

— ENSAIOS SOBRE CINEMA & ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

Do Encanto *às* *Contingências*:

O Olhar Analítico-Comportamental sobre Filmes

ORGANIZAÇÃO

NILSE CHIAPETTI

ANA KARINA CURADO RANGEL DE-FARIAS

ANDRÉ AMARAL BRAVIN



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Do encanto às contingências [livro eletrônico] : o
olhar analítico-comportamental sobre filmes /
organização Nilse Chiapetti , Ana Karina Curado Rangel
de-Farias , André Amaral Bravin. -- Brasília, DF :
Instituto Walden, 2026.

PDF

Vários autores.

Bibliografia.

ISBN 978-85-65721-58-5

1. Cinema - Apreciação 2. Cinema - Aspectos
psicológicos 3. Comportamento (Psicologia) 4.
Comportamento - Análise I. Chiapetti, Nilse. II. de-
Farias, Ana Karina Curado Rangel. III. Bravin, André
Amaral.

26-365799.0

CDD-150.1943

Índices para catálogo sistemático:

1. Análise comportamental : Psicologia 150.1943

Eliane de Freitas Leite - Bibliotecária - CRB 8/8415



SUMÁRIO

Prefácio	14
André Amaral Bravin, Ana Karina C. R. de-Farias & Nilse Chiapetti	
“Pearl”: Uma leitura crítica sobre os conceitos de maldade e bondade sob a ótica da Análise do Comportamento	18
Leonan dos Santos-Pereira & Ana Karina C. R. de-Farias	
“As invasões bárbaras” – O adoecimento e a morte: Uma visão analítico-comportamental	36
Lorena Bezerra Nery & Flávia Nunes Fonseca	
“Diga quem sou” – Reconstruindo memórias, recriando uma vida: Uma análise a partir da Teoria das Molduras Relacionais	56
Alessandra Rocha de Albuquerque & Raquel Maria de Melo	
“Perfeita é a mãe”: Disparidade das práticas parentais e saúde mental	74
Mônica Ferreira da Silva & Natália América Machado Figueiredo	
Gênero e relações amorosas nas comédias românticas: Diferentes modelos em “Bridget Jones” e “Sex and the City – o filme”	96
Lorena Bezerra Nery & Ana Karina C. R. de-Farias	
Relacionamentos abusivos: Uma análise comportamental do filme “Namorados para Sempre”	118
Bárbara Ferreira Borghi & Ana Karina C. R. de-Farias	
“Boa sorte, Leo Grande”: Um caso de anorgasmia feminina	135
Kendra Maira Tsubota Ferri, Marcella Ormastroni Maretti & Camille Correia Borges Soares	
“Querida Alice”: Violência doméstica de acordo com a perspectiva da Terapia de Aceitação e Compromisso	147
Paula Helena Gomes de Moraes Ruiz & Divaldo de Canavarros de Abreu Junior	
“Gênio Indomável”: Os impactos da relação terapêutica na vida do terapeuta	158
Viviane Alonso de Paula Sperandio & Ana Karina C. R. de-Farias	
“Sleepwalk with me”: Distúrbio comportamental do sono REM e inflexibilidade psicológica	171
Letícia Stephane de Jesus Sottomaio Camargo, Camilla Bueno Lopes & Nilse Chiapetti	
“Êxtase”: A anorexia nervosa a partir do referencial da Análise do Comportamento	190
Nilse Chiapetti, Maria Cristina Antunes, Denise Cerqueira Leite Heller, Tarcis Murilo Sartor, Letícia Stephane de Jesus Sottomaio Camargo, Felipe Alckmin-Carvalho & Simone Bernardes	
“O mínimo para viver”: Reflexões comportamentais sobre a anorexia nervosa	215
Juliana Telles Zanateli & Vinicius Santos Ferreira	

ORGANIZADORES

ANA KARINA CURADO RANGEL DE-FARIAS

É psicóloga (CRP 01/7875), graduada pela Universidade de Brasília – UnB (1998), e Mestre (2001) em Psicologia (área de Processos Comportamentais), pela mesma instituição. Possui experiências em Análise Comportamental Clínica, Psicologia da Saúde, Atenção/Interação Domiciliar, Cuidados Paliativos, Preconceito Racial e temas correlatos. Além da consistente produção científica em artigos e capítulos de livros, é reconhecida pela organização/coorganização de importantes livros de Análise Comportamental Clínica: “Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso” (Artmed, 2010); “Teoria e formulação de casos em Análise Comportamental Clínica” (Artmed, 2018); de Análise do Comportamento Aplicada à Saúde: “Ciências da Saúde: O trabalho de equipes multiprofissionais em diferentes contextos” (Juruá, 2019) e “Análise do Comportamento na Atenção Primária, Secundária e Terciária” (Artmed, 2022); e, também, de Divulgação Científica, a saber, a trilogia “Skinner Vai ao Cinema” (Volume 1 editado pela ESETec, em 2007, e reeditado em 2014, pelo Instituto Walden4; Volumes 2 e 3, editados pelo Instituto Walden4, em 2014 e 2016, respectivamente). Foi professora de Graduação em Psicologia por mais de 20 anos, e servidora da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal (SES-DF), por 5 anos, onde atuou no Programa de Interação Domiciliar, no Núcleo de Apoio ao Saúde da Família (NASF-AB), e na elaboração de diretrizes de atuação de nove áreas da Psicologia. É consultora *Ad Hoc* de vários periódicos na área. Em 2018, fundou o Centro de Atenção Multiprofissional – CaMtos, onde oferece cursos de aprimoramento e supervisão em Análise Comportamental Clínica e Psicologia da Saúde. Atualmente, é psicóloga clínica, supervisora e professora em diversos grupos de estudo e cursos de pós-graduação em todo o Brasil.

<https://orcid.org/0000-0002-8799-8656>

<http://lattes.cnpq.br/8018125729328138>

akdefarias@gmail.com

IG: @camtosmultiprofissional

ANDRÉ AMARAL BRAVIN

É psicólogo (CRP 09/6543), graduado pela Universidade Católica de Brasília – UCB (2005). É Doutor (2014) e Mestre (2008) em Ciências do Comportamento (área de Análise Experimental do Comportamento – AEC) pela Universidade de Brasília (UnB), e reconhecido pelo Conselho Regional de Psicologia (CRP) como Especialista em Psicologia Clínica (2006), tendo se formado em Análise Comportamental Clínica, pelo Instituto Brasiliense de Análise do Comportamento – IBAC. Possui experiências em Transtornos de Impulso, Inovação e Desenvolvimento Tecnológico, Farmacologia Comportamental, Psicofarmacologia, Modelos Animais de Psicopatologia, Toxicologia Comportamental e temas correlatos. Além da consistente produção bibliográfica, é consultor *Ad Hoc* de vários periódicos na área, e faz parte do corpo editorial da Revista Perspectivas em Psicologia. Em 2011, em conjunto com o Prof. Fábio Baia (Universidade de Rio Verde – UniRV) e a Profa. Elisa Sanabio-Heck (Universidade Federal de Goiás – UFG), criou a Encontro Goiano de Análise do Comportamento – EGAC, evento itinerante que, em 2025, chegou à sua 10ª edição. Atua como palestrante-convidado em diversos cursos de especialização pelo Brasil. Desde 2008, é professor na Universidade Federal de Goiás (regional Jataí), atual Universidade Federal de Jataí – UFJ.

<https://orcid.org/0000-0002-5910-3050>

<http://lattes.cnpq.br/3682922127156042>

bravin@ufj.edu.br

NILSE CHIAPETTI

É psicóloga (CRP 08/5185), graduada pela Universidade Estadual de Maringá – UEM (1992). É Doutora (2001) e Mestre (1996) em Psicologia (área Clínica) pelo Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (USP), onde também obteve o título de especialista em Terapia Comportamental e Cognitiva (2001). Tem experiências na área de Psicologia Clínica e da Saúde, com ênfase em Tratamento e Prevenção Psicológica na perspectiva da Análise do Comportamento. Desenvolve projetos de pesquisa e extensão direcionados à promoção de saúde junto a populações que apresentam problemas no comportamento alimentar e doenças crônicas cujo tratamento prevê mudanças no comportamento alimentar, e temas correlatos. Desde 2007, integra o Banco de Avaliadores do Sistema Nacional de Avaliação da Educação Superior (BASIS/SINAES), como avaliadora de Cursos de Graduação em Psicologia. Atuou como professora na Universidade Tuiuti do Paraná (UTP – 2002 a 2007), na Universidade Estadual de Maringá (UEM – 2007 a 2008) e na Universidade Federal da Paraíba (UFPB – 2008 a 2017). Atualmente, é professora titular na Universidade Federal do Paraná (UFPR), onde atua em regime de tempo integral e dedicação exclusiva desde 2017.

<https://orcid.org/0000-0002-7110-8866>

<http://lattes.cnpq.br/4305819616487453>

chiapetti@yahoo.com

AUTORES E COAUTORES

ALESSANDRA ROCHA DE ALBUQUERQUE

É psicóloga (CRP 01/5742), graduada pelo Centro Universitário de Brasília – UniCEUB (1992). Mestre (1996) e Doutora (2001) em Psicologia (Processos Psicológicos Básicos) pela Universidade de Brasília (UnB), com estágio pós-doutoral (2020) em Psicologia (Análise do Comportamento), pela University of Nevada, Reno (UNR). Atua na formação de psicólogos desde 1993, como docente de cursos de graduação (Universidade Católica de Brasília – UCB; Centro Universitário IESB; UnB), especialização (Instituto Brasileiro de Análise do Comportamento – IBAC) e supervisora de estágio. É professora do Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Psicologia, da Universidade Católica de Brasília (UCB), do qual é coordenadora desde 2021. Desenvolve pesquisas em avaliação e intervenção comportamental nos contextos escolar e clínico, com ênfase em repertórios verbais.

<https://orcid.org/0000-0003-2890-0214>

<http://lattes.cnpq.br/3930177987913043>

arochoa@p.ucb.br

ANA KARINA CURADO RANGEL DE-FARIAS

É psicóloga (CRP 01/7875), graduada pela Universidade de Brasília – UnB (1998), e Mestre (2001) em Psicologia (área de Processos Comportamentais), pela mesma instituição. Possui experiências em Análise Comportamental Clínica, Psicologia da Saúde, Atenção/Interação Domiciliar, Cuidados Paliativos, Preconceito Racial e temas correlatos. Além da consistente produção científica em artigos e capítulos de livros, é reconhecida pela organização/coorganização de importantes livros de Análise Comportamental Clínica: “Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso” (Artmed, 2010); “Teoria e formulação de casos em Análise Comportamental Clínica” (Artmed, 2018); de Análise do Comportamento Aplicada à Saúde: “Ciências da Saúde: O trabalho de equipes multiprofissionais em diferentes contextos” (Juruá, 2019) e “Análise do Comportamento na Atenção Primária, Secundária e Terciária” (Artmed, 2022); e, também, de Divulgação Científica, a saber, a trilogia “Skinner Vai ao Cinema” (Volume 1 editado pela ESETEC, em 2007, e reeditado em 2014, pelo Instituto Walden4; Volumes 2 e 3, editados pelo Instituto Walden4, em 2014 e 2016, respectivamente). Foi professora de Graduação em Psicologia por mais de 20 anos, e servidora da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal (SES-DF), por 5 anos, onde atuou no Programa de Interação Domiciliar, no Núcleo de Apoio ao Saúde da Família (NASF-AB), e na elaboração de diretrizes de atuação de nove áreas da Psicologia. É consultora *Ad Hoc* de vários periódicos na área. Em 2018, fundou o Centro de Atenção Multiprofissional – CaMtos, onde oferece cursos de aprimoramento e supervisão em Análise Comportamental Clínica e Psicologia da Saúde. Atualmente, é psicóloga clínica, supervisora e professora em diversos grupos de estudo e cursos de pós-graduação em todo o Brasil.

<https://orcid.org/0000-0002-8799-8656>

<http://lattes.cnpq.br/8018125729328138>

akdefarias@gmail.com

IG: @camtosmultiprofissional

BÁRBARA FERREIRA BORGHI

É psicóloga (CRP 09/9281), graduada pela Universidade Federal de Goiás – UFG (2014) e pós-graduada em Análise Comportamental Clínica (2019), pelo Instituto Brasileiro de Análise do Comportamento – IBAC. Atua, desde 2014, como psicóloga clínica, com experiência em Terapias Contextuais, em especial a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP) e a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT).

<https://orcid.org/0009-0003-5799-478X>

<http://lattes.cnpq.br/5242218348915194>

bfborghi@gmail.com

CAMILLA BUENO LOPES

É psicóloga (CRP 06/195716), graduada pela Universidade Federal do Paraná – UFPR (2021). É Mestre (2026) em Psicologia (área de Análise do Comportamento) pela UFPR. Seus interesses incluem Teoria da Mente no Behaviorismo Radical, Comportamentos Perceptivos, Sono e Sonhos, *Mindfulness*, aproximações entre Análise do Comportamento e Neurociências, e temas correlatos. Possui experiências em Clínica Analítico-Comportamental e Perícia Psicológica no contexto do Judiciário. Entre 2022 e 2023, participou do Programa de Residência Técnica em Ciências Forenses pela Universidade Estadual de Maringá (UEM), com atuação na Polícia Científica do Paraná (residência interrompida em razão de aprovação em concurso público). Desde 2023, é Psicóloga Judiciária no Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo (TJSP).

<https://orcid.org/0009-0008-0369-7137>

<http://lattes.cnpq.br/2865095735241029>

camillabuenolopes@gmail.com

CAMILLE CORREIA BORGES SOARES

É psicóloga (CRP 06/180941), graduada pela Universidade de Fortaleza – UNIFOR (2014). É especialista (2015) em Terapia Analítico Comportamental pela UNIFOR, e em Sexologia Aplicada (2020), pelo Instituto Paulista de Sexualidade – InPaSex. Possui conhecimento em Terapia de Casal, Terapia Sexual e atendimento clínico de pessoas com queixas de uso abusivo de álcool e outras substâncias. Atualmente, é psicóloga clínica e supervisora.

<https://orcid.org/0009-0007-7893-8313>

<http://lattes.cnpq.br/4191956769666218>

camillesexologia@icloud.com

DENISE CERQUEIRA LEITE HELLER

É psicóloga (CRP 08/02794), graduada pela Universidade Federal do Paraná – UFPR (1984), e Mestre em Psicologia (Psicologia Experimental), pela Universidade de São Paulo – USP (1990). Foi coordenadora do serviço de psicologia da Associação Paranaense de Amparo ao Diabético e profissional da saúde – Clínica Equilíbrio, até 2008. Tem experiência na área de Psicologia Clínica, de orientação analítico-comportamental, com ênfase em Intervenção Terapêutica, atuando principalmente nos seguintes temas: obesidade, diabetes, alimentação e anorexia nervosa.

<http://lattes.cnpq.br/1118611783000467>

dclheller@gmail.com

DIVALDO DE CANAVARROS DE ABREU JUNIOR

É psicólogo (CRP 14/05176-3), graduado pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul Câmpus do Pantanal – UFMS/CPAN (2010). É Mestre em Psicologia (2024) pela Universidade Católica Dom Bosco (UCDB). Possui Especializações em Psicopedagogia (2016) e Psicologia Organizacional e do Trabalho (2021), pela UCDB; e em Terapia Cognitiva Comportamental (2023), pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná – PUC/PR). Também possui Formação em Psicoterapia Analítica Funcional (FAP, 2022), pelo Instituto Brasileiro de Análise do Comportamento (IBAC). Tem experiências em Psicologia Clínica e da Saúde (Terapias Contextuais), doenças crônicas, suicídio, violência doméstica e de gênero, e temas correlatos. Em 2024, foi ganhador do prêmio internacional ACBS Junior Poster Investigator Award, ACBS World Conference – Buenos Aires. Desde 2011, é psicólogo clínico e atuante em políticas públicas de atenção primária de saúde.

<https://orcid.org/0009-0001-7557-0556>

<http://lattes.cnpq.br/8647971518266961>
junior.skinner@gmail.com

FELIPE ALCKMIN-CARVALHO

Graduado em Psicologia (2011), pela Universidade Presbiteriana Mackenzie. Doutor (2018) e Mestre (2014) em Psicologia Clínica pelo Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (IP-USP), e possui aperfeiçoamento em Transtornos Alimentares e Obesidade (2014), pela Universidade de São Paulo (USP). Entre 2020 e 2023, realizou estágio de Pós-doutorado na Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo (EE-USP), e no Programa de Pós-graduação em Psicologia Clínica e da Saúde, do Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior (UBI), Covilhã, Portugal (2024-2025). Atualmente, é professor convidado da Licenciatura e Pós-graduação *Stricto Sensu* do Departamento de Psicologia e Educação da UBI, onde orienta pesquisas de mestrado e doutorado. Foi editor associado da Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar (2019-2021). É editor Associado das Revistas: *Psicologia: Reflexão e Crítica* (Springer Nature); *Trends in Psychology* (Springer Nature) e *Acta Elit Salutis* (Ciências da saúde, Unioeste). Também atua como editor convidado das Revistas: *Healthcare* (MDPI, HIV/AIDS – *Research and Palliative Care*) (Taylor and Francis), e *Frontiers in Psychology* (Frontiers). Possui experiência nas áreas de Psicologia Clínica e da Saúde, e em Psicologia Social, com ênfase em determinantes psicossociais de psicopatologias e sofrimento em população geral e em populações socialmente marginalizadas, como pessoas vivendo com HIV/AIDS, imigrantes, minorias étnico-raciais e pessoas em situação de vulnerabilidade socioeconômica.

<https://orcid.org/0000-0002-0203-2650>
<http://lattes.cnpq.br/4292630912391308>
felipe.carvalho@ubi.pt

FLÁVIA NUNES FONSECA

É psicóloga (CRP 01/15433), graduada pela Universidade de Brasília – UnB (2009) e Mestre (2013) em Ciências do Comportamento, pela mesma instituição. Possui experiência em Psicologia da Saúde, Cuidados Paliativos, Luto e temas correlatos. Desde 2016, é psicóloga da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal – SES-DF. Atualmente, desempenha suas atividades na Unidade de Cuidados Paliativos do Hospital de Apoio de Brasília.

<https://orcid.org/0000-0001-9683-930X>
<http://lattes.cnpq.br/6189749840826996>
flavia.nunesf@gmail.com

JULIANA TELLES ZANATELI

É psicóloga (CRP 06/203209), graduada (2023) pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), e Mestre pela Universidade Estadual “Júlio de Mesquita Filho” – UNESP. Possui experiências em Transtornos Alimentares, Teoria das Molduras Relacionais (RFT /do inglês *Relational Frame Theory*), *Implicit Relational Assessment Procedure* (IRAP), e Análise Experimental do Comportamento. Além disso, já realizou algumas publicações como “Análise funcional interpretativa, molar e diagramada da compulsão alimentar no filme “A baleia” (PsiPorã, 2024); “Análise de contingências familiares e escolares relacionadas ao Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade durante a pandemia de COVID-19” (Pedro & João Editores, 2022), dentre outras que estão em andamento. Em 2024, iniciou sua carreira na clínica e, em 2025, realizou atendimentos no Núcleo de Atendimento às Vítimas de Violência (NAVV), setor dentro do Ministério Público de São Paulo. Também em 2025, iniciou suas atividades de docência no Centro Universitário Eduvale.

<https://orcid.org/0009-0002-8185-0914>
<http://lattes.cnpq.br/7173421408976935>
juliana.t.zanateli@unesp.br

KENDRA MAIRA TSUBOTA FERRI

É psicóloga (CRP 08/22329), graduada pela Universidade Positivo – UP (2015). Possui especializações em Clínica Analítico-Comportamental: Práticas e Recursos Terapêuticos (2017) pela UP; Sexologia Aplicada (2020), e aprimoramento em Terapia Sexual (2021), pelo Instituto Paulista de Sexualidade – InPaSex. Detém conhecimento em Análise Comportamental Clínica, Terapia Sexual, Terapia de Casal, Educação Sexual e Comunicação Não-violenta. É autora de capítulos científicos sobre sexualidade, como “Influência dos valores do terapeuta na abordagem de questões de sexualidade na clínica analítico-comportamental” (Estudos em Sexualidade, InPaSex, 2021) e “Diálogos da compaixão: a comunicação não violenta para pessoas LGBTQIAPN+ na criação de conexões valiosas” (Diálogos, 2025). Atua como professora convidada em especializações com formação em Sexualidade e Análise do Comportamento. Desde 2016, exerce a prática clínica em consultório particular.

<https://orcid.org/0009-0002-2677-906X>

<http://lattes.cnpq.br/9642140520566891>

kendraferri@gmail.com

LEONAN DOS SANTOS-PEREIRA

É psicólogo (CRP 06/173900), graduado (2021) pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas – PUC-Campinas). É especialista em Análise Comportamental Clínica (2024), pelo Instituto Brasileiro de Análise do Comportamento – IBAC. Possui formações complementares em Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), Terapia Comportamental Dialética (DBT) e Psicoterapia Analítica Funcional (FAP). Atua como Assessor de Publicação e Pesquisa e como Assistente de Pesquisa no IBAC. É psicólogo e supervisor clínico, tendo interesse em Ciências Comportamentais Contextuais. É docente em cursos *online*, pelo Centro de Atenção Multiprofissional (CaMtos). Participa de projetos voltados à pesquisa clínica, com ênfase em Ativação Comportamental para Depressão. É coorganizador de um livro (em revisão), em conjunto com Ana Karina C. R. de-Farias, sobre formulação de casos clínicos.

