarificar os valores próprios ajuda no planejamento de metas e na tomada de decisões que estão alinhadas com o que é fundamental para a pessoa, promovendo um senso de propósito e direção na vida. Em relacionamentos abusivos, muitas vezes os valores da vítima ligados à autonomia, respeito e segurança são suprimidos ou desvalorizados. Esclarecer os próprios valores pode ser um passo importante para que uma vítima perceba o descompasso entre o relacionamento abusivo e o tipo de vida que deseja viver. Por exemplo, uma pessoa que valoriza a segurança e o respeito pode começar a perceber que o relacionamento abusivo vai contra esses princípios, e a partir disso, fazer reflexões e questionamentos se estar naquele relacionamento faz sentido de acordo com seus valores.

Compromisso: A ação de compromisso envolve tomar ações concretas baseadas nos valores identificados, mesmo diante de pensamentos desconfortáveis, sentimentos ou circunstâncias aversivas. Isso pode significar que, mesmo sentindo medo, vergonha ou culpa, a cliente que está em uma situação de abuso pode começar a tomar decisões que possibilitam à mesma sair do ciclo de abuso e buscar segurança. Um exemplo seria uma mulher que, mesmo sentindo medo das consequências, decide se comprometer a buscar ajuda em uma rede de apoio, como amigos, familiares ou até mesmo o terapeuta, que pode passar a ser referência de um modelo saudável de relação.

Contribuições da Terapia Comportamental Dialética

A Terapia Comportamental Dialética (DBT) também faz parte das terapias contextuais, desenvolvida como intervenção para indivíduos que possuem algum grau de desregulação emocional, e Transtorno de Personalidade Borderline (Wilks & Linehan, 2019). Essa pode ser uma abordagem teórica de grande efetividade quando pensando em regulação emocional, que pode ser entendida como a capacidade de gerenciar e responder a emoções de maneira eficaz e adaptativa. Segundo Linehan (2015) a regulação emocional é central na Terapia Comportamental Dialética (DBT) dado que a mesma foi desenvolvida principalmente para tratar o transtorno de personalidade borderline, que apresenta desregulação do humor e labilidade emocional.

A Terapia Comportamental Dialética (DBT), ensina habilidades de regulação emocional, tolerância ao sofrimento, e promove a assertividade nas relações interpessoais, essenciais para lidar com as situações de abuso e com possíveis traumas decorrentes da relação. Linehan (2015, p. 89) destaca que, “as habilidades de regulação emocional são ensinadas para ajudar a paciente a identificar e nomear suas emoções, além de encontrar formas saudáveis de lidar com as mesmas”.

Marsha Linehan sugere que a desregulação emocional se desenvolve a partir da interação entre uma vulnerabilidade emocional biológica e ambientes invalidantes (LINEHAN, 2010). Quando esses dois fatores se juntam podem gerar estímulos para sensibilidade emocional maior e com isso maiores dificuldades de regulação emocional. A predisposição biológica é combinada com ambientes invalidantes ocorrendo um aumento dos problemas emocionais e com isso gerando comportamentos problemáticos para o indivíduo que se encontra nessas circunstâncias. Para Linehan, um ambiente invalidante, especialmente na infância, tende a desvalorizar e criticar experiências emocionais das crianças. Por outro lado, ambientes validantes em que as emoções são reconhecidas e aceitas de maneira responsiva, podem auxiliar a construir respostas emocionais mais saudáveis, assim minimizando o impacto da vulnerabilidade biológica. (LINEHAN, 2010). No contexto de relacionamentos abusivos, é comum que mulheres apresentem histórias de vida com ambientes invalidantes, onde as emoções foram desconsideradas, o que pode as tornar mais suscetíveis a situações de abuso, pois muitas vezes não foi possível desenvolver a autoconfiança necessária para validar suas próprias experiências emocionais.