<https://orcid.org/0009-0007-7418-7065>

<http://lattes.cnpq.br/6247019377030108>

psi.leonanpereira@gmail.com

LETÍCIA STEPHANE DE JESUS SOTTOMAIOR CAMARGO

É psicóloga (CRP 08/39284) graduada pela Universidade Federal do Paraná – UFPR (2022). É Mestre (2024) em Psicologia (linha de Análise do Comportamento) pela UFPR. Possui experiências em tratamentos psicológicos para insônia, intervenções para problemas de sono infantil, Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) e Terapia ABA/Denver para autismo. É integrante da equipe editorial da Revista Perspectivas em Análise do Comportamento e docente de pós-graduação na Faculdade Inspirar. Atua principalmente como psicóloga clínica, com foco no tratamento psicológico de distúrbios do sono.

<https://orcid.org/0000-0001-5962-6735>

<http://lattes.cnpq.br/1837425742960093>

ufprleticia@gmail.com

LORENA BEZERRA NERY

É psicóloga (CRP 01/15434), graduada pela Universidade de Brasília (UnB) e Mestre em Ciências do Comportamento, pela mesma instituição. É especialista em Análise Comportamental Clínica, pelo Instituto Brasileiro de Análise do Comportamento (IBAC). Atua como psicóloga e supervisora clínica na “Eixo Norte”, e como psicóloga da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal (SES-DF). É coorganizadora dos livros “Relações Amorosas, Terapia de Casais e Análise do Comportamento” (Appris, 2025) e “Teoria e Formulação de Casos em Análise Comportamental Clínica” (Artmed, 2018). Possui Especialização em

andamento em Psicoterapias Baseadas em Evidências: Terapias Cognitivo-Comportamentais. Ministra cursos e palestras com enfoque em relacionamentos amorosos, parentalidade, Terapia de Casais, habilidades terapêuticas, análises funcionais e entrevista clínica.

<https://orcid.org/0000-0001-9190-6040>

<http://lattes.cnpq.br/9173385783348470>

lorenanery.psi@gmail.com

MARCELLA ORMASTRONI MARETTI

É psicóloga (CRP 06/155090), graduada pela Universidade Presbiteriana Mackenzie – UPM (2019). Especialista (2020) em Sexologia Aplicada pelo Instituto Paulista de Sexualidade – InPaSex. Tem qualificação (2021) em Clínica Analítica Comportamental pelo Instituto Par, e é doula (2024). pelo Espaço Mãe. Possui conhecimentos em Análise Comportamental Clínica, Terapia Sexual, Terapia de Casal, Educação Sexual e Perinatal, e temas correlatos. Tem produção científica em capítulos sobre sexualidade como “Consequência do Uso de Pornografia nos Comportamentos Sexuais” (Diálogos, 2025). Em 2021, foi integrante do corpo clínico do InPaSex, onde permaneceu até 2025. Em 2025, participou como psicóloga voluntária no ambulatório de sexualidade (Prosex), do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo – IPq HCFMUSP. Desde 2019, é psicóloga clínica em consultório particular.

<https://orcid.org/0009-0006-8359-7050>

<http://lattes.cnpq.br/1251293644778889>

marcella.maretti@gmail.com

MARIA CRISTINA ANTUNES

É psicóloga (CRP 08/09051), graduada pela Universidade de São Paulo – USP (1993). É Doutora (2005) e Mestre (1999) em Psicologia Social, pela mesma instituição. É reconhecida pelo CRP-PR como Especialista em Psicologia Clínica (2022). É especialista em Terapia Cognitivo-Comportamental (2026), pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS). Possui formações em Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT, 2025), com Steven Hayes, pela Academy Artmed; e Psicodrama terapêutico (2022), pelo Instituto J. L. Moreno de São Paulo e Zerka Moreno Workshops (USA). Atua principalmente nos seguintes temas: psicologia forense, abuso sexual, violência contra a mulher, psicologia da saúde, sexualidade. Entre 1994 e 2000, foi pesquisadora e coordenadora de projetos de pesquisa financiados pela USAID – *Family Health International* – *Center for AIDS Prevention Studies* (CAPS), *University of California – San Francisco* e Departamento Estadual de DTS/AIDS de SP. Entre 2010 e 2013, participou da diretoria da Sociedade Brasileira de Psicologia (SBP) e foi membro da *International Society for the Prevention of Child Abuse Neglect* (ISPCAN). Desde 1994, é psicóloga clínica. Desde 1997, é docente e supervisora clínica de cursos de Psicologia da Universidade Tuiuti do Paraná, e, desde 2010, é docente do PPG em Psicologia Forense da mesma instituição. Desde 2020, é editora de sessão da Revista Psicologia em Estudo (UEM), e, desde 2024, é editora chefe do *Interamerican Journal of Forensic Psychology*.

<https://orcid.org/0000-0002-6767-518X>

<http://lattes.cnpq.br/5071008543352344>

mcrisantunes@uol.com.br

MÔNICA FERREIRA DA SILVA

É psicóloga (CRP 06/74293), graduada pela Fundação Hermínio Ometto – FHO (2003), e Mestre (2014) em Psicologia pela Universidade Federal de São Carlos – UFSCAR. Possui especializações em Terapia Comportamental e Cognitiva: Teoria e aplicação (2007), pela Universidade de São Paulo (USP); e Cuidados Paliativos (2020), pela Unyleya. Possui formações em Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT, 2022), pelo Instituto Brasileiro de Análise do Comportamento (IBAC); e *Mindfulness* (2024), pelo Centro de Promoção *Mindfulness* (CPM). Atua como psicóloga clínica desde 2004, e é sócia no

Instituto Attos, em Araras-SP. Possui experiência de 13 anos na docência em Ensino Superior, e supervisão de estágio clínico, e na área da saúde pública e atenção domiciliar. Atualmente, é palestrante, psicóloga e supervisora clínica em Análise do Comportamento.

<https://orcid.org/0009-0009-5767-3023>

<http://lattes.cnpq.br/4986559368099267>

attos.mofsilva@gmail.com

NATÁLIA AMÉRICA MACHADO FIGUEIREDO

É psicóloga (CRP 09/8212), graduada pela Fundação Hermínio Ometto – FHO (2010). Possui formações em Psicoterapia Analítico-comportamental (2019), pelo Instituto Goiano de Análise do Comportamento (IGAC); e Psicologia Organizacional e do Trabalho (2012), pela FHO. Tem experiências em parentalidade, perinatalidade, psicologia organizacional, psicologia hospitalar, e temas correlatos. Desde 2014, é psicóloga clínica, com atendimento focado em parentalidade e perinatalidade.

<https://orcid.org/0009-0005-7307-5323>

<http://lattes.cnpq.br/8884674032661838>

natalia.amf@hotmail.com

NILSE CHIAPETTI

É psicóloga (CRP 08/5185), graduada pela Universidade Estadual de Maringá – UEM (1992). É Doutora (2001) e Mestre (1996) em Psicologia (área Clínica) pelo Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (USP), onde também obteve o título de especialista em Terapia Comportamental e Cognitiva (2001). Tem experiências na área de Psicologia Clínica e da Saúde, com ênfase em Tratamento e Prevenção Psicológica na perspectiva da Análise do Comportamento. Desenvolve projetos de pesquisa e extensão direcionados à promoção de saúde junto a populações que apresentam problemas no comportamento alimentar e doenças crônicas cujo tratamento prevê mudanças no comportamento alimentar, e temas correlatos. Desde 2007, integra o Banco de Avaliadores do Sistema Nacional de Avaliação da Educação Superior (BASIS/SINAES), como avaliadora de Cursos de Graduação em Psicologia. Atuou como professora na Universidade Tuiuti do Paraná (UTP – 2002 a 2007), na Universidade Estadual de Maringá (UEM – 2007 a 2008) e na Universidade Federal da Paraíba (UFPB – 2008 a 2017). Atualmente, é professora titular na Universidade Federal do Paraná (UFPR), onde atua em regime de tempo integral e dedicação exclusiva desde 2017.

<https://orcid.org/0000-0002-7110-8866>

<http://lattes.cnpq.br/4305819616487453>

chiapetti@yahoo.com

PAULA HELENA GOMES DE MORAES RUIZ

É psicóloga (CRP 14/05512-8), graduada pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul Câmpus do Pantanal – UFMS/CPAN (2011). É Mestre em Psicologia (2023) pelo Mestrado em Psicologia (PPGpsi) da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB). Especialista em Psicologia Organizacional e do Trabalho (2016); Psicopedagogia (2018); e Saúde Mental (2021), todas pela UCDB. Possui experiências em Psicologia Clínica e da Saúde (Terapia de Aceitação e Compromisso – ACT), doenças crônicas, suicídio, violência doméstica e de gênero, e temas correlatos. Em 2024, foi ganhadora do prêmio internacional ACBS Junior Poster Investigator Award, ACBS World Conference – Buenos Aires. Em 2021, recebeu prêmio da Segunda Edição do Prêmio Mariluce Bittar: Boas Práticas de Gestão da Assistência Social, Governo do Estado de MS – Secretaria de Estado de Direitos Humanos, Assistência Social e Trabalho. Desde 2012, é psicóloga clínica e atuante em políticas públicas.

<https://orcid.org/0009-0005-7576-9644>

<http://lattes.cnpq.br/5912222549232242>

paulahelenaruiz@gmail.com

RAQUEL MARIA DE MELO

É psicóloga (CRP 01/3336), graduada pelo Centro Universitário de Brasília – UniCEUB (1985). É Doutora em Psicologia (2001) e Mestre em Psicologia (1991), na área de Processos Comportamentais, pela Universidade de Brasília (UnB). Desenvolve pesquisas e tem publicações de artigos e capítulos de livros sobre temas relacionados com controle de estímulos, tais como: formação e reorganização de classes de equivalência, categorização social, seguimento de instruções, procedimentos que minimizam erros, e variáveis que afetam a aprendizagem de leitura, escrita e conceitos/habilidades matemáticas. É uma das organizadoras dos dois volumes do livro “Contribuições da Análise do Comportamento para a compreensão da leitura e escrita” (Cultura Acadêmica, 2021), traduzido para o inglês em 2023. Integra o Instituto Nacional de Ciência e Tecnologia Sobre Comportamento, Cognição e Ensino (INCT-ECCE), desde 2010. É professora do Departamento de Processos Psicológicos Básicos do Instituto de Psicologia da UnB, desde 1996, e faz parte do Programa de Pós-graduação em Ciências do Comportamento (PPG-CdC/UnB).

<https://orcid.org/0000-0003-2414-0633>

<http://lattes.cnpq.br/1782035958597931>

melo.rm@gmail.com

SIMONE BERNARDES

Nutricionista (CRN 08/17.880), graduada pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos – Unisinos (1992), Mestre em Cardiologia e Ciências Cardiovasculares (2009), pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e Doutora em Ciências da Saúde, pela Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA). Possui experiência em Nutrição Clínica e Comportamento Alimentar. Foi docente em cursos de pós-graduação *Lato Sensu* em Comportamento Alimentar (2019–2023), pelo Instituto de Pesquisas Ensino e Gestão em Saúde (IPGS). Desde 2024, é professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal do Paraná (UFPR), e, desde 2026, do Programa de Pós-Graduação em Alimentação e Nutrição da mesma instituição.

<https://orcid.org/0000-0003-0498-5305>

<http://lattes.cnpq.br/4020505335861064>

simone.bernardes@gmail.com

TARCIS MURILO SARTOR

É psicólogo (CRP 08/27770), graduado pela Faculdade União de Campo Mourão – UNICAMPO (2018). É Mestre (2025) pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PPGpsi) da Universidade Federal do Rio Grande (FURG). Especialista em Psicologia Hospitalar (2019). Possui formação em Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), pelo Centro de Estudos e Desenvolvimento Educacional (CESDE, 2018), e Aprimoramento em Terapia Analítico-Comportamental (2017), pelo Instituto Continuum. Tem experiência na área da Saúde, especialmente no Contexto Hospitalar, em atuação com pacientes críticos, que vai ao encontro dos seus estudos teóricos em terminalidade, morte e luto em emergências de saúde pública. Atualmente, é psicólogo hospitalar da empresa pública HU-Brasil, lotado no Hospital Universitário Dr. Miguel Riet Corrêa Jr., da Universidade Federal do Rio Grande, responsável pela Unidade de Terapia Intensiva Adulto, bem como intervenções em doenças crônicas cujo tratamento prevê mudanças de comportamento e temas correlatos.

<https://orcid.org/0000-0002-2692-5517>

<http://lattes.cnpq.br/8575751998817051>

tarcis.sartor@ebserh.gov.br

VINICIUS SANTOS FERREIRA

É psicólogo (CRP 14/08941-8), graduado pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC-GO, 2010). É Doutor (2021) em Psicologia Experimental: Análise do Comportamento, pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), e Mestre (2013) em Ciências do Comportamento, pela Universidade de Brasília (UnB). Possui experiências em Análise do Comportamento, psicoterapia, habilidades sociais, e temas correlatos. Desde 2014, é professor da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS).

<https://orcid.org/0000-0002-3856-9978>

<https://lattes.cnpq.br/19004561132239239>

vinicius-santos.ferreira@unesp.br

VIVIANE ALONSO DE PAULA SPERANDIO

É psicóloga (CRP 08/09831), graduada pela Universidade Estadual de Maringá – UEM (2002). Possui pós-graduações em Psicoterapia Comportamental Cognitiva e Análise do Comportamento (2005), pela UEM; e em Terapia Contextuais ACT e FAP (2026), pelo Instituto Continnum de Londrina. Desenvolveu e apresentou pesquisa sobre desenvolvimento infantil no Congresso Internacional de Psicologia e Ciências Humanas, em Cuba (2002). Atuou nos âmbitos da saúde pública, escolar e forense, no município de Peabiru (2004-2008). Tem experiência na área de Psicologia Clínica, Psicologia Comportamental e Terapias Contextuais no atendimento a crianças, adolescentes e adultos, com ênfase no manejo de quadros como Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), transtornos ansiosos, transtorno depressivo maior e transtorno bipolar, e orientação a pais. Ministrou palestras sobre Terapia Analítico-comportamental Infantil (TACI) em instituições de ensino superior e atividades de orientação profissional em contextos pré-vestibulares. Coordenou grupos de estudo em Psicologia Comportamental voltado para psicólogos (2015-2016). É coautora do artigo “Uma homenagem a João Cláudio Todorov: O luto e a morte na perspectiva da Análise do Comportamento” (Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva, 2021). Atualmente, atua em consultório particular.

<http://lattes.cnpq.br/0980391945512022>

viviane@terapeutacomportamental.com.br

PREFÁCIO

Em 2026, a última publicação da coleção “Skinner vai ao Cinema”, em seu Volume 3¹, completa 10 anos. Considerando que esse empreendimento se iniciou 19 anos atrás, com a publicação do livro “Skinner vai ao Cinema”², pela extinta editora ESETEC, e que iniciativas dessa natureza perduram até hoje, há de se reconhecer a sensível visão de futuro das organizadoras Ana Karina C. R. de-Farias e Michela R. Ribeiro, sobre a importância, vitalidade e perenidade desse tipo de projeto. Em 2007, as autoras sinalizavam que a “prática de analisar filmes não é propriamente uma novidade”². Todavia, “não ser novidade” não tira o caráter heurístico da análise dos filmes em si, dos vários tipos de análise possíveis dentro de um mesmo filme, ou, ainda, dos diferentes usos possíveis que essas análises proporcionam. Explicamos.

Os quatro prefácios da coleção^{1, 2, 3, 4} reificam sua importância pedagógica. Aquele projeto nasce comprometido com o ensino, e seus capítulos passam a ser utilizados em disciplinas específicas em cursos de graduação e pós-graduações *lato sensu*. Essa vocação reflete a origem acadêmica daquele projeto. Como lembrado pelas organizadoras², foi no projeto “Skinner vai ao Cinema”, um grupo de discussão realizado no extinto Instituto de Aplicação e Pesquisa Comportamental (IAPeC) – Goiânia –, em 2006, em conjunto com Cristiano Coelho e Elisa Sanabio-Heck, que houve a idealização do livro. Não é de se estranhar, portanto, que o primeiro volume tenha criado textos como instrumentos didático-pedagógicos para o treino analítico, teórico e conceitual de estudante de Análise do Comportamento (AC).

Se o valor heurístico não é suficiente para eliminar a dúvida da importância na manutenção desse tipo de iniciativa, outras quatro evidências devem fazê-lo. A mais óbvia (chamaremos de atualização artístico-científica) é o fato de que novos filmes são lançados a todo momento, e, portanto, novos capítulos prestam-se a essa atualização, além de acessar novas gerações de estudantes de Psicologia e analistas do comportamento em treinamento. E, se é verdade que novos filmes são um convite à manutenção de novos capítulos, também é verdade que o avanço científico da AC é um convite a novos textos didático-pedagógicos (vide as terapias contextuais e tantos outros processos básicos ainda ignorados durante a graduação).

O segundo motivo (chamaremos de treino de habilidades e competências) foi revelado pelo capítulo “‘Skinner vai ao Cinema’ e os psicólogos vão à revisão da Trilogia”⁵. Neste, Batista, Vale, de-Farias e Bravin (no prelo) documentam algo já intuído: a coleção “Skinner vai ao cinema”, cuja vocação primordial era de criar ferramentas didático-pedagógico para o treino teórico-conceitual dos estudantes, ganha um novo contorno: o estabelecimento de uma contingência de ensino para o treino de habilidades e competências profissionais (descrição, formulação, análise de casos e planejamento de intervenção) consonantes àquelas descritas pelas Diretrizes Curriculares Nacionais para os cursos de Psicologia⁶.

Essa mudança vocacional é sugerida frente à evidência de que, ao longo dos três primeiros volumes da coleção, aspectos relacionados à autoria dos capítulos vão mudando. Os textos cuja autoria principal era encabeçada por professores doutores vão dando espaço a textos cujos primeiros autores eram estudantes de pós-graduação em AC, ou concluintes da graduação em Psicologia. Nesses, os textos costumam apresentar coautoria de seus professores/orientadores. Ou seja, a análise de filmes,

1. de-Farias, A. K. C. R. & Ribeiro, M. R. (2016). *Skinner vai ao Cinema – Volume 3*. Brasília: Instituto Walden4. https://www.walden4.com.br/livros/pdfs/de_farias_ribeiro_2016_skinner_3.pdf
2. de-Farias, A. K. C. R. & Ribeiro, M. R. (2007). *Skinner vai ao Cinema*. Santo André: ESETEC.
3. de-Farias, A. K. C. R. & Ribeiro, M. R. (2014). *Skinner vai ao Cinema – Volume 1*. Brasília: Instituto Walden4. https://www.walden4.com.br/livros/pdfs/de_farias_ribeiro_2014_skinner_1.pdf
4. Ribeiro, M. R. & de-Farias, A. K. C. R. (2014). *Skinner vai ao Cinema – Volume 2*. Brasília: Instituto Walden4. https://www.walden4.com.br/livros/pdfs/ribeiro_de_farias_2014_skinne_2.pdf
5. Batista, A. H., Vale, I. L., de-Farias, A. K. C. R., & Bravin, A. A. (no prelo). “Skinner vai ao Cinema” e os psicólogos vão à revisão da trilogia. Em A. K. C. R. de-Farias, A. A. Bravin, & N. Chiapetti (Orgs.), *Arte e Análise do Comportamento: Do estímulo à estética (nome sujeito à alteração)*. Porto Alegre: Artmed.
6. Brasil (2023). *Resolução CNE/CES nº 1, de 11 de Outubro de 2023*. Institui as Diretrizes Curriculares Nacionais para os Cursos de Graduação em Psicologia. Publicado no Diário Oficial da União em 23/10/2023, Ed. 201, Seção: 1, Pág. 55. <https://www.in.gov.br/web/dou/-/resolucao-cne/ces-n-1-de-11-de-outubro-de-2023-518120795>

documentada na escrita do Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação ou da Monografia de Conclusão de Curso de Especialização, servia ao aluno como contingência para “construir modelos de explicação de fenômenos humanos empregando noções ou conceitos científicos”⁷.

Batista et al. apresentam outra evidência: filmes também foram utilizados como forma de “implementar intervenções psicológicas utilizando métodos apropriados às metas e aos objetivos da intervenção”⁸. Os filmes passaram a ser documentados como tecnologia de intervenção em si, ainda que em poucos capítulos, os quais descreviam e discutiam circunstâncias de aplicação terapeuticamente promissoras. Assim, subordinados às formulações comportamentais, poderiam ser empregados como criativas ferramentas/estratégias de intervenção. Tomando ambas as evidências em conjunto, é possível observar que os textos ora produzidos não serviam apenas como ferramenta didático-pedagógica no treino teórico-conceitual do estudante neófito, mas, também, como contingência didático-pedagógicas que os supervisores podiam utilizar para o treino de habilidades e competências profissionais em estudantes “já iniciados”.