A DBT utiliza estratégias dialéticas para que seja possível uma maior compreensão de como as situações da vida possuem mais de uma interpretação. As estratégias dialéticas visam ensinar aos clientes que é possível aceitarem os aspectos dolorosos e positivos apresentados durante a vida, sem predominância de um aspecto da realidade. Isso pode possibilitar a promoção de um olhar mais flexível e amplo para a realidade de cada indivíduo. Segundo Linehan (2010), o pensamento dialético pode ensinar e auxiliar na compreensão da realidade de modo que haja mais interpretações e perspectivas para além de uma ideia e cenário rígidos. Deste modo, compreende-se que a DBT pode ser uma abordagem útil em contextos de relacionamentos abusivos, o qual é de suma importância auxiliar mulheres a tomarem consciência de que há outras interpretações possíveis para os eventos que estão passando em suas vidas. Sendo possível gerar maior capacidade de autonomia e tomada de decisões baseadas em seus próprios valores.

Como a DBT pode auxiliar?

De acordo com o livro "Debates sobre Feminismo e Análise do Comportamento" (PINHEIRO & MIZAEEL 2023), existem algumas variáveis em que os terapeutas devem atentar-se ao realizar atendimentos em psicoterapia para mulheres vítimas de relacionamentos abusivos. É necessário tomar como análise aspectos culturais, de modo que não passe despercebido pontos cruciais para um tratamento de maior qualidade e eficácia. Como vimos

anteriormente há diversos aspectos que modelam comportamentos de homens e mulheres apenas por serem de determinados gêneros, e uma das questões é como a mulher tem sua opinião negligenciada ao longo da vida. Com isso, um dos aspectos mais relevantes para o tratamento é a validação e a empatia que o terapeuta deve demonstrar ao longo das sessões, deixando transparecer que aquele é um espaço seguro e sobretudo livre de julgamentos. Para Linehan (2010), outra função da validação é favorecer que o cliente confie em seus sentimentos e percepções como sinalizadores válidos do ambiente. Além disso, é possível desenvolver um bom vínculo terapêutico, possibilitando trocas genuinamente positivas entre terapeuta e cliente. A partir disso, é possível deixar evidente um novo contexto de relação para o cliente, ensinando o papel de sentimentos enquanto produtos de contingências, e não como causa de seus problemas.

Quando verificamos tudo que compõem um relacionamento abusivo, levando em consideração os contextos, é importante trazer como discussão a desigualdade de gênero. Por vezes, as vítimas não conseguem ter proporção de tudo que está ocorrendo com elas; isso é algo construído ao longo dos anos, através de uma sociedade machista e patriarcal. Trazer como pauta assuntos relacionados à desigualdade de gênero pode ter uma série de benefícios, incluindo as funções evocativas que o tema pode ter em sessão. A partir da perspectiva trazida pelo terapeuta, a cliente pode mencionar aspectos de sua vida que encontre semelhanças com a psicoeducação do terapeuta sobre desigualdade de gênero, trazendo a possibilidade de insights durante o processo terapêutico. A validação também é algo que pode surgir a partir desta psicoeducação. Deste modo é possível que a cliente perceba que não é “culpada” de muitos dos eventos que ocorreram em sua vida e que é perfeitamente aceitável e compreensível que sintase impactada diante de contextos que destacam as desigualdades enfrentadas pelo público feminino. A partir da terapia, a cliente pode passar a ter um novo modelo de relação, talvez nunca antes vivenciado, podendo generalizar comportamentos e insights adquiridos em sessão para novos contextos.

Por vezes, a paciente pode ter um histórico de violência e machismo em sua vida, com isso, pode existir a ideia de que as relações interpessoais significativas funcionam de uma única maneira, tendo abusos ou violências implícitas como algo comum na relação. As intervenções dialéticas podem ser úteis para ampliar o escopo da vítima sobre a sua relação. Elas permitem expandir o olhar e trazer como pauta questões relacionadas à sociedade, aspectos culturais e perspectivas novas de mundo que podem ser significativas na construção de pensamentos e crenças. (KOERNER, 2020). Trazendo como reflexão uma cliente que encontra-se em um relacionamento abusivo, por vezes, ao considerar o término, surge o medo da solidão e o receio de não conseguir lidar com a própria vida sozinha. Diante da possibilidade de encerrar o relacionamento, uma cliente pode, por exemplo, notar que está passando por um abuso e, ao mesmo tempo, notar que sente amor pelo companheiro/companheiro. Aqui temos um exemplo de conflito dialético que pode interferir na possibilidade de mudanças.