O terceiro motivo (chamaremos de contracontrole estético) decorre do argumento anterior. Reconhecer os filmes como ferramenta de intervenção implica reconhecê-los como estratégia de mudança nas disposições comportamentais das pessoas. Nesses termos, é possível reconhecer uma terceira razão para a manutenção deste tipo de iniciativa: compreender o filme como mecanismo de divulgação científica. Em meio a tanta desinformação ainda perpetrada contra a AC, um projeto que visa produzir textos com linguagem fácil e acessível, sobre temas pertinentes, e empregando o elemento estético das artes como veículo de aproximação como o público mais amplo, é um projeto que viabiliza o acesso a essa filosofia da ciência, aos seus princípios científicos e também à sua utilidade na transformação social. Empregar “a visão comportamental” para criar e divulgar conhecimentos que apontem para temas cotidianos, socialmente relevantes, e recorrentes na formação do psicólogo, é reconhecer que essas obras audiovisuais podem ser instrumentos de contracontrole político-institucional. Demonstrar que o analista do comportamento fala sobre racismo, feminismo, questões de gênero e interseccionalidades; que discute sobre psicopatologias, medicalização, questões sociais e tantos outros temas caros à Psicologia e à sociedade; dentre outros; alude que essa teoria não se desvincula de sua vocação de transformação social, como sempre fora cunhado por seus fundamentos pragmáticos. Tornar isso explícito é desobstruir a comunicação com as gerações futuras de estudantes de Psicologia e demais interessados.

O quarto motivo (chamaremos de atualização pedagógico-geracional) advém do reconhecimento de que as mudanças tecnológicas se refletiram nas mudanças geracionais dos novos estudantes de Psicologia, demandando atualizações nas dinâmicas pedagógicas. Desde cedo, já era desafiador passar filmes em sala de aula. Em parte, porque eles não eram necessariamente de fácil acesso (encontrá-los poderia representar um desafio hercúleo!). Mas, também, porque utilizá-los gerava a demanda de gastar cerca de 2 horas de aula para fazer sua exibição. Dito de outra forma, sempre houve a demanda – por parte dos professores – de mídias mais “breves” que não impactassem tanto a carga horária das disciplinas. Naturalmente, a análise de outras mídias (*e.g.*, episódios de séries, curtas-metragens, propagandas, músicas, fragmentos de textos literários, poesias, quadrinhos, dentre outros) passou a se visibilizar e, nesses termos, seu uso pedagógico também não figura propriamente como uma novidade.

Porém, as mudanças tecnológicas impulsaram novos limites e necessidades aos professores. A popularização dos *notebooks*, o uso de dispositivos móveis (*i.e.*, *tablets* e *smartphones*), e a criação dos *streamings* de vídeo, colocaram uma “locadora” na palma das mãos de nossos alunos (e outros distratores também!). Nesses termos, não parecia mais se justificar a necessidade de mobilizar 2 horas de aula para a exibição de um filme. Filmes mais antigos ou *cults* tornaram-se menos acessíveis, e a busca por filmes mais populares (leia-se, disponíveis nos maiores *streamings* de acesso dos alunos) passou a

7. Diretrizes Curriculares Nacionais para os Cursos de Graduação em Psicologia, art. 8º, § 3º, inc. I, alínea d.

8. Diretrizes Curriculares Nacionais para os Cursos de Graduação em Psicologia, art. 8º, § 5º, inc. IX, alínea b.

figurar como um dos critérios de escolha. Houve, ainda, uma mudança no comportamento de consumo dessas mídias por parte das gerações mais novas. A/o aluna/o “típica/o”, hoje em dia, prefere acompanhar “séries” a assistir a “filmes”, sob o argumento de que os episódios curtos mantêm mais a atenção do espectador.

Em suma, todos esses aspectos trouxeram o reconhecimento de que ainda há a necessidade de manutenção desse tipo de projeto. Não como exclusiva replicação do que já havia sido feito, mas sim reconhecendo a necessidade de ampliação de seu escopo e objetivo. Os textos deveriam buscar (a) atualizações artístico-científicas. e (b) pedagógico-gerencial. Deveriam (c) reconhecer que, além de servir como ferramenta didático-pedagógica, serviam ao treino de habilidades e competências profissionais nos estudantes. Ademais, deveriam (d) contribuir com o contracontrole estético, figurando como estratégia de divulgação científica. A resultante se materializou com a criação do projeto “Do Encanto às Contingências: O olhar analítico-comportamental sobre as artes”, apresentado neste momento por cinco volumes de livros eletrônicos, a saber:

1. “Do Encanto às Contingências: O olhar analítico-comportamental sobre filmes”;
2. “Do Encanto às Contingências: O olhar analítico-comportamental sobre séries”;
3. “Do Encanto às Contingências: O olhar analítico-comportamental sobre animações”;
4. “Do Encanto às Contingências: O olhar analítico-comportamental sobre música”; e
5. “Do Encanto às Contingências: O olhar analítico-comportamental sobre a literatura”.

Skinner sempre se preocupou com a educação em seus trabalhos. Em seu entendimento, não existem alunos ruins ou incapazes de aprender. O que existe são contingências que não favorecem a aprendizagem desses estudantes. Acreditamos que este projeto amplia o arsenal pedagógico dos professores, viabilizando que ele possa valer-se de melhores ferramentas de ensino em suas estratégias didáticas. Acreditamos também que, tal qual não existem “alunos incapazes”, não existem “clientes” ruins ou incapazes. Reconhecemos que alguns dos recursos artísticos aqui tratados ampliam as ferramentas de intervenção terapêutica nos mais diversos contextos.

Em razão das mudanças geracionais, o que inclui a popularidade das séries, a necessidade de consumo de informações mais “rápidas”, e o potencial uso de episódios isolados em sala de aula, optamos por começar o lançamento da coleção pelo livro “Do Encanto às Contingências: O olhar analítico-comportamental sobre séries”. Entretanto, pelo número de trabalhos encaminhados, podemos atestar que – por hora – os filmes continuam sendo os queridinhos!!!

Para finalizar, esta coleção acompanha um “cartão de visitas”, que é o livro “Arte e Análise do Comportamento: Do estímulo à estética (nome sujeito à alteração)”⁹, um *pout pourri* que materializa – literalmente – a ambição e dinâmica deste projeto, em que o mesmo livro coleciona diferentes textos sobre as cinco mídias supracitadas.

Esperamos que encontrem uma leitura lúdica e útil, o que reforçará nosso comportamento de convidar autores tão queridos e competentes para esse desafio.

André Amaral Bravin

Ana Karina C. R. de-Farias

Nilse Chiapetti

9. Livro *Arte e Análise do Comportamento: Do estímulo à estética (nome sujeito à alteração)*, em impressão pela Editora Artmed (Porto Alegre). Organizado por A. K. C. R. de-Farias, A. A. Bravin, & N. Chiapetti.



"PEARL": UMA LEITURA CRÍTICA SOBRE OS CONCEITOS DE MALDADE E BONDADDE SOB A ÓTICA DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

Leonan dos Santos-Pereira

Ana Karina C. R. de-Farias

Título do Filme: *Pearl*

Título Original: "*Pearl – An X-traordinary Origin Story*"

Ano de lançamento: 2022

Direção: Ti West

Produção: Ti West

Lançado por: A24 Films

Amados, nunca procurem vingar-se, mas deixem com Deus a ira, pois está escrito: "Minha é a vingança; eu retribuirei", diz o Senhor.

Ao contrário: "Se o seu inimigo tiver fome, dê-lhe de comer; se tiver sede, dê-lhe de beber. Fazendo isso, você amontoará brasas vivas sobre a cabeça dele".

Não se deixem vencer pelo mal, mas vençam o mal com o bem.

Romanos, 12: 19-21

"Pearl" (2022), o segundo filme da Trilogia X, é um filme do gênero *slasher*¹, e um *prequel* (um prelúdio, história que conta fatos anteriores à história principal apresentada em "X – A marca da morte"). O filme principal conta a história de um grupo de jovens que estão em uma jornada para a zona rural do Texas, a fim de produzir um filme adulto chamado "The Farmer's Daughters" (As filhas do fazendeiro), com a esperança de inovar no ramo da indústria pornográfica. Esses jovens são as atrizes Maxine (interpretada por Mia Goth) e Bobby-Lyne (Brittany Snow), o ator Jackson Hole (Kid Cudi), o produtor Wayne Gilroy (Martin Henderson), o diretor RJ (Owen Campbell), e a técnica de som – e namorada de RJ –, Lorraine (Jenna Ortega). Nesse primeiro filme, os espectadores são apresentados a uma Pearl idosa (Mia Goth) e a seu marido, Howard (Stephen Ure), que vivem em uma simples casa de fazenda e são anfitriões desse grupo de cineastas em sua propriedade insulada.

Em "X – A marca da morte" (2022), Pearl flagra uma cena em que Maxine atua junto a Jackson em um clima extremamente sexual, o que parece envolvê-la e excitá-la. Pode-se perceber que o desenvolvimento da personagem se dá a partir do luto pelo corpo jovem e, principalmente, o anseio por vivenciar sua sexualidade junto a Howard, que possui uma condição cardíaca e teme que possa vir a falecer durante o ato.

1. O *slasher* é um subgênero do terror em que um assassino persegue e mata, de forma sucessiva e violenta, um grupo de personagens — geralmente jovens — destacando-se pela presença de violência explícita e pela figura recorrente da *final girl*, a sobrevivente que enfrenta o agressor no desfecho.

Lorraine, a jovem religiosa e recatada técnica de som, demonstra certa curiosidade pelo comportamento das atrizes e pelo conceito de sexo e prazer apresentados por elas. Assim, manifesta um desejo de protagonizar uma cena de "The Farmer's Daughters". Diante disso, RJ se mostra abalado e revoltado com a decisão da namorada e decide ir embora da pacata fazenda. Ao ligar os faróis do furgão que os transportaram até o local, depara-se com a figura aparentemente inocente e confusa de Pearl. Indo ao seu encontro, percebe que a idosa tem como objetivo seduzi-lo e consumir seus desejos estimulados pela presença dos jovens e a cena que presenciou. Com a recusa do rapaz, Pearl friamente insere uma faca em sua garganta e comete seu primeiro assassinato, de maneira fria e brutal, finalizando seu abate com uma dança frente ao corpo sem vida do rapaz. Em sequência, os integrantes do grupo de cineastas são perseguidos em cenas sanguinárias, em um morticínio protagonizado por ela e por seu marido, que se mostra enciumado frente à ideia de que Jackson Hole despertou em Pearl excitação sexual.

O filme segue com uma matança brutal e o desenvolvimento da história se dá pela fascinação de Pearl com Maxine, a atriz pornô que sonha em ser uma estrela, personagem protagonista de uma *Sequel*², denominada *MaXXXine* (2024)³.

Maxine possui uma história convergente, em diferentes aspectos, com o drama vivenciado por Pearl em sua velhice, o que é um ponto importante, tendo em vista que as duas personagens são interpretadas pela mesma atriz e que se percebe uma imensa similaridade – não apenas física – mas na construção de suas identidades. Maxine repete, em diferentes momentos, a frase: "I will not accept a life I do not deserve" (Eu não irei acertar uma vida que eu não mereço), revelando seu anseio em se tornar uma estrela. No decorrer da história de *X – A Marca da Morte*, um programa religioso é transmitido em uma TV antiga, e o líder religioso está proferindo essa mesma frase, o que fará sentido em determinado momento da trama. Porém, o que é possível de observar é que essa máxima está em consonância com a história que Ti West e Mia Goth contam no enredo do filme seguinte: "Pearl".

O objetivo deste capítulo é definir e analisar o padrão comportamental apresentado por Pearl em seu filme de origem: "Pearl", à luz de análises funcionais moleculares e molares de seus comportamentos, assim como contribuir para uma reflexão sobre os conceitos de bem e mal em nossa estrutura social. Afinal, durante o filme, o espectador consegue observar apenas os comportamentos públicos de Pearl, que podem trazer certo desconforto e colocá-lo em posição de questionamento frente a qual seria o papel da protagonista: uma vilã ou uma vítima?

Para atingir o objetivo proposto neste ensaio, é inevitável recorrer a uma discussão já muito conhecida entre a comunidade de analistas do comportamento: as postulações dualistas e essencialistas frente aos eventos privados⁴ e aos publicamente observáveis.

Como exemplo de uma concepção internalista sobre os eventos privados, em uma de suas obras, Freud retrata a fobia como desencadeada por diferentes condições, incluindo o estado de solidão ou uma primeira experiência de uma crise de ansiedade (1926), ou seja, um estado interno causa um estado interno. Uma concepção internalista.

A visão freudiana do desenvolvimento de uma fobia, por exemplo, está em contraste com o modelo de causalidade do qual se partirá a análise aqui apresentada. Ainda que o objetivo não seja uma crítica a outras bases epistemológicas para a compreensão do sofrimento psíquico humano, ou em relação aos conceitos de bondade e maldade que os comportamentos da personagem trazem, e que são foco do presente capítulo, é importante que esse aspecto seja considerado como um pontapé inicial para a discussão, em especial ao conceitualizar causalidade a partir de relações que estabelecem entre mente e corpo, base da filosofia dualista já observada em pensadores racionalistas do Iluminismo, como Descartes (Schultz & Schultz, 2016; Thibaut, 2018).

2. Obra cinematográfica, literária ou televisiva que dá continuidade à narrativa, personagens ou universo ficcional de uma produção anterior, geralmente situada após os eventos da obra original.

3. West, T. (Diretor). (2024). *MaXXXine* [Filme]. A24.

4. Eventos privados são estímulos e respostas inacessíveis à observação direta por terceiros – como dores, pensamentos e sentimentos –, mas observados por quem os emite. São sujeitos às mesmas leis que regem os eventos públicos. Skinner (1974/1982) argumenta que "não há razão para supor que eventos privados exigem um tipo especial de explicação" (p. 279), defendendo que eles podem ser analisados funcionalmente a partir de sua relação com o ambiente e com o comportamento verbal.

Grosso modo, a partir de modelos de causalidade dualistas, os sentimentos vivenciados por Pearl, como abandono, carência, medo da solidão e anseio por uma vida diferente, poderiam ser apontados como fatores que influenciaram as ações que – em nossa comunidade verbal – poderiam ser classificadas como hediondas, horrendas ou bizarras. Em contraposição a isso, o modelo de causalidade proposto por Skinner (1953/2003, 1974/1982, 1981/2007), ao apresentar uma nova base epistemológica para uma ciência do comportamento – o Behaviorismo Radical – considera que todos esses eventos encobertos ou privados de Pearl são controlados por variáveis independentes (i.e., ambientais, externas à resposta que está sendo analisada), assim como os comportamentos publicamente observáveis.

Vale ressaltar que, para esta abordagem filosófica, comportamentos consistem em processos de interações (trocas) organismo-ambiente. Além disso, não são localizáveis. Não estão dentro ou fora do organismo, mas sim na interação contínua deste com seu ambiente (histórico e atual). Pensamentos, sonhos, desejos, crenças, tomada de decisões etc., são eventos materiais, variáveis dependentes da interação – ou seja, eventos a serem explicados funcionalmente, e não os determinantes do comportamento (de-Farias, 2010; Marçal, 2010; Todorov, 2012).

No senso comum ou no modelo biomédico, muitas seriam as possibilidades diagnósticas para o comportamento de Pearl: Transtorno de Personalidade Antissocial ou Narcisista, Ninfomania, Transtorno de Personalidade Histriônica, entre outras. Como um analista do comportamento, Skinner (1953/2003) seria enfático em relação à investigação das variáveis independentes que controlam esse comportamento, visando compreender a função dos comportamentos de matar, mentir, devanear, dissimular, dançar (ou seja, as relações de dependência entre eventos ambientais e comportamentais, sejam públicos ou privados).

Ao discutir sobre causalidade, ressalta-se a importância de entendermos que existem relações funcionais, como as supracitadas, entre variáveis ambientais antecedentes e consequentes e as respostas emitidas pelo organismo⁵. A unidade básica de análise dessas relações é chamada de análise funcional. O pressuposto de uma análise funcional é entender que todo comportamento foi selecionado por três níveis de variação e seleção: a filogênese (história evolutiva da espécie humana), ontogênese (história de exposições a contingências específicas daquele indivíduo) e o nível cultural (aspectos sociais, históricos, políticos e culturais que podem ter relação com o controle do comportamento) (Marçal, 2010; Nery & Fonseca, 2018; Skinner, 1981/2007).

Analisar funcionalmente um comportamento é compreender a aquisição (ou estabelecimento) e a manutenção do comportamento em determinado contexto. Analisar um recorte das contingências vigentes que mantêm determinados comportamentos é construir uma análise funcional molecular, que geralmente é realizada tendo em vista o que se denomina tríplice contingência – ou contingência de três termos (Nery & Fonseca, 2018).

Os três termos da tríplice contingência são: antecedentes, respostas e consequentes. O primeiro passo para a análise funcional de um comportamento é definir as respostas (operantes) emitidas pelo indivíduo que serão analisadas. Vale ressaltar que, além dos operantes (comportamentos estabelecidos e mantidos por suas consequências), devemos analisar os comportamentos respondentes eliciados (Cooper, Heron & Heward, 2019; Moreira & Medeiros, 2007/2019; Nery & Fonseca, 2018).

Um respondente é uma reação fisiológica eliciada pela presença de um estímulo antecedente, ou seja, trata-se de uma contingência de dois termos, na qual o estímulo (S) produz uma resposta (R), que não produzirá consequências. Essas relações podem ser incondicionais (inatas, próprias da espécie) ou condicionais (aprendidas por emparelhamento de estímulos). Por exemplo, chorar ao se machucar (dor), chorar quando está vendo um filme triste, enrubescer em uma apresentação de um trabalho, corar ao receber um elogio, dilatar a pupila quando exposto à luz e apresentar taquicardia quando está em uma

5. Para os analistas do comportamento, este é tido como toda a interação organismo-ambiente. Nesse sentido, chamaríamos de respostas o elo intermediário da contingência tríplice – aquilo que o organismo faz. Entretanto, muitas vezes, o termo “resposta” é empregado como comportamento (Todorov, 1989/2007).

situação que envolva uma ameaça. Nossas emoções possuem muitos componentes respondentes, como, por exemplo, taquicardia e tremores que denominamos respostas de ansiedade (Catania, 1998/1999; Cooper et al., 2019; Moreira & Medeiros, 2007/2019).

Os operantes são respostas emitidas frente a um antecedente e que são selecionadas pelos estímulos consequentes. Para entender o conceito de operante, faz-se necessário compreender a relação entre antecedentes e consequentes (Baum, 1994/2018; Todorov, 2012).

Os antecedentes são estímulos que dão ocasião (aumentam ou diminuem a probabilidade) para que uma resposta aconteça, porque, no passado, determinada(s) consequência(s) seguiu(ram) a emissão de tal resposta nessa ocasião. Eles não adquirem uma relação de causa e efeito com a resposta, mas uma relação funcional.

O processo pelo qual a presença de um evento antecedente dá pistas ao organismo de que, ao emitir uma resposta, é provável que ele produza determinada consequência no ambiente, e sua ausência indica a possibilidade de indisponibilidade de estímulo reforçador, é chamado discriminação de estímulos. Na discriminação de estímulos, existem os estímulos discriminativos (S^D) e os estímulos-delta (S^Δ), que sinalizam, respectivamente, a possibilidade de uma determinada resposta ser conseqüenciada com reforço, ou a ausência dele, aumentando, no primeiro caso, a probabilidade de que a resposta ocorra novamente na presença dos estímulos em questão (S^D), e reduzindo a probabilidade de a resposta ocorrer novamente, no segundo caso (S^Δ), ou seja, ela pode sofrer extinção. Enquanto isso, estímulos pré-aversivos são estímulos que sinalizam conseqüências de controle coercitivo⁶ (Moreira & Medeiros, 2007/2019; Nery & Fonseca, 2018; Sidman, 1989/1995).

Muitas vezes, acrescentam-se à análise as operações motivadoras (OM). Para alguns estudiosos, elas seriam um quarto termo da contingência. Para outros, são consideradas apenas como parte dos antecedentes. OM – tais como privação, saciação ou estimulação aversiva – afetam o valor dos consequentes, intensificando-os ou enfraquecendo, momentaneamente, seu efeito sobre o comportamento (efeito estabelecedor do reforço) e, assim, aumentam ou diminuem, momentaneamente, a probabilidade de respostas relacionadas a tal reforço – efeito evocativo (Aureliano & Borges, 2012; Cooper et al., 2019).

A emissão de um operante produz um estímulo consequente e são esses estímulos que selecionam um comportamento. Os estímulos consequentes também podem apontar a função de uma determinada resposta, baseado em cinco processos: (a) reforçamento positivo (R^+), (b) extinção, e processos de controle coercitivo: (c) reforçamento negativo (R^-), (d) punição positiva (P^+), e (e) punição negativa (P^-) (Catania, 1998/1999; Cooper et al., 2019; Moreira & Medeiros, 2007/2019).

Ao ser reforçada, uma classe de respostas⁷ tende a se repetir e se fortalecer enquanto padrão comportamental. Ao ser punida, tende a ocorrer em menor frequência, mesmo que por um pequeno período. Já o processo de extinção consiste na quebra da relação de contingência entre respostas e consequentes, ou seja, um estímulo consequente deixa de ser apresentado após a emissão da resposta. A extinção tem como efeito imediato uma maior taxa de emissão de respostas, além de respostas emocionais (como a frustração), mas tende a fazer com que a classe de respostas diminua em frequência de emissão e que o padrão se enfraqueça (Cooper et al., 2019; Moreira & Medeiros, 2007/2019; Nery & Fonseca, 2018).

Vale salientar, também, que o conceito de *positivo* remete ao acréscimo, enquanto *negativo* se refere à retirada de estímulos. Por sua vez, o reforçamento refere-se ao procedimento de fortalecimento de um comportamento, enquanto extinção e punição referem-se à sua diminuição ou enfraquecimento. Assim, o acréscimo de um estímulo reforçador (R^+) teria como efeito o fortalecimento daquele padrão comportamental, como, por exemplo, receber o salário após o mês trabalhado e manter-se trabalhando. Nas contingências coercitivas, podemos apontar a manutenção do padrão devido à retirada (fuga) ou ao adiamento (esquiva) da apresentação de um estímulo aversivo (R^-) frente a um comportamento (processo que denominamos de reforçamento negativo); e a diminuição da probabilidade de um comportamento por meio da punição

6. Controle coercitivo refere-se ao controle do comportamento por meio de contingências aversivas, como punições ou reforçamento negativo. Segundo Skinner (1971/1972), embora eficaz em gerar obediência, esse tipo de controle frequentemente resulta em comportamentos de esquiva, fuga e contracontrole, além de produzir efeitos colaterais indesejáveis no repertório do indivíduo (e.g., emoções tidas como desagradáveis).

7. Conjunto de respostas agrupadas por similaridade física, similaridade funcional ou por relações arbitrárias (verbais).

positiva, operação onde ocorre o acréscimo de um estímulo aversivo (R-), ou da punição negativa (P-), operação que consiste na retirada de um reforçador após a emissão da resposta (Cooper et al., 2019; Moreira & Medeiros, 2007/2019; Sidman, 1989/1995).

Toda contingência produz um efeito emocional em quem a vivencia. Esses efeitos geralmente são sensações e sentimentos, por exemplo, ao ser liberto de um estímulo aversivo (R-), é comum que você sinta alívio (Cooper et al., 2019; Moreira & Medeiros, 2007/2019; Nery & Fonseca, 2018). Por exemplo, quando você foi ao ortodontista e retirou o seu aparelho, você pode se lembrar de como se sentiu? Skinner (1989/1991) salienta que o que sentimos é, muitas vezes, tão importante quanto o que fazemos. Mas, como dito anteriormente, o que sentimos são respostas a serem funcionalmente analisadas (variáveis dependentes), e não as causas/determinantes do que fazemos.

Em "Pearl", conhece-se uma versão mais jovem da personagem antagonista em "X – A marca da morte". O filme se passa em 1918, em plena pandemia de gripe espanhola e em contexto de Primeira Guerra Mundial. Pearl mora com sua mãe, Ruth (Tandi Wright) extremamente rigorosa e restritiva – com quem possui uma relação conflituosa – e com seu pai (Matthew Sunderland), que sofre de paralisia total de seu corpo, após adoecer pelo vírus que estava em circulação no momento. Além disso, Pearl já é casada com Howard; porém, seu companheiro foi convocado para a guerra. Seus sentimentos frente a essas pessoas são relatados como solidão e abandono, principalmente quando se refere ao seu marido.

O sonho da jovem é tornar-se uma estrela por meio da dança e do cinema, o que possibilitaria uma mudança em sua vida, com a qual se vê extremamente insatisfeita. Assim, uma de suas atividades preferidas é ir aos cinemas (o que acontece em sigilo, tendo em vista os protestos e proibições colocados pela mãe) e é assim que conhece o galanteador projecionista (David Corenswet), o homem que lhe apresenta cenas do que viria a ser uma das primeiras produções de filmes adultos. David desperta atração em Pearl, ao revelar que estaria viajando para a Europa, a fim de tornar possível seu envolvimento com esse novo mercado cinematográfico que parecia ser promissor.

Buscando realizar seus sonhos, a personagem se encontra em conflitos constantes com a mãe, que a reprova e a responsabiliza pelos cuidados do pai, além de culpabilizá-la pelo que ocorrera com ele. E é assim que entendemos o drama de Pearl, uma jovem sonhadora, com comportamentos que beiram o bizarro (como os que serão descritos adiante) e que precisou lidar com a frustração de nunca poder alcançar o que queria.

Pode-se observar o funcionamento dessas contingências já no início do filme, quando Pearl está dançando com um vestido antigo de sua mãe em seu quarto. Ruth aparece e lhe pergunta quem permitiu que ela usasse suas roupas e a manda descer ao celeiro, para dar comida aos animais, como ela havia prometido anteriormente.

Pearl obedece à sua mãe e, ao chegar ao celeiro, debruça-se sobre o estábulo e inicia uma conversa com Charlie e Mary, uma vaca e uma ovelha que ali habitavam, dizendo a eles que aquela vida poderia ser boa para eles, mas para ela não era. Inicia uma apresentação de um número de dança para sua plateia, que, segundo ela, a vê como ela realmente é.

A conversa é interrompida pela chegada de um pato, que viria a ser vítima de seu rastelo, sendo, em seguida, servido como alimentação para Theda, o *aligator* (jacaré americano) de estimação de Pearl. Percebe-se que esta cena já apresenta ao espectador um aspecto importante de Pearl: sua agressividade e brutalidade em matar, que é mantida pelas contingências de controle coercitivo (Sidman, 1989/1995). É possível analisar as respostas apresentadas por Pearl a partir da perspectiva funcional apresentada no Quadro 1.

Pode-se dizer que os comportamentos emitidos pela personagem possuem, predominantemente, função de fuga/esquiva, considerando que a reprovação da mãe lhe foi aversiva e que todos os seus comportamentos estão sob controle coercitivo.

Ao longo de todo o filme, Pearl não relata sentir-se frustrada, com raiva, aliviada ou qualquer outra coisa. Ainda assim, os efeitos das contingências podem ser observados por meio da atuação impecável de Mia Goth – a nova musa do terror – que possibilita inferir que todos os acontecimentos dessa primeira cena são exemplos de coerção sobre seus comportamentos de dançar, devanear e fantasiar. Surge uma pergunta inicial, que, talvez, seja a premissa da problemática aqui apontada: o pobre pato foi vítima dos respondentes de raiva e frustração gerados pelos acontecimentos que os antecederam? O que selecionou o comportamento operante de matar ou ferir criaturas de Pearl?

Mais adiante, a configuração familiar de sua família é apresentada. Seu pai, acometido pela paralisia decorrente da gripe espanhola, recebe cuidados de Pearl. Ela conta sobre seu sonho (assim como fez com os animais no celeiro), mas apresenta alguns comportamentos socialmente tidos como inadequados, como se despir em frente ao pai e entrar na banheira em que banhara seu pai, jogando água para fora da banheira com os pés, molhando seu pai. Ao ser surpreendida pela mãe, diz que apenas queria aproveitar a água quente. Sua mãe, com olhar de reprovação, manda-a comprar remédios para o pai na cidade, orientando-a a utilizar a máscara para se proteger da doença.

ANTECEDENTES	RESPOSTAS	CONSEQUENTES	PROCESSOS	EFEITOS
Em seu quarto sozinho	Dançar com o vestido de sua mãe	Mãe entra no quarto e a flagra Questiona quem permitiu que usasse o vestido Manda ir ao celeiro, dar comida aos animais	P+	Raiva Invalidação Frustração Diminuição da probabilidade de dançar com o vestido ou, mais provavelmente, não usar de maneira que permita que a mãe veja
Mãe manda Pearl ir ao celeiro dar comida aos animais	Pearl obedece à mãe Pearl diz a Charlie e Mary que aquela não era sua vida Diz que os animais a veem como ela realmente é Começa uma apresentação para os animais no celeiro	Esquiva de maiores conflitos com a mãe Animais não criticarão sua dança ou seu comportamento	R ⁻ R ⁻ /R ⁺	Alívio Sensação de controle Ausência de críticas Validação de seu sonho Validação de seus comportamentos

Quadro 1. Análises funcionais moleculares (microanálises) do comportamento de Pearl. A sigla P+ refere-se ao processo de punição positiva (envolvendo diminuição da probabilidade das respostas), R⁻ a reforçamento negativo, e R⁺ a reforçamento positivo.

Mais uma vez, verificamos uma contingência coercitiva que está mantendo comportamentos que, topograficamente, poderiam ser considerados responsáveis. Segundo Guillard (2002), o sentimento de responsabilidade, nesse caso, pode ser compreendido como sendo eliciado por contingências coercitivas. Pearl sabe que, se não for comprar os remédios, não utilizar a máscara e, conseqüentemente, trazer a doença para sua casa, haverá consequências aversivas. Fazer como a mãe lhe ordenou, mais do que uma preocupação com a saúde de seu pai, parece representar uma esquiva frente às possíveis reprovações, culpabilizações e privações que partiriam de sua mãe em decorrência de seus comportamentos, caso eles produzissem um resultado diferente do que o esperado. Aqui, já se inicia uma concepção de que o controle por contingências coercitivas pode, sim, gerar mudanças de comportamento, mas não necessariamente mudanças efetivas e conscientes que possam tornar as pessoas boas, felizes, mantendo a moral e os bons costumes.

Misty (Emma Jenkins-Purro) visita a família de Pearl juntamente com sua mãe, levando um porco assado como presente. Misty é irmã de Howard e, em um diálogo com Pearl, conta que o irmão poderia não ter ido à guerra caso procurasse um médico que lhe fornecesse um laudo para seu problema de saúde. Além disso, compartilha com Pearl a novidade de que uma companhia de dança local estaria realizando audições, a fim de selecionar uma nova dançarina para integrar o grupo, despertando a esperança em Pearl de, finalmente, sair daquela fazenda isolada do Texas e começar a viver seu sonho.

Em uma das cenas mais importantes do filme, ao contar que gostaria de participar das audições para o grupo de dança, sua mãe lhe diz: "Um dia você entenderá que ter o que você quer não é o importante", ou seja, o mais importante seria a sobrevivência, o cuidado com a família e o temor a Deus (fator extremamente relevante na trama). Além disso, diz a ela que as pessoas notarão que ela não é uma boa pessoa e sentirão medo, assim como ela sentia, classificando seus comportamentos como pecaminosos e lhe dizendo que abandonar sua mãe e a fazenda para ir dançar em uma companhia local não a tornaria uma grande mulher; traria, isto sim, a possibilidade de espalhar doenças, uma vez que estaria em contato com outras pessoas. A mãe questiona, ainda, se ela gostaria de ficar como seu pai. A conversa escalona para um conflito que chegou ao nível de Pearl agredir sua mãe, direta e fisicamente, em frente ao seu pai, resultando em um acidente fatal que viria a colocar a vida de sua genitora em risco, por meio das chamas da lareira.

A invalidação da mãe frente a seus sentimentos e projetos de vida colocam a protagonista em uma situação na qual se sente ou deveria se sentir responsável pelas situações que acontecem em seu contexto familiar, desde o fato de sua mãe se sentir frustrada por ter de exercer o papel de mãe de seu marido, até a própria doença que acometeu seu pai. O sentimento de responsabilidade surge como um efeito para os eventos que aconteceram e cabe questionar o que seria uma responsabilização justa para Pearl nesse momento; afinal, sonhar e buscar seus sonhos não deveriam ser invalidados, o que não significa que é adequado validar todos os seus comportamentos passados e futuros.

ANTECEDENTES	RESPOSTAS	CONSEQUENTES	PROCESSOS	EFEITOS
Jantar coma a família	Contar para a mãe sobre sua intenção de ir até a audição na companhia de dança local	Mãe reprova	P+	Raiva
		Mãe diz que Pearl iria abandoná-la,	P+	Medo
		juntamente com o seu pai doente,	P+	Tristeza
		para ficar dançando	R-	Desespero
	Falar que não quer ser como a mãe			Frustração
	Respondentes de raiva	Mãe lhe diz que as pessoas notarão que ela era uma pessoa ruim e sentirão medo		Invalidação
		Mãe a culpa pelas suas frustrações frente à doença do marido e à sua vida atual		
		Mãe pergunta se deveria matar seu pai para que ela pudesse viver os seus sonhos egoístas		
		Mãe lhe desfere um tapa		
		O fogo da lareira consome sua mãe durante confronto		

Quadro 2. Análises funcionais moleculares (microanálises) do comportamento de Pearl. A sigla P+ refere-se ao processo de punição positiva (envolvendo diminuição da probabilidade das respostas), e R- a reforçamento negativo. Ambos os processos/procedimentos envolvem controle coercitivo.

Segundo a teoria biossocial de Linehan (1993/2010), cabe ressaltar a interação entre uma vulnerabilidade biológica à desregulação emocional e um ambiente invalidante, isto é, um contexto que minimiza, ignora ou pune a expressão emocional da pessoa, dificulta o desenvolvimento de habilidades para reconhecer, nomear e regular emoções, contribuindo para padrões instáveis de comportamento, relações interpessoais e autoimagem.

Embora essa situação tenha sido extremamente traumática e invalidante, Pearl resolve esconder a mãe moribunda, com o corpo carbonizado, no porão da propriedade. Procura o projecionista naquela mesma noite, relacionando-se sexualmente com ele, assiste a filmes e estabelece um vínculo de confiança, que viria a ser quebrado quando ela e seu amante se dirigem à sua casa.

Ao chegarem à propriedade, Pearl se lembra que seu pai ficou sozinho o tempo todo que ela esteve fora, pede para o amante aguardar e vai em busca de organizar o cenário em que acontecera a tragédia da noite anterior. Percebendo a existência do porco assado em frente à porta (agora envolto em larvas), ele decide adentrar a casa e, assim, conhece o pai de Pearl. Nesse momento, parece perceber que algo não está certo e que o comportamento de Pearl parecia suspeito. Enquanto os dois estão aos beijos no quarto, o amante ouve barulhos estranhos e, mesmo que Pearl relute em deixá-lo investigar, ele se desvencilha da garota e procura compreender a origem do barulho.

O Quadro 3 analisa a sequência de fatos ocorridos nas cenas supracitadas.

ANTECEDENTES	RESPOSTAS	CONSEQUENTES	PROCESSOS	EFEITOS
Projecionista chega em sua casa em sua companhia	Olhar para dentro de casa e se lembrar que seu pai ficou sozinho e sujo na cozinha	Evitar que seu amante desconfie que algo aconteceu ali	R ⁻ P+ R ⁻	Alívio Insegurança Medo
	Pedir desculpa ao pai	Podem ocorrer barulhos e o amante		Alívio
	Retirar a faca de cozinha que estava espetada na mesa	desconfiar, apesar de seu cuidado		Insegurança
	Verificar se há algum barulho na porta que dá acesso ao sótão	Amante apenas diz: "É um prazer, senhor"		
	Levar o pai até a sala e dizer que, após a visita, cuidará dele			
	Apresentar o pai para o seu amante			
No quarto, o amante ouve barulhos estranhos	Beijar o amante e dizer que não deve ser nada	Amante diz que não se pode ignorar e que	P+ P+	Medo Insegurança
	Tentar impedir que o amante desça	aquele barulho poderia ser seu pai, e desce as escadas para verificar	R ⁻ P+	Alívio Solidão
	Descer e chamar o amante para ver algo no celeiro	Amante faz questionamentos		Tristeza Culpa
	Olhar a fotografia de Howard em sua mesa de cabeceira	Amante aceita ir		

Quadro 3. Análises funcionais moleculares (microanálises) do comportamento de Pearl. P+ refere-se ao processo de punição positiva (envolvendo diminuição da probabilidade das respostas), e R^{R-} a reforçamento negativo. Ambos os processos/procedimentos envolvem controle coercitivo.

O projecionista é uma figura importante para o desenvolvimento da personagem principal. Afinal, ele lhe apresenta o sexo como possibilidade de realizar seu sonho (ser uma estrela de cinema). O sexo pode assumir diferentes significados, para pessoas diferentes ou para uma mesma pessoa, em ocasiões distintas. No caso de Pearl, o sexo estava associado não somente ao prazer físico (respondente⁸), mas à ideia de que poderia adquirir condições de realizar os seus sonhos por meio do homem com quem estava se relacionando.

Além disso, deve-se compreender o *Zeitgeist*⁹ de 1918, ano em que o filme se passa: a forte influência da Igreja Católica na tentativa de controlar o comportamento sexual feminino, por meio de uma espécie de adestramento, ignorando seus desejos e vontades e as colocando em posição de submissão em suas relações. Esta situação é um exemplo de como as instituições sociais, tais como a igreja, podem ajudar a selecionar comportamentos humanos. Essas instituições são chamadas de agências de controle (Beltrão & Alves, 2009; Skinner, 1953/2003).

Enquanto estava a caminho de sua casa com o projecionista, Pearl se assusta ao avistar um homem que utilizava máscara de proteção, aparentando ser seu marido, Howard. Ainda que estivesse traindo seu marido, não aparentava, topograficamente, remorso por isso. No entanto, com o susto, pode-se levantar a hipótese de que sentia culpa mediante ao que estava fazendo, mesmo que o projecionista representasse sua ida à Europa e uma vida diferente da que possuía. Howard também poderia lhe proporcionar outra vida, mas estava na guerra. Em outras palavras, as figuras dos dois homens sinalizam a retirada de estímulos aversivos, que constituíam a coerção que sofria morando em sua fazenda e a ameaça de que seus sonhos fossem frustrados. Estar com esses homens seria, então, desejo afetivo-sexual ou um comportamento com função de fuga? Ou os dois?

Pearl interrompe a investigação do seu amante, quando ele está próximo ao porão e lhe diz que precisou colocar sua cachorra no porão devido ao seu comportamento. Ela então o leva ao celeiro, onde apresenta seus animais. O projecionista lhe pergunta o nome de sua cachorra e ela lhe diz que não possui uma cachorra. Pressentindo algo estranho, o projecionista decide ir embora, o que leva Pearl a se rebelar contra ele e lhe questionar o que fez de errado. Na defensiva, o projecionista tenta acalmá-la dizendo que estava apenas indo trabalhar. Com a insistência de Pearl, ele lhe confessa que ela o assusta e parte. Em seguida, Pearl apresenta-se em um momento de fúria e medo de que o amante também a abandone e vá para a Europa sem ela (impossibilitando que ela saia do contexto aversivo em que se encontrava). Então, com um rastelo, assassina-o cruelmente e alimenta Theda com o cadáver de sua vítima. Essa cena pode ser brutal, mas podemos compreender um pouco a função do comportamento de Pearl, quando analisamos os consequentes (ver Quadro 4).

8. S (estimulação sexual) → R (lubrificação, prazer etc.).

9. Espírito da época: a forma predominante como a civilização pensava, principalmente em grupos hegemônicos.

ANTECEDENTES	RESPOSTAS	CONSEQUENTES	PROCESSOS	EFEITOS
No celeiro com o projeccionista Howard ter ido à Guerra (OM – privação) Invalidações (OM – estimulações aversivas, privação de afeto e/ou compreensão) Desejo de viver outra vida, uma vida de artista (OM)	Apresentar os animais, tentando distrair o projeccionista	Projeccionista pergunta o nome da cachorra que estaria no porão e descobre uma incoerência em seu relato	P+	Constrangimento Medo
Projeccionista pergunta o nome da cachorra que está no porão	Titubear para responder à pergunta	Projeccionista estranha e diz que está na hora de ir embora	P+	Sensação de abandono Raiva Medo
Projeccionista estranha e diz que está na hora de ir embora	Perguntar: "o que fiz de errado?" Perguntar "O que você viu?" Insistir em saber o que houve	Projeccionista diz que vai embora pois precisa trabalhar Projeccionista diz que ela o assusta	P+ P+	Desconfiança Raiva Sensação de abandono Solidão Medo Frustração
Projeccionista vai para seu carro	Apanhar o rastelo e seguir o projeccionista Gritar que ninguém irá deixá-la vivendo sozinha na fazenda (nem ele, nem Howard e nem sua mãe) Assassinar o projeccionista com o rastelo	Projeccionista não a abandona Projeccionista não a deixa sozinha na fazenda Projeccionista não irá para a Europa sem ela Não ir à Europa	R– Extinção	Alívio Raiva Medo Frustração

Quadro 4. Análises funcionais moleculares (microanálises) do comportamento de Pearl. P+ refere-se ao processo de punição positiva (envolvendo diminuição da probabilidade das respostas), e R– a reforçamento negativo. Ambos os processos/procedimentos envolvem controle coercitivo.

Percebe-se que muitos dos seus comportamentos realmente possuem função de fuga e esquiva. Afinal, o fato de ser abandonada "novamente" (ainda que Howard não a tenha necessariamente abandonado, ela se sentia assim) por alguém que poderia lhe proporcionar uma vida melhor e mais chances de alcançar sucesso, era extremamente aversivo. Entretanto, seu comportamento brutal e antissocial pode ser justificado?

Após esse evento, vestindo seu marcante vestido vermelho, a jovem camponesa decide colocar um fim à vida de seu pai, asfixiando-o. Em seguida, vai à audição para dançarinas que acontecia em um grupo da igreja local, onde encontra sua amiga Misty, extremamente ansiosa, e que decide ceder sua posição na fila, pedindo para que Pearl se apresentasse antes dela. Ao adentrar o palco da audição, Pearl dança frenética e alegremente em um cenário de explosões que parecia um campo de guerra.