Em um primeiro momento o terapeuta deve validar a vulnerabilidade e os medos da cliente, demonstrando compreensão sobre o medo da mesma em ficar sozinha, visto que ao longo da relação sua autoestima foi sendo fragilizada e isso contribui para sua sensação de dependência. Essa compreensão livre de julgamentos, por parte da terapeuta, pode auxiliar a cliente a identificar que suas inseguranças e medos são respostas naturais diante do contexto abusivo que a mesma se encontra. A partir disso, a cliente pode dar início a aceitação de suas vulnerabilidades, de modo que a mesma passe a ver e sentir esses sentimentos de uma forma mais responsiva e praticando autocompaixão.

Em um segundo momento será necessário que o terapeuta valide a sensação de amor da paciente, mesmo diante de uma relação abusiva. O intuito não é fomentar a relação, mas sim trabalhar a dialética auxiliando a cliente a notar que amor não é igual a relação segura.

Em intervenções dialéticas é importante trazer a contradição entre eventos. Neste caso, a contradição entre notar que está em uma relação abusiva e sentir amor. A partir da contradição, espera-se que a paciente chegue a uma síntese: Uma decisão considerando tanto a tese (estou em um relacionamento abusivo) quanto a antítese (eu amo o abusador). Sem a síntese, as decisões podem se tornar rasas e levar a prejuízos futuros. Para auxiliar a cliente a decidir, o terapeuta a incoerência que está presente em “sentir amor” e, ao mesmo tempo, buscar ajuda para lidar com o abuso. A terapeuta pode auxiliar a cliente identificando outros momentos nos quais sua capacidade de resiliência auxiliaram a tomar decisões difíceis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estado atual da pesquisa sobre o tratamento de mulheres expostas a abusos no Brasil é visto como algo que ainda necessita de muitas contribuições. Segundo Curia et al. (2020) a maioria dos estudos se concentra em impactos individuais da violência, principalmente em mulheres, e os maiores índices de pesquisas se encontram nas regiões sul e sudeste. A maior parte destes estudos traz como foco as consequências físicas e psicológicas da violência, e evidenciam a necessidade de apoio social e psicológico para essas mulheres. Cúria et al. (2020) ressalta a falta de estudos que abordam o caráter preventivo, incluindo autores de violência como participantes e avaliando a efetividade das intervenções, deste modo é limitado o desenvolvimento de estratégias terapêuticas como prevenção.

De acordo com a perspectiva contextual, os próximos passos para compreender e enfrentar as relações abusivas e a violência contra as mulheres incluem considerar a importância e trazer como relevante a complexidade das interações entre fatores individuais e contextuais, proporcionando uma visão abrangente. (HAYES; STROSAHL; WILSON, 2015). No caso de relacionamentos abusivos, é necessário considerar como os fatores socioculturais e individuais se relacionam para a contribuição dos abusos, promovendo tratamentos que incluam em suas estruturas a noção de interação entre sujeito e ambiente social e cultural. No que tange à possível contribuição das terapias contextuais, é imprescindível mencionarmos que a relação terapêutica adquire uma forma intensa durante o processo clínico, o que pode possibilitar à cliente um novo modelo de relação, talvez antes nunca vivenciado. O terapeuta contextual pode criar um ambiente terapêutico validante e reforçar em sessão comportamentos de autonomia e busca por valores, algo que as vítimas de abuso podem nunca ter explorado.

As terapias contextuais visam compreender e tratar para além do alívio de sintomas, focando em flexibilidade psicológica, regulação emocional e relações interpessoais, o que a longo prazo pode promover a capacidade de clientes vítimas de abuso de impor limites de acordo com seus valores. Cabe destacar que o texto aqui exposto é um ensaio que visa direcionar terapeutas contextuais no trabalho com vítimas de abuso. De acordo com Zamora et al. (2019), há uma necessidade urgente de criar ou adaptar protocolos para avaliar a eficácia de psicoterapias para a população de mulheres brasileiras vítimas de abuso e as terapias contextuais também precisam ser testadas com a população para melhor apreciação do seu impacto terapêutico. Portanto, recomenda-se aos profissionais de saúde mental que conduzam intervenções e busquem supervisão clínica especializada durante o processo de atendimento. Por fim, é válido mencionar que dado o caráter moderno das terapias contextuais, a pesquisa poderá gerar novas maneiras de intervir, sempre seguindo os pressupostos colocados nos tratamentos contextuais: Ninguém é algo em específico, o self de cada indivíduo se molda de acordo com a interação organismo e ambiente, e isso é o que deve ser retratado, a possibilidade de mudanças de acordo com contextos.