Este cenário poderia ser interpretado como um recurso visual do filme, que simbolizaria uma espécie de devaneio da personagem, podendo ser uma tentativa de demonstrar um paralelo entre o contexto em que o filme se passa e os eventos privados da personagem durante sua apresentação dançante, após a série de acontecimentos que antecederam o evento. Esse ponto, ainda que aberto a interpretações diversas, pode revelar que Pearl não necessariamente mata por prazer, ou que isso faz parte de seu "caráter" e que não sente nada em relação ao que aconteceu, mas que existem sentimentos conflitantes em relação a esses eventos.

Essa discussão coloca em pauta a disseminação de ideias na mídia sobre alguns transtornos de personalidade e sua relação com a violência, de maneira deliberada e topográfica, como consta no Manual Diagnóstico e Estatístico de Doenças Mentais (DSM-V-TR, do inglês *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*), em sua quinta edição revisada (APA, 2025). Por exemplo, Pearl poderia ser diagnosticada com transtorno de personalidade antissocial, ou seja, alguém que não sente remorso pelos seus atos, indiferente, dissimulado, impulsivo, agressivo e que não considera os direitos dos outros como relevantes. Rotular, dessa maneira, consiste em um discurso perigoso, que pode abrir margem para a psicofobia, a marginalização e a culpabilização das pessoas diagnosticadas com esses transtornos. Isso isentaria o papel das instituições sociais que se envolvem em relações coercitivas, na maioria das vezes, e contribuem para a instalação desses comportamentos considerados "disfuncionais" ou inapropriados. Além disso, pode haver a naturalização da própria violência como uma isenção de responsabilidade do comportamento dessas pessoas, quando colocam em risco a integridade física de outra pessoa.

O ponto aqui é que padrões comportamentais considerados patológicos envolvem uma parcela de sofrimento significativa para a pessoa, pensando em seus eventos privados e/ou nas consequências de seus comportamentos em contingências cotidianas ou sociais. Conforme o DSM-V-TR (APA, 2025), um transtorno de personalidade possui como característicos padrões de comportamentos públicos e privados que são dotados de inflexibilidade e desusão (difusão)¹⁰, os quais representam um "desvio" significativo em relação aos comportamentos considerados esperados pelas convenções culturais que são próprias dos contextos nos quais o indivíduo está inserido, trazendo prejuízos para as pessoas que vivenciam alguns desses transtornos.

Retomando os acontecimentos do filme, sua performance não fora o suficiente boa para a aprovação dos auditores, o que consistiu em uma quebra de expectativas para a protagonista, que via naquele teste a oportunidade de alcançar a vida que tanto almejava, a vida que merecia. Nesta cena, Pearl se recusa a sair do palco e, em um colapso, implora para que a selecionem, diz que haviam avaliado injustamente, reafirmando "eu sou uma estrela", aos prantos.

Consolada pela amiga e cunhada Misty, Pearl retorna para a casa e, na cena subsequente, Misty pede para que ela dirija à Howard seus sentimentos, como uma espécie de *role play* onde Misty faria o papel de Howard. Pearl então inicia um monólogo icônico, no qual revela odiar o marido pelo abandono ao decidir proteger o país, e que, às vezes, deseja sua morte, confessando também que, ainda que se sinta arrependida, teve relações com o projetorista, atribuindo isso à sua curiosidade. Um ponto de destaque deste discurso é a síntese de tudo o que sentia:

10. Na fusão cognitiva, a pessoa se envolve completamente com seus pensamentos, tomando-os como verdades literais, ordens ou ameaças, em vez de percebê-los apenas como eventos comportamentais, perdendo contato com o contexto e a flexibilidade necessária para agir de modo mais saudável. Torna-se necessário trabalhar com o cliente sua flexibilidade emocional, isto é, aprender a aceitar os eventos privados e condições ambientais presentes sem a tentativa de controle ou esquiva desses eventos (Hayes, Strosahl & Wilson, 2012/2021; Pacheco, 2019; Saban, 2015).

I never wanted you to feel jealous. It's an awful feeling, like a rot, the way it just twists and turns at your inside. I feel it whenever I see others whose lives come easy, because the truth is: 'I'm not a good person'.

Tradução livre: Eu nunca quis que você sentisse ciúmes. É um sentimento horrível, como uma podridão, o jeito que isso se revira dentro de você. Eu sinto isso sempre quando eu vejo os outros que têm uma vida fácil, pois a verdade é que: 'Eu não sou uma boa pessoa'.

Em seguida, confessa que o envolvimento com outro homem se deu porque receberia atenção de alguém que poderia lhe proporcionar uma vida melhor, tendo em vista que, diferente dos outros trabalhadores da fazenda, ele vinha de um lugar confortável e bom, ao qual poderia retornar sempre que quisesse. Em outras palavras, a traição seria sua oportunidade de sair daquela fazenda, que não era seu lar. Pearl também conta que sofreu um aborto de causa não especificada e que sentiu alívio, em uma tentativa de validar esse sentimento, pergunta: "How could I be responsible for another life? Life terrifies me!" (Como eu poderia ser responsável por outra vida? A vida me aterroriza!).

Questionando Howard sobre o motivo pelo qual a deixou ali, Pearl lembra o quanto as coisas poderiam ser melhores para ela caso estivessem juntos, se tivesse uma família como a sua. Afirma que Deus não responde às suas orações e teme que viverá sempre dessa forma, terminando como sua mãe, e não como uma dançarina que é amada pelas pessoas, pois não é linda, engraçada, inteligente ou confiante, nem naturalmente agradável ou amigável, assim como sua mãe lhe havia dito: era uma fraca (exemplificando, mais uma vez, o contexto de invalidações em que vivia).

Demonstrando certo arrependimento pelo que fez aos seus pais, conta que sabia que sua mãe lhe queria o bem e que seu pai não merecia o que aconteceu. Matar seus pais e o projecionista foi muito mais significativo que os animais que abateu. Teme que Howard se assuste também e, por fim, revela talvez o mais óbvio dessa história: ela queria ser amada e faria o possível para que as coisas dessem certo entre os dois; perdoaria e seria quem ele queria que ela fosse.

O fim do monólogo se dá quando Pearl percebe que agora seus segredos foram revelados à Misty e que a existência de sua cunhada ameaçaria todos os seus planos futuros com Howard. Persegue, então, sua nova vítima, e assim, conclui seu arco de carnificina em seu filme de origem, "Pearl", e mais uma refeição para seu *aligator* de estimação.

O filme se encerra com um jantar, juntamente com os cadáveres de seus pais e o prato principal: o porco assado coberto com larvas. Ao fim desse jantar, Howard finalmente retorna para a casa e Pearl o recebe com um sorriso marcante, mas que parece disfarçar outras emoções que experienciou naquele momento.

A descrição das cenas finais do filme apresenta uma sucessão de ideias que podem retomar as discussões aqui apresentadas sobre os comportamentos de Pearl. A fim de contribuir para esse diálogo, a partir das análises aqui construídas, é possível operacionalizar uma análise funcional molar do repertório comportamental da personagem, tendo como base as informações que o espectador tem sobre ela.

O padrão analisado aqui será o padrão de comportamentos antissociais, mas isso não necessariamente significa um diagnóstico de Transtorno de Personalidade Antissocial para a personagem. O elemento que leva a considerar esse padrão como um ponto de análise é a percepção topográfica da não adequação da personagem ao contexto em que estava inserida, às regras sociais. Também são apontados aqui os constantes atentados à integridade física e à segurança das pessoas à sua volta, sendo essas ameaças muitas vezes não anunciadas e concretizadas, assim como os operantes verbais que funcionam como tatos distorcidos (mentiras e dissimulações), que servem como contracontrole às contingências presentes e as que fizeram parte de sua história de vida.

Partindo dos conceitos de "bem" e de "mal" como eventos que se antagonizam, como premissas que permeiam diferentes pensamentos, não somente ocidentais, mas também em outras filosofias, faz-se uma análise funcional molar dos comportamentos de Pearl (Quadro 5). Afinal, ela é uma vilã por essência? Ou toda a matança pode ser justificada?

O primeiro ponto a ser discutido prevê uma continuação da apresentação da base nosológica do DSM-V-TR para os transtornos de personalidade, em geral, e, especificamente, para o transtorno de personalidade antissocial. Ainda que não seja possível realizar um diagnóstico tradicional em Pearl, muitos comportamentos estão de acordo com a descrição do transtorno. Mas, funcionalmente, é coerente dizer que Pearl mata, mente ou manipula, pois pensa e sente algo ou não pensa e não sente algo? Em que nos ajudaria essa explicação?

Comportamentos que caracterizam	Histórico de aquisição	Contextos atuais evocadores	Consequências que mantêm o padrão	Consequências que trazem prejuízos ou sofrimento
Conversar e estabelecer relações com objetos inanimados e animais Agressividade e impulsividade Matar animais e pessoas Tatos distorcidos (mentiras) Perseguir seu sonho, independente do que tenha que fazer para isso Expectativa que outras pessoas a tirem da fazenda e do contexto em que estava. Matar os que não o fazem	Mãe coercitiva em diferentes momentos da sua vida Histórico de invalidações de seus sonhos Histórico de privações de afeto, compreensão e diversão Regras da família, da comunidade e da religião	Convívio com as contingências coercitivas que são intensificadas mediante operações motivadoras, como o histórico de privações frente à sexualidade, afeto e "liberdade"/independência. Contexto de pandemia Doença do pai Contexto de Primeira Guerra Mundial	Mãe invalidar sonhos Culpabilização e responsabilização pela doença do pai Howard ter ido para a Guerra Privações por parte da mãe em relação a sair e participar da audição Possíveis julgamentos sociais frente à expressão de seus desejos Atenção social do projecionista e da cunhada Reprovação na audiência	Tentativas de alguém de descobrir o que está fazendo Descumprir regras religiosas Descumprir autorregras sobre comportamento feminino, matrimônio e sexualidade

Quadro 5. Análise molar do padrão comportamental antissocial, relacionando eventos históricos (que estabeleceram) a atuais (que mantêm) o padrão.

Como já foi mencionado anteriormente neste ensaio, um sentimento ou pensamento não pode ser considerado causa de um comportamento, pois é, também, comportamento (Skinner, 1953/2003, 1974/1982, 1989/1991). Assim, o debate se volta para o que sustenta esse comportamento e chega-se ao que se entende pelo controle que as agências controladoras possuem sobre nosso comportamento. A coerção não é a forma mais eficiente de instalar comportamentos desejáveis (Sidman, 1989/1995), mas estava extremamente presente na história de vida de Pearl.

Em diferentes momentos, percebemos que os comportamentos antissociais são fortalecidos pelas contingências que envolvem perdas, privações e invalidações, e que têm como efeitos sensações de abandono, de fracasso, raiva e sentimentos adjacentes.

Em "X – A marca da morte", Pearl parece se encantar pela jovem Maxine e, não coincidentemente, a história das duas é marcada por regras apresentadas pelos membros de sua comunidade verbal. No caso de Pearl, a mãe tinha ideias conservadoras sobre o papel da mulher e sobre a responsabilidade frente à família. Já no caso de Maxine, o pai é um pastor que, inclusive, fala sobre a filha como alguém que se perdeu frente ao pecado e o seu desvio em relação à fé em Deus.

As duas não parecem aceitar nada menos do que a vida que elas entendem que merecem. E é interessante notar que as agências de controle se colocam como empecilhos ou armadilhas que as afastam de seus sonhos.

Não é possível dizer que ter seus comportamentos sob controle dessas contingências justifica quaisquer crimes cometidos por alguém, mas é justo pensarmos que os critérios de julgamento e tratativa são diferentes conforme o nível de poder que a pessoa encontra em sua identidade étnica, social e de gênero (Mizael & de-Farias, 2023; Mizael & Pinheiro, 2023; Mizael & Rose, 2017).

O objetivo, nesse capítulo, não foi fazer apenas uma crítica à não atribuição de funções aos comportamentos emitidos pela protagonista, considerados antissociais, mas também um olhar direcionado à descrição de tais comportamentos, tendo em vista a forma como eles foram instalados, enquanto produto da própria estrutura de sociedade, que é historicamente violenta: a história revela, em abundância, eventos como povos dizimados, reis e rainhas escravizados, inocentes vitimados em diferentes conflitos bélicos. Também se objetivou contribuir para a forma como se relacionam, em nossa sociedade, as percepções de culpa e responsabilidade, entendendo que, ainda que o comportamento seja fruto de contingências coercitivas fomentadas pelas agências de controle (que representam violências em diferentes camadas: cultural, estrutural e direta), existe a responsabilização do sujeito frente a seus atos, o que é importante, mas que acontece de forma desigual para indivíduos de diferentes grupos.

O comportamento de Pearl é assustador e perverso. Entretanto, somente essa constatação não o explica. É necessário recorrer ao comportamento em suas múltiplas relações para o compreender de fato.

Ainda que seja difícil a distinção entre responsabilizar e culpabilizar, o primeiro passo é avaliar esses comportamentos sob uma ótica funcional e não meramente topográfica. Embora uma discussão com diferentes nuances de entendimento e intervenções vá além do propósito desse capítulo, a ideia é que a Análise do Comportamento contribua sempre com o fim da instrumentalização e coisificação do ser humano, enfatizando a sua humanização, quebrando construtos que podem contribuir para o apartamento de grupos sociais e identitários (Martín-Baró, 1989; Skinner, 1953/2003).

A proposta é estabelecer também a necessidade de o psicólogo lembrar seu poder sobre a vida das pessoas. É possível que, em nossa prática, estejamos isentando as estruturas sociais de suas responsabilidades, e promovendo a perpetuação do *status quo*; colocando a culpa pelo fracasso escolar em crianças e em seu desenvolvimento; atribuindo ao trabalhador a naturalização da uberização de seu trabalho e sua coisificação, que o reduz meramente à sua força de trabalho; despejando preconceitos sobre a maneira correta de se relacionar e, não menos importante, apontando o sujeito como o único causador de seu próprio sofrimento e o impossibilitando de adquirir consciência sobre as variáveis do ambiente que o colocam em sofrimento (Martín-Baró, 1989).

Sabe-se que não existe mágica: o problema permanece e talvez esteja sempre presente em nossas vivências cotidianas de maneira explícita ou implícita, mas o questionamento deve ser: "Qual o mundo em que eu quero viver?". Seria um mundo como George Orwell (1949/2009) apresenta em *1984* ou um mundo parecido – ou até mais aprimorado – com o que Skinner (1948) apresenta em "Walden Two"¹¹?

REFERÊNCIAS

American Psychiatric Association (APA) (2023). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-5-TR: Texto Revisado*. 5th ed. Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-6558820932

- Aureliano, L. F. G., & Borges, N. B. (2012). Operações motivadoras. Em N. B. Borges, & F. A. Cassas (Orgs.), *Clínica Analítico-comportamental: Aspectos teóricos e práticos* (pp. 77-86). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536326481
- Baum, W. M. (1994/2018). *Compreender o Behaviorismo: Comportamento, cultura e evolução* (M. T. A. Silva, M. A. Matos, & G. Y. Tomanari, trans.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582715239
- Beltrão, K. I., & Alves, J. E. D. (2009). A reversão do hiato de gênero na educação brasileira no século XX. *Cadernos de Pesquisa*, 39(136), 125-156. <https://10.1590/S0100-15742009000100007>
- Catania, A. C. (1998/1999). *Aprendizagem: Comportamento, linguagem e cognição* (D. das G. de Souza, coord. trad.). Porto Alegre: Artes Médicas. ISBN 978-8536300725
- Cooper, J. O., Heron, T. E., & Heward, W. L. (2019). *Applied Behavior Analysis* (3ª ed.). Hoboken, NJ: Pearson Education. ISBN 978-0134752556
- de-Farias, A. K. C. R. (2010). Por que "Análise Comportamental Clínica"? Uma introdução ao livro. Em A. K. C. R. de-Farias (Org.), *Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso* (pp. 19-29). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536321004
- Freud, S. (1925/2006). Inibições, sintomas e ansiedade (J. Salomão, trad.). *Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud* (Vol. 20, pp. 79-168). Rio de Janeiro: Imago. ISBN 978-8531209840
- Guilhardi, H. J. (2002). Auto-estima, autoconfiança e responsabilidade. Em M. Z. S. Brandão, F. C. S. Conte, & S. M. B. Mezzaroba (Orgs.), *Comportamento humano: Tudo (ou quase tudo) que você precisa saber para viver melhor* (pp. 63-98). Santo André: ESETec. ISBN 9788588303331
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012/2021). *Terapia de Aceitação e Compromisso: O processo e a prática da mudança consciente* (2ª ed.; S. M. M. da Rosa, trad.). Porto Alegre: Artmed.
- Linehan, M. M. (1993/2010). *Terapia Cognitivo-comportamental para o transtorno da personalidade borderline* (A. de P. Faria, trad.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536322094
- Marçal, J. V. S. (2010). Behaviorismo Radical e prática clínica. Em A. K. C. R. de-Farias (Org.), *Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso* (pp. 30-48). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536321004
- Martín-Baró, I. (1989). Sistema, grupo y poder Psicología social desde Centroamérica II. *Colección Textos Universitarios*, 10. San Salvador: UCA Ed. ISBN 978-9801109402
- Mizael, T. M., & de-Farias, A. K. C. R. (2023). Análise Funcional de Microagressões Raciais. Em A. R. Fonseca Jr., & F. de L. Kirshner (Orgs.), *Comportamento em Foco, Volume 15: Reflexões teórico-filosóficas, metodológicas e aplicadas na Análise do Comportamento* (pp. 11-128). Curitiba: ABPMC. ISBN 978-6587203072. Disponível em <https://cdn.abpmc.org.br/uploads/2023/09/Comportamento-em-foco-V15.pdf>
- Mizael, T. M., & de Rose, J. C. (2017). Análise do Comportamento e preconceito racial: Possibilidades de interpretação e desafios. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 8(1), 102-113. <https://10.32870/ac.v25i3.61632>

-
11. "1984": publicado em 1949, o livro apresenta uma distopia na qual o mundo é dominado por regimes totalitários que controlam não apenas os comportamentos públicos, mas também os pensamentos e memórias das pessoas. A história acompanha Winston Smith, funcionário do Partido que vive na Oceania, sob a vigilância onipresente do Grande Irmão (Big Brother). Incomodado com a manipulação da verdade e a ausência de liberdade, Winston passa a nutrir desejos de rebelião e inicia um relacionamento proibido com Júlia. Contudo, ao desafiar o sistema, descobre que não há espaço para a individualidade nem para o amor em um Estado que vigia, pune e reescreve a realidade constantemente. "Walden II": publicado em 1948, descreve uma comunidade utópica organizada segundo os princípios da Análise do Comportamento. Narrado por um professor que visita a experiência social, o livro apresenta um grupo de pessoas vivendo sob um sistema que rejeita punições e privilegia a adição de reforços positivos para promover cooperação, bem-estar coletivo e equilíbrio entre trabalho e lazer. A obra questiona valores tradicionais como liberdade e democracia ao propor que a verdadeira mudança social depende do manejo científico das contingências que moldam o comportamento humano.

- Mizael, T. M., & Pinheiro, R. (2023). *Debates sobre Feminismo e Análise do Comportamento: Volume* (2ª ed.). São Paulo: Instituto Par. ISBN 978-6599201677
- Moreira, M. B., & Medeiros, C. A. de. (2007/2019). *Princípios básicos de Análise do Comportamento* (2ª ed.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582715154
- Nery, L. B., & Fonseca, F. N. (2018). Análises funcionais moleculares e molares: Um passo a passo. Em A. K. C. R. de-Farias, F. N. Fonseca, & L. B. Nery (Orgs.), *Teoria e formulação de casos em Análise Comportamental Clínica* (pp. 1-22). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582714737
- Orwell, G. (1949/2009). *1984* (H. Jahn, & A. Hübner, trans.). São Paulo: Companhia das Letras. ISBN 978-8535914849
- Pacheco, J. L. (2019). *Terapias de terceira generación em adolescentes*. Comillas Universidad Pontificia. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências Humanas y Sociales. Madrid, Espanha.
- Saban, M. T. (2015). O que é Terapia de Aceitação e Compromisso? Em L. P. Santos, J. P. Gouveia, & M. S. Oliveira (Orgs.), *Terapias Comportamentais de terceira geração: Guia para profissionais* (pp. 179-216). Novo Hamburgo: Sinopsys. ISBN 978-8564468467
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (1969/2016). *História da Psicologia moderna* (10ª ed. A. M. R. Vorcaro, & M. S. Gonçalves., trans.). São Paulo: Cengage Learning. ISBN 978-8522127955
- Skinner, B. F. (1948/1977). *Walden Two: Uma sociedade do futuro* (R. Moreno, & N. R. Saraiva, trans.). São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária. ISBN 978-8512670201
- Skinner, B. F. (1953/2003). *Ciência e Comportamento Humano* (J. C. Todorov, & R. Azzi, Trans.). São Paulo: Martins Fontes. ISBN 978-8533619357
- Skinner, B. F. (1971/2002). *Beyond freedom and dignity*. New York: Knopf/Random House. ISBN 978-0872206274
- Skinner, B. F. (1974/1982). *Sobre o Behaviorismo* (M. da P. Villalobos, trad.). São Paulo: Cultrix; EDUSP. ISBN 978-8531503603
- Skinner, B. (1981/2007). Seleção por conseqüências. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 9(1), 129-137. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v9i1.150>
- Skinner (1989/1991). *Questões recentes na Análise Comportamental* (A. L. Neri, trad.). Campinas: Papirus. ISBN 978-8530801410
- Thibaut, F. (2018). The mind-body Cartesian dualism and psychiatry. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 20(1), 3. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2018.20.1/fthibaut>
- Todorov, J. C. (1989/2007). A Psicologia como o estudo de interações. *Psicologia: Teoria E Pesquisa*, 23(spe), 57-61. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722007000500011>
- Todorov, J. C. (2012). Sobre uma definição de comportamento. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 3(1), 32-37. <https://doi.org/10.18761/perspectivas.v3i1.79>

II

“AS INVASÕES BÁRBARAS” – O ADOECIMENTO E A MORTE: UMA VISÃO ANALÍTICO-COMPORTAMENTAL¹

Lorena Bezerra Nery²

Flávia Nunes Fonseca

Título do filme: As Invasões Bárbaras

Título Original: “Les invasions barbares”

Ano de lançamento: 2003

Direção: Denys Arcand

Produção: Daniel Louis e Denise Robert

Lançado por: IFC Films

Nos últimos anos, o Brasil, bem como outros países, vem apresentando mudanças em seu perfil demográfico em decorrência de fatores como o processo de urbanização, as medidas de saúde pública, os avanços da ciência e da tecnologia e a adoção de novos estilos de vida. Observam-se redução da mortalidade infantil, aumento da expectativa de vida da população e uma mudança do perfil de morbimortalidade, com a diminuição da incidência de doenças infectocontagiosas e da mortalidade relacionada a elas e o aumento da frequência de doenças cardiovasculares, neoplasias e doenças crônico-degenerativas e de óbitos causados por essas enfermidades (Instituto Nacional de Câncer [INCA], 2014; Prata, 1992).

Tais mudanças trazem consigo modificações de práticas relacionadas ao processo de saúde e doença. Em nível governamental, verifica-se cada vez mais o foco em ações de educação para saúde, prevenção orientada para indivíduos e grupos, formulação de legislações específicas no que se refere a protocolos de tratamento e enfrentamento de fatores de risco (INCA, 2014). Além disso, os avanços da medicina oferecem possibilidades de novas terapêuticas e métodos diagnósticos. Tornam-se comuns períodos prolongados de internações e o morrer vem se transformando em um acontecimento muitas vezes solitário, mecânico e impessoal, à medida que os pacientes são frequentemente removidos de seu ambiente familiar para findar seus dias em ambiente hospitalar (Kübler-Ross, 1969/1996).

Dessa forma, adoecimento, cuidados paliativos e terminalidade da vida apresentam-se como temas relevantes para reflexão e discussão sob a perspectiva da Análise do Comportamento. O presente capítulo tem como objetivo abordar tais temas tendo como base o filme “As Invasões Bárbaras”, que retrata o processo de adoecimento e morte do personagem Rémy (interpretado por Rémy Girard), diagnosticado com uma doença fora de possibilidades curativas atuais. O filme começa com Rémy já internado em um hospital público de Montreal, Canadá. Ao observar a gravidade do quadro, a ex-esposa do protagonista (Dorothée Berryman) telefona para o filho, Sébastien (Stéphane Rousseau), pedindo que venha participar dos cuidados. Apesar dos conflitos que levaram ao afastamento em relação ao pai, com o adoecimento, Sébastien vai ao encontro dos pais e propõe que Rémy seja transferido para os Estados Unidos, onde, devido aos recursos financeiros do filho, teria acesso

1. Este capítulo é uma reimpressão da publicação, em 2019, no livro “Ciências da Saúde: O trabalho em equipes multiprofissionais”, organizado por A. K. C. R. de-Farias, e publicado pela Editora Juruá, Curitiba. É aqui republicado com o consentimento da editora, das autoras e da organizadora do livro.

2. lorenanery.psi@gmail.com

a um tratamento em centro especializado e com melhores condições técnicas e estruturais para a realização dos cuidados paliativos necessários. O filho argumenta que nos EUA o paciente ficaria confortável e não iria sofrer. Entretanto, para a surpresa de Sébastien, o pai recusa o tratamento no exterior, relatando preferir permanecer próximo dos amigos nos momentos finais de sua vida. Diante do pedido de Rémy, Sébastien se engaja em vários comportamentos com o objetivo de proporcionar o que o pai considera um final digno, em contato com os reforçadores por ele mais valorizados.

Um dos focos de atuação de Sébastien foi a transformação do ambiente hospitalar. Inicialmente, Rémy compartilhava a mesma enfermaria com outros doentes, o que significava para ele uma limitação à sua privacidade. O hospital, que era público, apresentava recursos físicos e humanos restritos: superlotação, higienização inadequada, furtos frequentes de objetos pessoais dos pacientes, sobrecarga dos profissionais, falta de equipamentos e tratamento impessoal por parte da equipe médica, que mal sabia os nomes dos pacientes. Para proporcionar mais conforto a Rémy, Sébastien oferece suborno aos funcionários do hospital e faz uma reforma, criando um quarto com estrutura para atender às necessidades do pai, desde o aspecto da saúde e do conforto físico, até o aspecto psicossocial, com a possibilidade de receber amigos e familiares. No que se refere ao manejo da dor, Sébastien burla a lei e contrata uma usuária de heroína – Nathalie (Marie-Josée Croze) – para administrar a droga, tendo em vista a orientação de um amigo médico de que a substância seria a mais efetiva no controle da dor naquele caso.

Além disso, Sébastien fez contato com a irmã, que trabalhava em uma embarcação no Oceano Pacífico, viabilizando a comunicação do pai com ela via internet. Ele contata também os melhores amigos de Rémy, convocando-os a fazerem companhia ao pai doente. Oferece ainda dinheiro a alguns ex-alunos do protagonista para que o visitem no hospital, depois da descrição triste de que os alunos não demonstraram comoção com seu afastamento, por motivo de doença, da universidade em que lecionava. Ademais, considerando a característica afetiva do pai, homem sedutor e que valorizava contatos sexuais frequentes e com diferentes parceiras, o filho contrata uma prostituta para proporcionar a Rémy sua última experiência sexual.

Por fim, Sébastien realiza o derradeiro desejo do pai de passar seus últimos dias de vida junto dos amigos e familiares em uma casa na beira de um lago, de onde tinha boas lembranças. Todos se reúnem nessa casa e se despedem do amigo, que escolhe se submeter a um procedimento de eutanásia, cujo conceito será apresentado mais adiante. Nesse contexto do adoecimento do protagonista Rémy e de seu contato com a própria finitude, o presente capítulo se propõe a discutir temas relevantes abordados no filme, como cuidados paliativos, eutanásia, diferentes perspectivas sobre a morte, e a morte, na perspectiva da Análise do Comportamento.

CUIDADOS PALIATIVOS

A despeito dos avanços tecnológicos que levaram ao aperfeiçoamento dos cuidados médicos e à potencialização de seus resultados, algumas enfermidades ainda envolvem condições incuráveis que resultam em morte. Nesse contexto, destaca-se a importância do cuidado humanizado aos pacientes e às suas famílias, indicando a necessidade de se buscarem formas de aperfeiçoar os cuidados para aqueles que se encontram fora de possibilidade de tratamento curativo. Cuidados paliativos são definidos pelo Ministério da Saúde como atenção total e ativa promovida por equipe multidisciplinar com o objetivo de melhorar a qualidade de vida, tanto do paciente quanto de seus familiares, diante de uma doença crônico-degenerativa que não responde a tratamento curativo. A assistência integral em cuidados paliativos deve envolver tanto a prevenção e o alívio do sofrimento quanto a identificação precoce, a avaliação e o tratamento de dor e dos demais sintomas físicos, sociais, psicológicos e espirituais³. Abrange diferentes propostas: atendimento domiciliar, ambulatorial ou hospitalar. O paradigma dos cuidados paliativos é o cuidado e não a cura (Ministério da Saúde, 2013; Rodrigues, 2004). A definição proposta pelo INCA (2002) destaca, portanto, que a terapêutica paliativa não tem função curativa, de prolongamento ou de abreviação da sobrevida.

3. O conceito de "espiritualidade" será abordado mais detalhadamente adiante, no tópico intitulado "A Morte em Diferentes Culturas e Religiões".

Ademais, de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), programas de cuidados paliativos devem oferecer suporte para que pacientes possam viver ativamente enquanto for possível até sua morte e devem auxiliar as famílias a desenvolverem estratégias de enfrentamento durante o tratamento do paciente e a lidarem com a perda do ente querido (Sepúlveda, Marlin, Yoshida & Ullrich, 2002). Outro aspecto relevante no que se refere à prática dos cuidados paliativos é que sua duração, em geral, varia de um dia a 18 meses, sendo seis semanas o tempo médio (Goldman, Beardsmore & Hunt, 1990).

A perspectiva atual de cuidados paliativos proposta pela OMS destaca que esse tipo de cuidados não deve ser relegado aos últimos estágios do tratamento. Hoje em dia, reconhece-se que os princípios dos cuidados paliativos deveriam ser colocados em prática o mais cedo possível no caso de qualquer doença crônica que possa levar à morte. Essa mudança de concepção está relacionada à compreensão de que problemas no fim da vida têm sua origem no início da trajetória da doença. Sintomas ou outros problemas não tratados precocemente serão mais difíceis de serem atenuados ou solucionados no fim da vida (Sepúlveda et al., 2002). Assim, fica evidente a importância da atuação dos profissionais de saúde no sentido de identificar as necessidades dos pacientes em cuidados paliativos e de seus familiares. Dessa maneira, é possível planejar um apoio mais adequado, com possibilidade de identificar e prevenir dificuldades.

Faz-se relevante comentar que, diante dos avanços científicos e tecnológicos que possibilitaram um grande aumento nas taxas de sobrevivência em relação a uma série de doenças antes consideradas incuráveis, o objetivo primário de grande parte das equipes de saúde é alcançar a cura (Parry & Chesler, 2005; Pemberger et al., 2005). Wolfe et al. (2000) destacam que, com a regra de que seu objetivo principal é salvar vidas a qualquer custo, pode ser difícil para os médicos mudarem de foco, ainda que as chances de cura sejam mínimas. Desse modo, aspectos como a toxicidade da terapia, a qualidade de vida e o controle da dor e de outros sintomas são comumente secundários a essa meta, negligenciando-se assim os cuidados paliativos.

De acordo com Wolfe et al. (2002), expectativas não realistas por parte da equipe de saúde e da família a respeito do prognóstico do paciente podem constituir um obstáculo a uma integração mais efetiva dos cuidados paliativos no tratamento de pacientes com doenças em estágio avançado. Quando um paciente com baixa probabilidade de sobrevivência em longo prazo recebe terapia agressiva para tratamento de câncer, por exemplo, é apropriado que haja um tratamento paliativo concomitante, para que a sua qualidade de vida possa ser preservada o máximo possível.

Em circunstâncias de cuidados paliativos, pode haver um grande comprometimento do bem-estar físico e emocional do paciente. As relações sociais com amigos, familiares e com pessoas do contexto profissional também tendem a passar por grandes transformações. Peres, Arantes, Lessa e Caous (2007) destacam que há uma necessidade cada vez maior na área da saúde de que os pacientes sejam tratados de maneira holística, como pessoas e não como doenças, de modo que ignorar qualquer de suas dimensões – física, emocional, social e/ou espiritual – torna incompleta a abordagem humanizada do paciente. O cuidado humanizado inclui a escuta, o toque, a atenção, o acolhimento do sofrimento do próximo e o estar-com-o-outro. Dessa maneira, em cuidados paliativos, além do foco no controle dos sintomas, deve-se perguntar diretamente ao paciente o que ele considera importante realizar naquele momento e promover, sempre que possível, as condições necessárias para que suas prioridades possam ser concretizadas nesse período peculiar de sua vida (Peres et al., 2007; Sales, Silva, Borgognoni, Rorato & Oliveira, 2008).

O filme “As Invasões Bárbaras” exemplifica bem o respeito às decisões do paciente diante dos cuidados paliativos e da aproximação concreta da morte. Sébastien, o filho, ao receber a notícia de um amigo médico de que não havia chances de cura para a doença de seu pai, avalia que teria condições financeiras de proporcionar a Rémy os cuidados mais especializados e qualificados do mundo e oferece ao pai essa oportunidade. Entretanto, Rémy recusa a proposta do filho, afirmando que prefere permanecer em seu país, ambiente familiar para ele, e na companhia de pessoas queridas. Embora, em um primeiro momento o filho discorde da decisão do pai, todas as escolhas de Rémy passam a ser respeitadas a partir de então. O diálogo a seguir mostra uma situação em que isso acontece:

Médico: Ele já começou a sofrer?
Sébastien: Talvez.

Médico: O melhor seria transferi-lo para cá (EUA). Não fazemos milagres, mas ele ficará confortável e não sofrerá. Somos bons nisso. (...)

Rémy: Não vou me exilar nos EUA. Não conheço ninguém lá. Defendi a nacionalização dos hospitais, aguento as consequências.

Em outra ocasião, esse respeito ao que é importante para o paciente novamente fica evidente no filme. Era o último dia de vida de Rémy, que havia optado pela eutanásia. Já em seus últimos momentos antes da aplicação da droga que daria fim à sua vida, o protagonista confessa ao filho que está com medo. Sébastien acolhe o relato do pai, afirmando: "Faremos o que quiser. Você decide".

Programas de cuidados paliativos efetivos devem, portanto, considerar a importância de que os profissionais da equipe recebam treinamento para aprimorar sua habilidade de se comunicar com os pacientes e suas famílias. A equipe multidisciplinar de saúde, por vezes, não pode evitar a morte, mas é responsável por fazer com que esse processo ocorra da maneira mais pacífica e livre de sofrimento possível. Para atingir esse objetivo, é necessário um controle vigoroso da dor e de todos os sintomas físicos, bem como um suporte para as demandas existenciais, emocionais e sociais do paciente e de sua família (Contro, Larson, Scorfield, Sourkes & Cohen, 2004; Goldman, 1998; Postovsky & Arush, 2004; Sales et al., 2008; Wolfe et al., 2002).

EUTANÁSIA

Conforme discutido anteriormente, os avanços da ciência no campo da saúde vêm permitindo a cura de diversas enfermidades, bem como o prolongamento da vida em situações que anteriormente definiam a morte próxima do indivíduo. Contudo, tal progresso da tecnologia implica na possibilidade de um prolongamento da vida atrelado a grande sofrimento para o paciente e seus entes queridos e a um consequente comprometimento da dignidade do doente (Cabrera, 2010; Kovács, 1998; Villas-Bôas, 2008). Surgem assim diversas questões éticas, religiosas e jurídicas envolvendo o direito à vida, os princípios da dignidade e da autonomia e o questionamento do valor da vida.

Kovács (1998) salienta que houve uma mudança na trajetória da morte no século XX. Na Idade Média, as mortes rápidas eram comuns, considerando o advento das guerras e das doenças com curso relativamente acelerado. Assim, temia-se morrer de forma repentina e isolada. Atualmente, há muitas doenças que apresentam desenvolvimento lento e tratamento extenso, frequentemente associado a sofrimento e dor. Não raro, obtém-se um prolongamento da vida a um custo alto para o paciente, que permanece, por exemplo, por longo período afastado da família e dos amigos em ambiente hospitalar impessoal, com dores intensas, dependendo das decisões e dos cuidados de outras pessoas, sobrevivendo com a ajuda de aparelhos para a manutenção de suas funções vitais. Tal cenário representa, para muitos, uma vida sem dignidade e sentido. Dessa forma, hoje o que se teme é uma experiência de morte demorada e permeada de agonia.

Nesse contexto, discute-se o conceito de eutanásia. Santoro (2010, citado por Cabrera, 2010) define o termo como "o ato de privar a vida de outra pessoa acometida por uma afecção incurável, por piedade e em seu interesse, para acabar com os seus sofrimentos e sua dor. O móvel do agente, portanto, é a compaixão com o próximo" (p. 28). Cabrera expõe que o ato pode ocorrer mediante o emprego ou a omissão de práticas que poderiam apressar ou provocar o óbito. A autora apontou ainda dois pontos cruciais no que tange à eutanásia. O primeiro foi ressaltado por Hubert Lepargneur, e destaca que o termo eutanásia caracteriza preferencialmente situação na qual o paciente deseja livremente morrer, mas não consegue realizar seu intento por motivos físicos. Dessa maneira, para se analisar uma eventual descriminalização do ato, seria preciso considerar o caráter voluntário exigido para a prática da eutanásia, o que poderia ocorrer de forma explícita a partir da verbalização do próprio indivíduo, ou de forma implícita por meio de um pedido formalizado por familiares de um paciente que não tenha condições de expressar sua vontade. O outro ponto foi exposto por Javier Gafo Fernandez, que aponta a iminência da morte do interessado como aspecto característico da eutanásia, o que diferencia esse instituto do suicídio assistido. No caso de Rémy, o protagonista escolheu, por meio da eutanásia, abreviar a própria vida, diante da impossibilidade de cura de sua doença e do

agravamento de seu estado clínico. Assim, no filme, o paciente exerceu um papel ativo no seu processo de adoecimento e morte, inclusive abrindo mão de alguns recursos médicos e tecnológicos que poderiam prolongar sua vida e priorizando a convivência com as pessoas que amava em seus últimos momentos.

Há ainda outros conceitos relacionados à intervenção humana no momento da morte que devem ser levados em consideração (Villas-Bôas, 2008). No contexto da distanásia, observa-se um abuso no uso de recursos terapêuticos, ou seja, o emprego de recursos de forma desproporcional, que lentificam e prolongam o processo da morte sem que haja um benefício para o paciente. Os termos obstinação terapêutica e tratamento fútil são utilizados para caracterizar esta prática. Assim, levanta-se a reflexão a respeito do significado do direito à vida, que não deveria incluir o adiamento indefinido da morte natural por meio do uso de todos os recursos disponíveis, mesmo aqueles contraindicados quando se objetiva o conforto do paciente. Como bem salienta Villas-Bôas (2008), não existe um dever de sobrevida artificial, isto é, o prolongamento de uma existência que se tornou uma tortura para o paciente com o acréscimo de dias ou horas em sua vida quando o organismo se encontra em situação de falência global e irreversível, muitas vezes contra a sua vontade, não pode ser visto como um dever médico.

Por outro lado, tem-se o instituto da ortotanásia, que caracteriza a morte a seu tempo. O conceito se aplica a situações em que já não é possível buscar a cura do paciente. Dessa forma, não há interferência nem para encurtar o tempo natural de vida nem para adiar indevidamente o momento da morte. Os cuidados básicos ao paciente são mantidos com o objetivo de proporcionar conforto a ele e há condutas médicas restritivas com decisões de não tratamento e suspensão ou omissão de tratamentos fúteis (Villas-Bôas, 2008).

Cabrera (2010) aponta que, no Brasil, o crime da eutanásia não está especificado no Código Penal em vigor. Porém, o ato de um médico que tire a vida de seu paciente seria tipificado como crime de homicídio simples, previsto no Artigo 121 da citada Lei, estando o autor sujeito à pena de 6 a 20 anos de reclusão, ainda que tenha sido movido por ato de compaixão e solidariedade. Villas-Bôas (2008) expõe, contudo, que condutas médicas restritivas não caracterizam crime se os recursos restritos não proporcionarem benefícios efetivos para o paciente, sendo apenas uma condição de obstinação terapêutica. Assim, a indicação ou não sobre o emprego de uma medida é uma decisão médica que deve ser discutida com o paciente e sua família tendo em vista a garantia da dignidade da pessoa que se encontra no final de sua vida.

Kovács (1998) ilustra a complexidade do tema eutanásia ao descrever que ele envolve diversos personagens (paciente, família, equipe e instituição de saúde) e argumentos conflitantes. Por um lado, há aqueles que são favoráveis à vida a todo custo, que entendem a eutanásia como uma postura antiética por não se oferecer ao paciente todos os recursos possíveis para a manutenção da vida. Por outro, os defensores da chamada "morte com dignidade" argumentam que a insistência e o prolongamento de tratamentos em situações irreversíveis é que constituem um atentado à vida. Em última instância, o que é questionado é a validade da escolha pela morte em contraposição a um cenário de vida sem dignidade.

A MORTE EM DIFERENTES CULTURAS E RELIGIÕES

A morte e a finitude constituem características intrínsecas dos sistemas vivos, os quais estão todos submetidos a um processo irreversível que passa pelo nascer, o crescer, o decair e o morrer (Schramm, 2002). Apesar de ser fato que faz parte do cotidiano, a morte tem potencial para gerar angústia, visto que tem entre seus atributos mistério e incerteza e está relacionada a diversos medos: medo da morte do outro, medo da própria morte, medo da extinção e medo do que acontecerá após a morte (Caputo, 2008; Kovács, 1992). No filme, Nathalie, além de responsável por administrar heroína para controle da dor, acaba se tornando a principal pessoa com quem Rémy conversa abertamente sobre seus questionamentos a respeito da morte. Um diálogo entre os dois a caminho da casa no lago em que Rémy passaria seus últimos dias exemplifica o sofrimento do personagem diante da certeza da morte próxima e das incertezas trazidas por essa realidade, principalmente no que se refere ao sentido da vida:

Rémy: Ainda não consigo aceitar!

Nathalie: Sabe que é preciso!