REFERÊNCIAS

APA (American Psychiatric Association). **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-5**. 5. ed., Artmed, 2023.

BANDURA, Alberto. A evolução da teoria social cognitiva . *In*: BANDURA, Alberto. **Teoria Social Cognitiva**. 1. ed., Porto Alegre: Artmed, 2007. p. 15-38.

Baum, W. M. **Compreender o behaviorismo**. 3. ed. Porto Alegre: Art-med, 2019.

BEAUVOIR, Simone de. **O segundo sexo**. Tradução de Marcia P. J. Leite. 3. ed. Rio de Janeiro: Difusão Européia do Livro, 1970.

Beauvoir, S. **O segundo sexo: A experiência vivida**. 2. ed. São Paulo: Difusão Européia do livro, 1967.

Chu, J., Leino, A., Pflum, S., & Sue, S. Um modelo para a base teórica da competência cultural para orientar a psicoterapia. **Psicologia Profissional: Pesquisa e Prática**, 47, 1, p. 18–29, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/pro0000055>. Acesso em: 20 out. 2024.

Connell, R. W., & Messerschmidt, J. W. Masculinidade hegemônica: repensando o conceito. **Revista Estudos Feministas**, v. 21, n. 1, p. 241–282, jan. 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-026X2013000100014>. Acesso em: 20 out. 2024.

COUTO, Aline Guimarães; DITTRICH, Alexandre. Feminismo e análise do comportamento: caminhos para o diálogo. **Perspectivas**, São Paulo , v. 8, n. 2, p. 147-158, 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-35482017000200001&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 23 nov. 2024.

CÚRIA, Beatriz Gross; GONÇALVES, Victória Dias; ZAMORA, Júlia Carvalho; RUOSO, Aline; LIGÓRIO, Isadora Silveira; HABIGZANG, Luísa Fernanda. Produções científicas brasileiras em Psicologia sobre violência contra mulher por parceiros íntimos. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 40, p. 1-19, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/341500109_Producoes_Cientificas_Brasileiras_em_Psicologia_sobre_Violencia_contra_Mulher_por_Parceiro_Intimo. Acesso em: 01 nov. 2024.

Farias, K. G.; Castro, H. M. S. Psicologia feminista: uma abordagem comprometida com a mudança social. **Realize**, In Anais do XII Colóquio Nacional Representações de Gênero e Sexualidade, 2016. Disponível em: https://editorarealize.com.br/editora/anais/conages/2016/TRABALHO_EV053_MD1_SA5_ID780_25052016231213.pdf. Acesso em: 20 out. 2024.

FURINI, Larissa Gross; HENZEL, Gabriela Alsina; MÜLLER, Sara Adaís Ávila Silva; PASSOS, Jonatas Argemi Foster. Multiculturalidade e interseccionalidade nas terapias comportamentais contextuais. **Perspectivas em Análise do Comportamento**, p. 138–153, 2023. Disponível em: <https://www.revistaperspectivas.org/perspectivas/article/view/977>. Acesso em: 23 out. 2024.

Goldiamond, I. Protection of human subjects and patients: A social contingency analysis of distinctions between research and practice, and its implications. **Primavera**, v. 4, n. 1, p. 1-41, 1976.

Hayes, SC, Strosahl, KD e Wilson, KG (2012). **Terapia de Aceitação e Compromisso: O processo e a prática de mudança consciente**. 2. ed., Porto Alegre: Artmed, 2021.

HAYES, Steven C.; STROSAHL, Kirk D.; WILSON, Kelly G. **Terapia de aceitação e compromisso: o processo e a prática de mudança consciente**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2015.

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. **Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change**. 2. ed., Guilford Publications, 2016.

Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. Terapia de aceitação e compromisso: modelo, processos e resultados. **Behaviour Research and Therapy**, p. 1–25, 2006. Disponível em: 10.1016/j.brat.2005.06.006. Acesso em: 20 out. 2024.

HOLMAN, Gareth; KANTER, Jonathan; TSAI, Mavis; KOHLENBERG, Robert. **Psicoterapia Analítica Funcional Descomplicada**. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2022.

HÜBNER, M. M. C; MOREIRA, M. B. (Org.). **Temas clássicos da psicologia sob a ótica da análise do comportamento**. 1. ed., São Leopoldo: Guanabara Koogan, 2012.

HUNZIKER, Maria Helena Leite. Afinal, o que é controle aversivo?. **Acta comport.**, Guadalajara , v. 19, n. 4, p. 9-19, 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-81452011000400006&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 23 out. 2024.

IPEA. Tolerância social à violência contra as mulheres. *In*: Senado Federal. Brasil, 2024. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/institucional/omv/entenda-a-violencia/pdfs/tolerancia-social-aviolencia-contra-as-mulheres>. Acesso em: 21 setembro 2024.

Jacobson, N. S. *Psychotherapists in clinical practice: Cognitive and behavioral perspectives*. **Guilford Press**, 1987.

KOERNER, Kelly. **Aplicando a terapia comportamental dialética: um guia prático**. Tradução. Prefácio de Marsha M. Linehan. Porto Alegre: Sinopsys, 2020.

Kohlenberg, R. J., & Tsai, M. **Psicoterapia Analítica Funcional: Criando Relacionamentos Terapêuticos Intensos e Curativos**. 1. ed., Springer: New York, 1991.

Linehan, M. **Terapia Cognitivo-comportamental para transtorno de personalidade borderline**. 1. ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.

LINEHAN, Marsha M. **Treinamento de habilidades em DBT: manual de terapia comportamental dialética para o terapeuta**. 2. ed., Porto Alegre: Artmed, 2015.

LOPES, Camila Daliane Marila; SILVA, Ingrid Pedrassoni. Considerações acerca do relacionamento abusivo e uma análise das contingências que o envolvem. **Rev. Terra & Cult., Londrina**, v. 37, n. 72, 2021.

MARQUES, Sândhya Siqueira; RANGEL, Rita Garcia; JANES, Cecília Fronza; ZAMORA, Júlia Carvalho; CÚRIA, Beatriz Gross; HABIGZANG, Luísa Fernanda. Repercussão da campanha do Conselho Federal de Psicologia sobre violência contra mulheres. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 44, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003265134>. Acesso em: 10 nov. 2024.

Mallot, R. W. (1996). A behavior-analytic view of sexuality, transsexuality, homosexuality, and heterosexuality [Uma visão analítico-comportamental da sexualidade, transexualidade, homossexualidade e heterossexualidade]. **Behavior and Social Issues**, v. 6, n. 2, p. 127-140, 1996. Disponível em: <https://doi.org/10.5210/bsi.v6i2.286>. Acesso em: 20 out. 2024.

PETERSEN, Mariana Gomes Ferreira; ZAMORA, Júlia Carvalho; FERMANN, Ilana Luiz; CRESTANI, Pâmela Letícia; HABIGZANG, Luísa Fernanda. Psicoterapia cognitivo-comportamental para mulheres em situação de violência doméstica: revisão sistemática. **Psicol. clin.**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 1, p. 145-165, abr. 2019. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652019000100008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 23 set. 2024.

PINHEIRO, Renata; MIZAEL, Tahcita. **Debates sobre feminismo e análise do comportamento**. 2. ed., São Paulo: Paradigma, 2023.

RAMOS, C. M.; LENCASTRE, M. P. A. O feminino e o masculino na etologia, sociobiologia e psicologia evolutiva: Revisão de alguns conceitos. **PSICOLOGIA, [S. l.]**, v. 27, n. 2, p. 33–61, 2013. DOI: 10.17575/rpsicol.v27i2.421. Disponível em: <https://revista.appsicologia.org/index.php/rpsicologia/article/view/421>. Acesso em: 15 out. 2024.

Ramnerö, J., & Törneke, N. The ABCs of human behavior: Behavioral principles for the practicing clinician. Context Press/New Harbinger Publications. 1 ed., **New Harbinger Publications**, 2008.