Rémy: Não consigo me resignar!

Nathalie: É assim. É a lei. Quando fechar os olhos, milhões de outros estarão morrendo com você.

Rémy: Mas EU não estarei mais aqui. EU terei desaparecido para sempre. Se pelo menos tivesse aprendido alguma coisa... me sinto tão despreparado quanto no dia em que nasci. Não consegui encontrar um sentido. É isso que temos que buscar... às vezes... acho... que é isso que temos que buscar.

Arthur Schopenhauer compara as experiências da morte nos homens e nos demais animais, diferenciando-as. O homem é o único animal que sabe antecipadamente de sua própria morte. Segundo o filósofo, a compreensão sobre a finitude e a morte somente é possível nos seres humanos devido ao conhecimento sobre o tempo, que envolve o passado, o presente e o futuro. Essa dimensão temporal permite que o homem analise que, à medida que os dias passam, sua morte vai se aproximando. A percepção de que a permanente degradação da vida com o passar do tempo é a única certeza inquestionável gera reflexões sobre o sentido da existência, o que, frequentemente, leva o homem a recorrer a filosofias e religiões em busca de respostas. A consciência temporal permite que o ser humano sofra não apenas pelo presente, mas também nas dimensões do passado e do futuro. Os animais, em contrapartida, têm somente a dimensão do presente e, com isso, apenas sentem a morte quando ela se apresenta, no momento de sua chegada, e logo deixam de existir. A vida dos animais, portanto, consiste em um presente prolongado, vivido intensamente, sem reflexão sobre o que lhes acontecerá em seguida (Giacioia, 2005).

Nesse contexto da busca por respostas, as diferentes culturas se propõem a esclarecer o desconhecido da morte por meio de mitos, religiões, filosofia e arte (Caputo, 2008; Kovács, 1992). A título de exemplo, Giacioia (2005) descreve as práticas de diferentes culturas em relação à morte. Na sociedade mesopotâmica, os rituais de sepultamento eram realizados com bastante zelo e grande importância era dada para a preparação do túmulo: com o objetivo de que nada faltasse na travessia e de que fosse registrada a pertença do morto a uma determinada linhagem ou família, os cadáveres deveriam ser enterrados junto a objetos que demarcassem sua identidade pessoal e familiar, como pertences, vestimentas e suas comidas prediletas. Já na sociedade hindu, a prática era contrária: os corpos deveriam ser incinerados. A transformação do corpo em cinzas e a destruição das marcas pessoais representavam a dissolução da vida terrena e a purgação de todos os pecados. A morte significava o acesso ao Absoluto, ao Eterno, ao Nirvana e à paz originária. Na visão judaico-cristã, a morte também tinha significado de passagem, uma transição para a verdadeira vida, que poderia ser tanto uma vida de sofrimento eterno e expiação dos pecados no inferno ou uma vida de felicidade, em eterna contemplação na presença de Deus no paraíso. Nessa perspectiva, não há que se temer um fim definitivo após a morte, mas tem-se um ideal de eternidade que se relaciona com as maneiras de se conduzir a vida da maneira certa.

A doutrina espírita kardecista aponta uma visão alternativa aos conceitos de céu e inferno encontrados em outras religiões. Abandona-se a ideia de condenação ao sofrimento eterno, sem aproveitamento do arrependimento, e também a de beatitude contemplativa dos eleitos durante toda a eternidade. Kardec (1865/1994) descreve que os espíritos são criados simples e ignorantes. Deus então concede aos espíritos o número de encarnações necessárias para seu progresso, até atingir o objetivo da perfeição. Nesse sentido, o estado espiritual seria o estado definitivo, já o estado corporal seria transitório e passageiro. Dessa forma, a verdadeira vida é a espiritual. A reencarnação pode acontecer em diferentes mundos, segundo o progresso do Espírito. Assim, a certeza da vida futura e imortalidade da alma, além da compreensão sobre a missão terrena libertariam os homens do temor da morte, podendo essa experiência ser encarada de forma calma e serena.

Há ainda culturas em que a morte é encarada como motivo para celebração. Algumas religiões afro-brasileiras, por exemplo, propõem que a morte, assim como a vida, deve ser festejada. No Candomblé, a morte não significa o fim da vida, mas uma mudança de plano de existência, constituindo parte do ciclo religioso e vital. O ritual festivo é necessário para que se assegure o eterno renascimento no outro plano existencial, garantindo, assim, a imortalidade. Dessa maneira, o morto é homenageado com comidas, bebidas, cantos e danças, de modo que não se sentirá sozinho durante o processo até o reencontro das divindades e dos ancestrais que o receberão no próximo plano. Acredita-se que, se o iniciado completa com sucesso seu

destino e sua morte é celebrada de acordo com os festejos estabelecidos nos preceitos religiosos, ele se transforma em um ancestral que se juntará ao poderoso axé de ancestrais do terreiro, podendo, inclusive, contribuir na formação de novos seres (Bandeira, 2010).

No México, comemora-se o Dia dos Mortos nos dias 01 e 02 de novembro, ocasião em que os entes queridos falecidos são lembrados e homenageados. A festa faz parte da cultura popular mexicana e é resultado do sincretismo religioso envolvendo tradições indígenas e cristãs. Dessa maneira, busca-se uma aproximação com o mistério da morte, que é celebrada com alegria, cores, flores, oferendas de comidas, bebidas alcóolicas e caveiras de açúcar. Busca-se substituir sentimentos de dor, tristeza e saudade ocasionados pela morte por alegria e celebração. A festa do Dia dos Mortos exerce então importante função de preparar as pessoas para a realidade da morte como parte inevitável e natural da vida (Villasenor & Colcone, 2012).

Diante do diagnóstico de uma doença para a qual ainda não há a possibilidade de tratamento curativo, frequentemente o indivíduo busca um sentido para sua vida, um propósito que torne valorosa a sua existência, a sua história e, para tal, é comum que se recorra à espiritualidade. Assim, busca-se a essência da vida, à medida que ela se aproxima do fim, e essa demanda não pode ser suprida integralmente pelas tecnologias, nem mesmo pelas mais desenvolvidas. Nesse contexto, o aspecto da espiritualidade/religiosidade, que está presente em todas as culturas e sociedades, torna-se de grande relevância na prática da assistência à saúde, especialmente nos cuidados paliativos. Questões relacionadas ao significado da vida, da morte, da esperança, do amor, dos relacionamentos, do perdão surgem, portanto, com frequência quando se trata de pacientes com doenças sem perspectiva de cura ao lidarem com a aproximação da morte (Kübler-Ross, 1999/2003; Peres et al., 2007).

Peres et al. (2007), ao revisarem a literatura que relaciona os cuidados paliativos à religiosidade/espiritualidade, apontam que há inúmeros estudos cujos resultados mostram uma melhora dos indicadores de saúde emocional/psicológica e na adaptação ao estresse relacionado ao engajamento em práticas religiosas ou espirituais. Essas práticas, com frequência, atuam como fatores preditivos de medidas mais favoráveis de bem-estar e suporte social. Contudo, há também alguns riscos. Algumas crenças religiosas, como aquelas que propõem a noção de punição ou de salvação, a depender da forma como o indivíduo adequou ou não sua vida e suas escolhas aos princípios religiosos, podem intensificar o sofrimento, gerando sentimentos como culpa, arrependimento, medo, baixa autoestima e sensação de desamparo. Diante dessas contradições, os autores ressaltam a importância de que novos estudos investiguem a influência da religiosidade no tratamento de pacientes em cuidados paliativos.

A VISÃO DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

A Análise do Comportamento tem como objeto o estudo do comportamento, isto é, das interações organismo-ambiente (Todorov, 1989/2007). Nessa perspectiva, a causalidade é compreendida a partir de um modelo seletcionista. De acordo com esse modelo, dentro de uma ampla faixa de possibilidades, os padrões comportamentais de cada indivíduo são selecionados, mantidos e fortalecidos por eventos antecedentes e consequentes. Assim, as explicações causais são dadas em termos de relações interativas entre o indivíduo e o ambiente. Essa visão considera a causalidade ao longo do tempo; portanto, não há um evento único ou uma causa que produz linear e diretamente um efeito comportamental, mas sim relações funcionais, de modo que o comportamento é considerado uma variável dependente em relação aos eventos ambientais, os quais seriam variáveis independentes. Nesse sentido, o comportamento é função de condições ambientais. A probabilidade de ocorrência de um comportamento no futuro é determinada pelas condições contextuais antecedentes e consequências por ele produzidas (Chiesa, 1994/2006; Marçal, 2010; Skinner, 1981/2007; Todorov, 1989/2007).

Denominam-se contingências de reforço as interrelações decorrentes de pelo menos três aspectos: (a) a ocasião em que ocorre uma resposta, (b) a resposta, e (c) as consequências por ela produzidas. Segundo Skinner (1953/2003), uma formulação adequada da interação entre um organismo e o ambiente deve conter estes três termos.

Tendo em vista esse modelo de causalidade, Moore (2007) aponta que, na filosofia do Behaviorismo Radical, o ambiente seleciona características comportamentais da mesma forma que seleciona características morfológicas, segundo a noção de evolução pela seleção natural proposta por Darwin. Há três níveis de seleção do comportamento por suas consequências: o

filogenético, o ontogenético e o cultural. No nível filogenético, são selecionados repertórios comportamentais inatos, importantes à sobrevivência da espécie em determinado ambiente. No nível ontogenético, por sua vez, o ambiente cria novos repertórios ou modifica repertórios existentes de comportamento aprendido ao longo da história de vida de cada indivíduo. A unidade de análise utilizada para descrever comportamentos individuais no nível ontogenético é a contingência de reforçamento, que mostra relações funcionais entre o comportamento operante e o ambiente com o qual o indivíduo interage. O operante é definido como um grupo de respostas, que podem ter topografias diferentes e que constituem uma classe funcional por produzirem uma consequência comum (Glenn, 1986). E, complementando, no que se refere ao nível cultural, comportamentos são selecionados quando o ambiente cria novas práticas culturais ou modifica aquelas já existentes (Skinner, 1981/2007).

Uma análise do comportamento dos indivíduos diante do adoecimento e da possibilidade da morte envolve reflexões nesses três aspectos. No que se refere ao nível filogenético, o adoecimento poderia ser considerado um fator de seleção. Contudo, com o advento do desenvolvimento da ciência e de novas tecnologias, frequentemente ocorre uma intervenção nesse processo de seleção natural, uma vez que há atualmente a possibilidade de cura para inúmeras moléstias e, mesmo quando a cura não é possível, os tratamentos possibilitam um aumento da sobrevida.

Considerando o âmbito ontogenético, é relevante observar que, para cada pessoa, a qualidade de vida no adoecimento e a dignidade ao morrer podem envolver aspectos diferentes: há aqueles que preferem estar cercados de pessoas queridas, outros optam pela solidão ou pelo afastamento de suas redes sociais no momento em que se deparam com a deterioração de sua saúde; alguns buscam atividades reforçadoras que podem ainda ser realizadas, como ler, ouvir música, encontrar amigos, conversar, comer coisas saborosas e até mesmo atividades prazerosas, mas que oferecem risco de agravamento de sua condição de saúde, como consumir álcool e tabaco; outros preferem dormir e/ou se isolar como forma de esquivar de enfrentar a própria finitude; há ainda aqueles que se engajam na resolução de questões de ordem prática, por exemplo, documentos, conflitos interpessoais, preferências em relação ao velório/sepultamento. No que se refere ao ambiente, alguns preferem passar seus últimos dias em casa, outros se sentem mais seguros no contexto hospitalar (Kovács, 1998). Numa perspectiva analítico-comportamental, essas escolhas são influenciadas pela história de vida e pelas contingências de reforçamento atuais presentes no ambiente do indivíduo, caracterizando, portanto, o nível ontogenético. Dessa maneira, o que é importante/reforçador diante da possibilidade de uma morte próxima pode variar de pessoa para pessoa.

Segundo Morin (1988, p. 32), "é impossível conhecer o homem sem lhe estudar a morte, porque, talvez mais do que na vida, é na morte que o homem se revela. É nas suas atitudes e crenças perante a morte que o homem exprime o que a vida tem de mais fundamental". A partir da reflexão desse autor, conclui-se que o adoecimento e a aproximação concreta da morte podem funcionar como operações motivacionais que alteram o comportamento das pessoas no sentido de buscarem, no fim da vida, um contato maior e mais intenso com aquilo que mais valorizam em sua existência e, muitas vezes, a valorização desses aspectos se intensifica diante das restrições impostas pela fragilização da saúde e/ou da condição de terminalidade da vida.

Na Análise do Comportamento, a motivação é compreendida a partir do conceito de operações estabelecedoras, quais sejam, estímulos antecedentes que podem alterar momentaneamente a efetividade reforçadora de um evento ambiental e evocar os comportamentos que o produzem (Michael, 1982, 1993; Miguel, 2000). Tanto a privação quanto a estimulação aversiva características do contexto das doenças sem possibilidade de tratamento curativo atual podem exercer a função de operações estabelecedoras: evocam comportamentos, por exemplo, busca por aproximação de amigos e familiares, e alteram o valor reforçador de eventos consequentes, como o contato com essas pessoas. Complementado, Björk, Wiebe e Hallström (2005) afirmam que estudos na área da saúde indicam que pacientes, familiares, amigos e profissionais, ao se depararem com a aproximação inevitável e concreta da morte, frequentemente passam a refletir sobre o que é mais importante na vida, de modo que novas prioridades são estabelecidas e, nesse contexto, o contato com familiares e outras pessoas queridas, muitas vezes, torna-se ainda mais importante do que era antes.

Um diálogo de Rémy com Nathalie, a jovem usuária de heroína que lhe aplicava a droga, exemplifica a análise sobre como determinados aspectos passam a ser mais valorizados diante da possibilidade concreta de finitude. No momento em que se depara com a sua doença e com o fato de que ela não tem cura, Rémy discrimina aquilo que se tornou mais valioso ao longo de sua vida, entre pessoas, lugares, objetos, atividades, alimentos, experiências e, inclusive, o próprio fato de estar vivo, que passa a ter mais valor para ele.

Rémy: Não dá muita importância à vida, dá?

Nathalie: Na verdade não.

Rémy: Eu era como você na sua idade. Podia morrer a qualquer minuto. Pouco me importava. É por isso que os jovens são os melhores mártires. É paradoxal, quando envelhecemos é que nos apegamos à vida. Quando começamos a subtrair... Restam-me 20 anos, 15 anos, 10 anos... Quando sabemos que é a última vez que fazemos alguma coisa... É a última vez que compro um carro... A última vez que vejo Gênova, Barcelona...

Nathalie: Não viverei tanto tempo.

Rémy: Como pode saber?

Nathalie: Overdoses são frequentes, sabia?

Rémy: Nem isso você pode prever. Talvez pare e viva até ficar bem velhinha. Não entendemos o passado, como podemos prever o futuro? Ninguém nunca sabe o que vai lhe acontecer. Exceto eu agora. Eu sei.

Nathalie: Sente medo?

Rémy: Claro que sim. Não quero deixar a vida. Não pode imaginar como a amei!

Nathalie: E o que tanto amou?

Rémy: Tudo. O vinho, os livros, a música, as mulheres... Principalmente as mulheres! Seus cheiros, suas bocas, a maciez das suas peles.

Nathalie: Conheceu muitas?

Rémy: Sim.

Nathalie: Com o tempo não começaram a se parecerem umas com as outras?

Rémy: Sim, um pouco, mas nunca me cansei delas.

Nathalie: Continua um sedutor?

Rémy: Não, não... Com a idade não é mais a mesma coisa.

Nathalie: Mas ainda pode beber vinho...

Rémy: Infelizmente meu fígado não permite.

Nathalie: Fez as viagens que queria?

Rémy: Hoje em dia, há turistas demais em toda parte.

Nathalie: Não é a sua vida atual que não quer deixar. É a sua vida passada e essa já está morta!

Rémy: Talvez...

Algumas escolhas de Rémy e de Sébastien no filme em relação ao rumo do tratamento do protagonista ilustram a importância da seleção ontogenética, uma vez que, a despeito da possibilidade de continuar seu tratamento em um dos melhores hospitais do mundo, o que o filho considerava a melhor opção, Rémy prefere permanecer no Canadá, próximo de pessoas significativas e, por fim, numa casa que lhe remetia a boas lembranças. É relevante ressaltar que, apesar de não concordar com o pai, Sébastien aceita sua decisão e, a partir daí, modifica sua postura, passando a ficar sensível aos desejos e às necessidades do pai ao longo de todo o processo até a sua morte. Nesse caso, observa-se que o adoecimento e a morte podem se configurar como operações estabelecadoras não apenas para o comportamento do próprio doente, mas também para os comportamentos das pessoas próximas a ele. A exemplo disso, há uma aproximação entre pai e filho, que tinham uma relação

distante e passam a se interessar um pelo outro, o que fica claro quando o pai pergunta ao filho sobre seu trabalho pela primeira vez. Ademais, a ex-esposa, que em alguns momentos verbalizou sua dificuldade de lidar com as relações extraconjugais de Rémy, diante do contexto de adoecimento do ex-marido, passa a aceitar a convivência com ex-amantes dele.

A aproximação concreta da morte pode, ainda, funcionar como operação estabelecadora ao potencializar a probabilidade e o valor reforçador de conversas cujo tema central é a finitude. De acordo com Kovács (1998), indivíduos saudáveis, em geral, evitam falar sobre esse assunto, o qual costuma ter teor aversivo, desagradável. Contudo, diante de doenças de prognóstico ruim e do risco de morte, reflexões sobre o sentido da vida e as incertezas relacionadas à morte tornam-se, com frequência, extremamente relevantes para pacientes e familiares.

Além das questões filogenéticas e ontogenéticas que permeiam o processo de adoecimento e morte, é necessário considerar a influência do nível cultural na forma com que o indivíduo lida com a terminalidade da sua vida, uma vez que o comportamento humano ocorre com frequência em contextos sociais. Segundo Skinner (1953/2003), a origem do comportamento social está no fato de que um organismo é importante para o outro como parte de seu ambiente. O comportamento denominado de social é o "comportamento de duas ou mais pessoas em relação a uma outra ou em conjunto em relação ao ambiente comum" (p. 325).

Na perspectiva da Análise do Comportamento, a cultura consiste nas práticas cotidianas, comuns das pessoas. As práticas culturais são muitas vezes chamadas de costumes no sentido de que são comportamentos usuais de muitos indivíduos que fazem parte de uma comunidade, comportamentos estes que se repetem ao longo do tempo entre indivíduos de uma geração e entre gerações de indivíduos e produzem consequências. Assim, a cultura consiste na seleção de comportamento operante, verbal e não verbal, aprendido como resultado de se fazer parte de um grupo. Em uma cultura, o grupo programa consequências para os comportamentos de seus membros (Baum, 1994/2018; Glenn, 1991, 2004).

Nesse contexto, há determinados padrões comportamentais esperados em relação ao adoecimento e à morte em cada cultura, por exemplo, conforme apresentado anteriormente, há culturas em que a morte é tratada com naturalidade e até como motivo de celebração, enquanto em outras, a morte está relacionada a sofrimento e receio de punição. No filme em análise, a cultura ocidental, de maneira geral, é retratada. É possível observar toda uma comoção do ambiente social em torno do doente: espera-se que amigos venham de longe para acompanhá-lo em seus momentos finais, que haja uma reconciliação/maior aproximação com a ex-esposa e com o filho, que haja mais expressão de afeto, que as pessoas demonstrem sofrimento pela despedida do ente querido, que todos se tornem mais tolerantes e compreensivos com o doente. Um exemplo claro disso é quando o filho contrata uma prostituta para proporcionar ao pai uma última experiência sexual, apesar de ter desaprovado sempre seu comportamento promíscuo. Em relação à expressão de afeto, há uma cena em que uma religiosa dá recomendações a Sébastien sobre como deve se relacionar com o pai nesse momento delicado: "Diga-lhe que o ama. Diga-lhe isso. E toque-o". Em suma, esse processo de adoecimento e morte no Ocidente não é visto com naturalidade, mas sim como um processo que envolve diversas perdas e gera sofrimento não apenas para o paciente, mas para todos os envolvidos.

Grande parte dos comportamentos socialmente aceitos em uma cultura é aprendida por meio de regras (*e.g.*, conselhos, leis, julgamentos de valor, histórias, provérbios, mitos, relatos de tradições e do folclore, músicas). Regras ou instruções são estímulos verbais que descrevem ou especificam relações de contingência, isto é, relações de dependência entre eventos ambientais ou entre eventos ambientais e comportamentos (Baum, 1994/2018; Skinner, 1974/2004). As diferentes funções das regras no contexto da saúde são um aspecto relevante no que se refere ao processo de adoecimento e de morte. Uma das regras que pode ser observada na trama em discussão é a de que, antes de morrerem, as pessoas devem encontrar um sentido para a sua vida, e outra regra relacionada a esta é a de que uma vida com sentido/valor deve ser produtiva e envolve necessariamente um legado. Em outras palavras, conforme ilustra o diálogo a seguir, o homem deve deixar a sua marca antes do fim da vida:

Rémy: Se eu tivesse ao menos sido capaz de escrever...

Nathalie: Nunca escreveu nada?

Rémy: Alguns artigos sem importância...

Nathalie: O que gostaria de ter escrito?

Rémy: O Arquipélago Gulag, o Sistema Periódico...