Ruiz, MRBF. Skinner'S Radical Behaviorism: Construções Históricas Erradas e Fundamentos para Reconstruções Feministas. *Behav. Soc.* Edição 5, 1995. p. 29–44. Disponível em: <https://doi.org/10.5210/bsi.v5i2.221>. Acesso em: 15 out. 2024.

Saffioti, H. **Gênero, patriarcado e violência**. 2. ed. São Paulo: Expressão Popular: Fundação Perseu Abramo, 2015.

Saffioti, H. B. **Gênero, patriarcado e violência**. São Paulo, SP: Fundação Perseu Abramo, 2004.

Santi, L. N., Nakano, A. M. S., & Lettiere, A. (2010). Percepção de mulheres em situação de violência sobre o suporte e apoio recebido em seu contexto social. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 19, n. 3, p. 417–424, jul. 2010. Disponível em: doi: 10.1590/S0104-07072010000300002. Acesso em: 15 out. 2024.

SANTOS, Vanessa Carneiro. **Levantamento das variáveis que afetam a permanência de mulheres em relacionamentos abusivos à luz da análise do comportamento**. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) – Centro Universitário Luterano de Palmas, Palmas, 2019.

Secretaria de Vigilância em Saúde; Ministério da Saúde. Violência por parceiro íntimo contra homens e mulheres no Brasil: dados da Vigilância de Violências e Acidentes. **Boletim Epidemiológico**, v. 51, n. 49, 2020. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2020/boletim_epidemiologico_svs_49.pdf. Acesso em: 10 out. 2024.

SILVA, L. L. DA .; COELHO, E. B. S.; CAPONI, S. N. C. DE . Violência silenciosa: violência psicológica como condição da violência física doméstica. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, v. 11, n. 21, p. 93–103, jan. 2007.

Sinclair, D. Introdução à violência contra a mulher. *In*: L. C.A. Williams, J. M. D. Maia & K.S.A. Rios (Orgs.). **Aspectos Psicológicos da Violência: Pesquisa e intervenção cognitivo comportamental**. Santo André. ESETec, 2010. p.89-110.

Skinner, B. F. **Ciência e comportamento humano**. São Paulo: Martins Fontes, 2019.

Skinner, B. F. **Comportamento Verbal** (série oficial de reimpressões da BF Skinner Foundation / edição de bolso). Xanadu Pub, 1991.

SKINNER, BF. **Sobre o behaviorismo**. Tradução de Oswaldo Simões Barbosa. São Paulo: Cultrix, 2011.

SKINNER, B. F. (1981) Seleção por consequências. **Revista brasileira de terapia comportamental e cognitiva**. São Paulo, vol. IX, n. 1, p. 129-137, 2007.

SKINNER, B. F. **Sobre o comportamento dos organismos: uma análise experimental**. 2. ed. São Paulo: Cultrix, 2007. Originalmente publicado em 1981.

STODDARD, JA; AFARI, N. **O grande livro de metáforas da ACT: um guia clínico para exercícios experimentais e metáforas na terapia de facilidades e compromisso**. 1.ed., São Paulo: Sinopsys, 2022.

Tsai, M., Yoo, D., Hardebeck, E. J., Loudon, M. P., & Kohlenberg, R. J. Creating safe, evocative, attuned, and mutually vulnerable therapeutic beginnings: Strategies from functional analytic psychotherapy. **Psychotherapy**, Chicago, Ill., 56(1), p. 55–61. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/pst0000203>. Acesso em: 21 setembro 2024.

Tsai, M., Kohlenberg, R. J., Kanter, J. W., Kohlenberg, B., Follete, W. C., & Callaghan, G. M. **Um guia para a psicoterapia analítica funcional (FAP II): Consciência, coragem, amor e behaviorismo** (F. Conte & M. Z. Brandão, Trans.). Santo André: Esetec (Original work published 2008).

Vandenberghe, L. Psicoterapia Analítica Funcional Sensível à Cultura. **The Behavior Analyst**, v. 31, p. 67–79, 2008. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC2395349/>. Acesso em: 20 out. 2024.

Wilks, C. R., & Linehan, M. M. The practice of Dialectical Behavior Therapy with multidagnostic and suicidal parents. *In*: S. Dimidjian. **Evidence-based practice in action: Bridging clinical science and intervention**. The Guilford Press, 2019. p. 231–243.