Nathalie: Acha que estaria nesse nível?

Rémy: Nunca.

Nathalie: Então?

Rémy: Pelo menos teria tentado, deixado uma marca. É importante ter sucesso em alguma coisa nessa vida... Mesmo em nossa própria medida, saber que fizemos o possível, o melhor que podíamos. Tenho certeza de que isso torna a morte mais tranquila... Mas fracassei em tudo...

Nathalie: Talvez... Mas pelo menos tem consciência disso. Há tantos professores satisfeitos que são insuportáveis... Não conheço sua filha, mas Sébastien não é bem um fracassado.

Rémy: Não tenho nenhum mérito nisso.

Nathalie: Não pode dizer isso. Não se sabe.

Observa-se, a partir desse trecho, que a regra de que uma vida com sentido/propósito deve ser produtiva específica que a pessoa deve se engajar em comportamentos (*e.g.*, escrever um livro, casar-se, ter filhos, bom desempenho em atividades artísticas e/ou esportivas, atividades de caridade que tenham impacto social) que levem ao cumprimento de resultados/objetivos socialmente estabelecidos (consequências) e, uma vez que sejam atingidos esses critérios, há também um reconhecimento social (consequência) que pode contribuir para um efeito de maior serenidade diante da aproximação da morte. Por outro lado, os efeitos podem ser de angústia, culpabilização, desapontamento, frustração e arrependimento caso haja uma avaliação, por parte do indivíduo, ao fim da vida, de que suas escolhas não produziram esses resultados, como foi o caso de Rémy no diálogo exposto acima.

Rémy, no filme, apresenta suas reflexões sobre as escolhas que fez ao longo da vida e demonstra grande arrependimento por acreditar que não atingiu todo o seu potencial. A sua avaliação negativa é fortalecida pela crítica do filho em relação aos seus casos extraconjugais e pela discriminação de que a sua competência profissional não foi reconhecida na universidade em que trabalhava e tampouco ele foi valorizado como pessoa no momento de seu afastamento por ter adoecido.

Rémy: Fiz doutorado com Locken e Donaldson, em Berkeley, dois futuros prêmios Pulitzer. Não sei se eram melhores que eu, só sei que eram americanos. Então voltei para cá, comecei a ensinar, me casei e depois... Nada mais...

Sébastien: Estava muito ocupado com seus casos.

Rémy: Não tiveram grande alcance, como você mesmo diz. O que me faltou foi exceder as medidas, entende? Exceder! No fim das contas, tudo o que tive foram encontros lamentáveis em apartamentos mal aquecidos de Mont Royal. Fui substituído com dois dias de aviso por uma professora não titular. O reitor esqueceu-se de se despedir de mim. A secretária mais simples que vai parir tem direito a um bolo.

As regras, portanto, especificam o que se deve fazer, em quais condições se deve fazer e quais serão as prováveis consequências (Skinner, 1986/1996). Apesar de seu papel facilitador na aquisição de repertórios, as regras muitas vezes podem ser inacuradas, isto é, incoerentes em relação às contingências em vigor ou podem ser excessivamente simplórias, negligenciando a complexidade de determinadas contingências, o que pode favorecer o estabelecimento de repertórios comportamentais pouco adaptativos ao se seguirem essas regras. Ademais, quando há uma mudança nas contingências, de modo que determinada regra não corresponda mais às contingências em vigor, o comportamento governado por regras pode permanecer de acordo com a regra, levando mais tempo para se adaptar às novas contingências do que o comportamento diretamente modelado pelas contingências de reforço e punição (*e.g.*, Paracampo, Souza, Matos & Albuquerque, 2001;

Rosenfarb, Newland, Brannon & Howey, 1992). Assim, embora as regras facilitem a aquisição, podem favorecer a insensibilidade do comportamento a mudanças nas contingências. No contexto da saúde, algumas regras inacuradas podem influenciar os comportamentos tanto da equipe, quanto de familiares e do próprio paciente.

De acordo com Sales et al. (2008), a maioria dos profissionais de saúde tem como referencial de êxito curar doenças e salvar vidas. Assim, principalmente no caso da formação em medicina, o foco costuma ser a cura, de modo que a morte é considerada por muitos um fracasso.

Essa regra pode contribuir para comportamentos da equipe pouco sensíveis às contingências, isto é, a equipe pode ficar insensível às necessidades do paciente naquele momento, tomando decisões características da obstinação terapêutica e, negligenciando, assim, aspectos fundamentais dos cuidados paliativos, como o controle de sintomas físicos e o bem-estar do paciente. Como aponta Kübler-Ross (1969/1996), não é fácil para a equipe mudar o foco para os cuidados paliativos e centrar-se no fato de que os doentes e seus familiares têm direitos e necessidades que devem ser satisfeitos independente do resultado final em relação à cura.

Uma regra que se relaciona à do foco na cura é a de que "se não há mais a possibilidade de cura, não há nada a ser feito". Nesse caso, é possível que muitos profissionais de saúde inclusive evitem determinadas áreas de atuação em que os cuidados paliativos são frequentemente necessários, tendo em vista a regra de que seu trabalho não teria muito a contribuir em uma situação em que a cura não é possível. O INCA (2002) ressalta a importância de que os profissionais de saúde se tornem cientes de sua limitação, deixando de pensar a finitude como um fracasso, uma vez que a qualidade de vida, o alívio da dor e do sofrimento também são metas da medicina a que a equipe deve estar sensível.

Para a família e para o próprio paciente, entrar em cuidados paliativos pode significar que a equipe deixará completamente o tratamento e abandonará o paciente, deixando-os desamparados até a chegada da morte. Essa regra pode levar paciente e familiares a adotarem uma postura resistente diante da equipe que propõe a adoção de cuidados paliativos. Além disso, outra regra comumente observada nesse contexto é a de que a vida deve ser preservada a todo custo, o que também contribui para uma maior resistência à proposta dos cuidados paliativos, que são erroneamente classificados como uma forma de restrição dos cuidados adequados ao paciente, de forma a abreviar sua vida. A partir dessa regra, para a família, aceitar os cuidados paliativos significaria desistir do paciente, o que poderia gerar culpa e dúvida sobre a possibilidade de obter um resultado diferente caso os tratamentos com objetivos curativos fossem mantidos. Dessa maneira, uma compreensão mais acurada tanto do prognóstico quanto do significado de cuidados paliativos pode alterar as metas do tratamento e as expectativas dos profissionais e familiares, levando, portanto, a um cuidado mais efetivo e adequado às necessidades reais dos pacientes (Steinhauser et al., 2001; Wolfe et al., 2002).

Nesse contexto das regras, há também os julgamentos de valor, definidos por Baum (1994/2018) como regras (estímulos verbais) que descrevem relações últimas que são sociais, ou seja, julgamentos de valor são o comportamento verbal que envolve as noções de "bom" e "mau", de "certo" e "errado". Um aspecto extremamente relevante é que a cultura ensina as pessoas a valorizarem determinados ideais, símbolos e padrões. A socialização de valores ocorre quando um indivíduo recebe aprovação contingente a comportamentos considerados socialmente aceitos (reforçamento) e censura contingente a comportamentos inaceitáveis (punição). Há, portanto, um condicionamento social que favorece que a maioria das pessoas se comporte de acordo com os valores da comunidade (Pierce & Epling, 1997). Dessa maneira, reforços sociais, bem como estímulos aversivos contingentes a determinadas maneiras de se comportar em relação ao adoecimento e à possibilidade concreta da morte próxima caracterizam os padrões estabelecidos por uma cultura quanto aos papéis⁴ que devem ser desempenhados em relação ao fim da vida, assim como o que é valorizado socialmente no que se refere aos comportamentos de pessoas que convivem com pacientes nessa situação.

4. Neste trabalho, a expressão "papéis" é utilizada em termos de repertórios ou padrões comportamentais socialmente estabelecidos.

Baum (1994/2018) aponta que a Análise do Comportamento aborda valores enfocando o que as pessoas fazem e dizem a respeito de objetos e atividades considerados “bons” ou “maus”, “certos” ou “errados”. Skinner (1971/2002, 1986/1996) propôs uma regra prática sobre o “bom” e o “mau”. Segundo o autor, valores são definidos por duas características: o efeito das consequências produzidas por um comportamento sobre esse mesmo comportamento e o sentimento que acompanha esse efeito. De acordo com a consequência, o efeito pode ser de fortalecimento ou enfraquecimento do comportamento que a produziu. Os sentimentos, por sua vez, simplificada, são classificados como agradáveis ou desagradáveis. Consequências que geram efeito fortalecedor e sentimentos agradáveis são, em geral, consideradas boas; enquanto as que produzem efeito enfraquecedor e sentimentos desagradáveis são frequentemente consideradas más. Portanto, de maneira geral, as consequências chamadas boas são reforçadores positivos, e as más são punitivas/reforçadores negativos, assim como atividades consideradas boas são reforçadas, enquanto as consideradas más são punidas. Em geral, portanto, são boas: a presença da consequência reforçadora positiva, a ausência da reforçadora negativa e os sentimentos agradáveis que as acompanham. Diferentemente, são más: a presença da consequência punitiva, a ausência da reforçadora positiva e os sentimentos desagradáveis que acompanham essas consequências (Abib & Dittrich, 2004; Skinner, 1971/2002, 1986/1996).

Dessa maneira, para exemplificar, no caso do filme, diante da reivindicação do pai de permanecer no Canadá próximo dos amigos até a realização do procedimento de eutanásia, Sébastien aceita seu pedido e convida os amigos do pai para acompanharem-no em seus últimos dias de vida. Os amigos atendem à solicitação do rapaz, Rémy passa a ter companhia e todos reconhecem os esforços do filho em respeitar as escolhas do protagonista nesse momento (consequências reforçadoras positivas). Supõe-se que essas consequências produziram como efeito sensações de satisfação e dever cumprido em relação aos cuidados com o pai. De uma contingência como essa, pode resultar o valor de que o certo é que um filho deve fazer tudo para atender às vontades de seu pai doente e, portanto, Sébastien seria considerado um bom filho. Contudo, se a consequência contingente ao comportamento de atender ao pedido do pai, abrindo mão do tratamento mais sofisticado no exterior e aceitando a eutanásia, fosse a crítica dos amigos de Rémy afirmando que o filho deveria ter feito tudo que estava ao seu alcance para proporcionar ao pai o que usualmente seria considerado o melhor tratamento (consequência punitiva), mesmo que isso significasse contrariar o desejo do pai, os sentimentos gerados poderiam ser culpa e arrependimento. Nesse caso, resultaria o valor de que é preciso tentar preservar a vida a qualquer custo e, nesse contexto, Sébastien seria considerado um mau filho.

Outro conceito importante no que se refere ao nível cultural é o de agências controladoras, descrito por Skinner (1953/2003) ao tratar do comportamento de pessoas em grupo. Essas agências são mais organizadas do que o grupo como um todo e manipulam conjuntos específicos de variáveis de forma a obter um efeito sobre os indivíduos do grupo. Skinner apontou governo, religião, economia, educação e psicoterapia como exemplos de agências de controle. No que se refere à religião, o controle deriva de uma suposta conexão com o sobrenatural. A descrição do que é o Céu e o Inferno pode variar de cultura para cultura, mas envolve sempre reforçadores poderosos. Nesse contexto, o comportamento é classificado como “moral” e “imoral”, “virtuoso” e “pecaminoso”, “bom” e “mau”. O alcance do poder da agência religiosa depende do grau de eficiência do condicionamento de certos reforçadores verbais, em especial a promessa do Céu e a ameaça do Inferno. Dessa forma, o risco de perder o acesso ao Céu (ausência da consequência reforçadora positiva) ou a condenação ao Inferno (consequência punitiva) é contingente ao comportamento pecaminoso, já o comportamento virtuoso seria seguido da promessa de chegar ao Céu (consequência reforçadora positiva) ou alívio do perigo da eternidade no Inferno (retirada da consequência punitiva). A punição do comportamento pecaminoso gera uma condição aversiva, muitas vezes descrita como “sentimento de pecado”. A expiação ou absolvição dos pecados é mecanismo de fuga dessa condição, o que se configura como reforço poderoso para o comportamento virtuoso. Assim sendo, a bênção eterna ou a condenação na vida por vir depende apenas do indivíduo. O controle sobre o fiel se dá não pela manipulação das contingências de reforço, mas ao tornar certas contingências reais ou alegadas mais eficientes.

No filme, há uma personagem que traz à tona a dimensão da religião: irmã Constance, uma religiosa que fazia visita aos pacientes do hospital em que Rémy estava internado. O paciente e Constance conversam sobre religião e o que acontece após a morte em diferentes momentos da trama. Na maioria das vezes, um tenta convencer o outro a respeito de seu ponto de vista.

Há uma ocasião em que a irmã fala para Rémy sobre a importância da conversão religiosa para que ele possa ser salvo e ir para o Céu. Entretanto, o paciente responde que não gostaria de passar a eternidade tocando harpa para Deus, pois para ele seria mais divertido ir para o Inferno, uma vez que permaneceria na companhia dos amigos. Nesse caso, é relevante comentar a possível influência de outras variáveis na perspectiva de Rémy, por exemplo, ele pode ter crescido em uma família que não compartilhava desses valores religiosos e também, pelo comentário que ele fez a respeito dos amigos, os quais o acompanhariam no inferno, o grupo social ao qual ele pertence aparentemente tem como aversiva a ideia tradicional que se faz do Céu. Assim, apesar de o acesso ao Céu se caracterizar como um poderoso reforçador que controla o comportamento de muitos indivíduos na cultura Ocidental, para Rémy, essa consequência não produz mudança em seu comportamento.

Em outra situação, Rémy, com o objetivo de pôr à prova a fé da irmã Constance, cita diversos fatos negativos sobre a história da Igreja Católica, como o genocídio de índios na ocasião da colonização das Américas, a qual envolveu o apoio da Igreja Católica. Em resposta, a irmã diz:

Irmã: Se o que diz é verdade e tudo não passa de uma série de crimes abomináveis, essa é uma razão a mais para existir alguém que possa nos perdoar, é o que penso.
Rémy: Você tem sorte.

Pela resposta de Rémy, observa-se que, mesmo afirmando não acreditar nos valores religiosos, ele reconhece a função que a crença na salvação pode ter no contexto da aproximação da morte. Ao contrário do sentimento de angústia e incerteza por ele experimentados nos momentos finais de sua vida, aqueles cujos comportamentos ficam sob controle da regra "fé inabalável na vida eterna no paraíso" provavelmente encaram a terminalidade da vida com mais serenidade e menos receios sobre o que está por vir e, além disso, sabem como devem se comportar para obter tal resultado, como exemplifica uma cena do filme em que Rémy deixa o hospital para passar seus últimos dias na casa do amigo na beira do lago. A irmã se despede dele beijando sua mão e diz: "Aceite o mistério. Se aceitar o mistério, será salvo".

Por fim, considerando os fatores acima expostos, é possível fazer uma análise funcional da escolha de Rémy por passar seus momentos finais na casa do amigo na beira de um lago, acompanhado de seus entes queridos. Como antecedentes, consideram-se a ocasião do adoecimento sem possibilidade de tratamento curativo, a iminência da morte e a regra de que "a vida deve ter um sentido". Algumas das consequências da escolha do protagonista foram: afastamento do ambiente hospitalar impessoal e desconfortável, acolhimento em um ambiente familiar e aconchegante, aproximação com o filho, contato reforçador com os amigos que não encontrava há tempos e conversas sobre momentos importantes que viveram juntos. Dessa forma, observa-se que o personagem passa a ficar menos sob controle da regra de que o sentido da vida está relacionado com produtividade, e parece encontrar um propósito para sua existência ao discriminar, a partir do contato com os amigos e familiares, a importância de ter criado vínculos de amor e amizade sinceros e duradouros, os quais foram essenciais para o enfrentamento da experiência de aproximação da morte. Essa reflexão é exemplificada quando Rémy se despede dos amigos antes de se submeter à eutanásia:

Rémy: Foi um prazer viver na companhia de vocês, queridos amigos. É o sorriso de vocês que levo comigo.
Nathalie: Foi um privilégio conhecê-lo.
Rémy: O prazer foi todo meu.

Os últimos contatos de Rémy com os filhos também contribuíram para a conclusão de que sua vida teve sentido ao levá-lo a reavaliar seu desempenho no papel de pai, o que ele demonstrou ser uma fonte de arrependimento e culpa ao longo do filme. Primeiro, ele se despede do filho:

Rémy: Estou com medo.

Sébastien: Faremos o que quiser. Você decide (Pai e filho se abraçam e encostam as testas).

Rémy: Sabe o que lhe desejo? Que tenha um filho como você.

Depois, recebem a última mensagem em vídeo enviada do Oceano Pacífico pela filha:

Sylvaine: Não o vejo há muito tempo, pai querido, meu papai, meu papi... Sentirei sua falta por toda a minha vida. Sou uma mulher feliz, encontrei o meu lugar. Não sei como fez, mas conseguiu me transmitir seu apetite pela vida. Você e mamãe fizeram filhos muito fortes. Acho que é um milagre. Sabe, o primeiro homem na vida de uma garota é o seu pai. Para mim você sempre será...

Verifica-se, portanto, que, embora tenham surgido várias regras sobre como se deve lidar com a proximidade da morte ao longo do processo de adoecimento de Rémy, o comportamento do protagonista em seus momentos finais foi muito sensível às consequências reforçadoras por ele valorizadas naquela ocasião, e as pessoas que com ele conviviam se mobilizaram para proporcionar-lhe contato com esses reforçadores.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse capítulo teve como objetivo promover reflexões sobre o processo de adoecimento e morte à luz da Análise do Comportamento por meio da história retratada no filme "As Invasões Bárbaras". Apesar das influências de cada contexto histórico e cultural, bem como das limitações filogeneticamente determinadas (como a impossibilidade de cura para certas doenças), cada indivíduo considera alguns aspectos como fundamentais para a sua qualidade de vida, os quais podem ser muito particulares (Kovács, 1998). Outros filmes, como "A Culpa é das Estrelas" (2014), "Doce Novembro" (2001), "Biotiful" (2010), "Amor" (2012), "O Escafandro e a Borboleta" (2007), "Lado a Lado" (1999) e "Minha Vida sem Mim" (2003) também discutem o adoecimento e a aproximação da morte em contextos diferentes. "Menina de Ouro" (2005) e "Mar Adentro" (2004) são também sugestões de filmes que envolvem discussões sobre a eutanásia.

Quando se pensa em atender às necessidades e aos desejos de pacientes com doenças fora de possibilidades curativas atuais, é imprescindível a realização de cuidados paliativos adequados. Adiciona-se a isso a importância de um diagnóstico rápido para tomar decisões em relação ao tratamento e oferecer opções ao paciente. O filme retrata, de maneira muito semelhante à situação da saúde pública brasileira, fila de espera de até um ano para conseguir resultados de exames, hospital com aparelhos antiquados e com infraestrutura inadequada, tratamento impessoal por parte da equipe, todos fatores incompatíveis com o oferecimento de cuidados paliativos de qualidade⁵. Kübler-Ross (1999/2003) aponta que, quando se trabalha com pacientes terminais, a prioridade é o conforto físico e a ausência de dor. Segundo a autora, os cuidados com as necessidades físicas do paciente devem vir antes de qualquer apoio emocional, de qualquer ajuda espiritual ou de qualquer outro aspecto relevante. Ela afirma que é muito difícil ajudar emocional, psicológica ou espiritualmente um paciente à beira da morte se ele estiver sentindo muita dor ou se estiver dopado ou sedado a ponto de não conseguir mais se comunicar. Portanto, o ideal é que os pacientes recebam terapia adequada para controle da dor, mas, ao mesmo tempo, tenham sua consciência preservada até a hora da morte sempre que possível. O controle de sintomas é pré-requisito para o apoio emocional e contribui para um maior bem-estar geral da pessoa no fim da vida e para uma maior tranquilidade da família. No filme em análise, o manejo da dor de Rémy foi tratado como um aspecto prioritário, o que lhe possibilitou tomar decisões importantes sobre como

5. No Brasil, o Ministério da Saúde criou o "Programa Melhor em Casa", o qual faz parte do Sistema Único de Saúde (SUS), e oferece um serviço multidisciplinar de atenção domiciliar humanizada, que envolve ações de promoção à saúde, prevenção e tratamento de doenças, reabilitação e cuidados paliativos. Nesse caso, as ações de saúde são realizadas na própria casa do paciente, de modo a possibilitar cuidados hospitalares de qualidade no lar de quem se enquadra nos critérios estabelecidos pelo Programa. A proposta é que o paciente, assim como apresentado no filme em discussão, exerça uma função mais ativa em seu processo de tratamento, deixando de constituir apenas objeto de intervenção da equipe de saúde (Manual Instrutivo do Melhor em Casa, 2015).

gostaria que fossem os últimos momentos de sua vida. Ressalta-se que o foco no manejo da dor se deu por iniciativa do filho de Rémy e não por fazer parte do protocolo de cuidados do hospital para pacientes fora de possibilidade de tratamento curativo atual.

É relevante comentar que o filme se apresenta como um modelo de como um paciente pode assumir uma posição ativa em seu processo de morrer, assim como familiares e amigos podem demonstrar comportamento de sensibilidade às necessidades do paciente diante da aproximação da morte. Rémy demonstrou facilidade para discriminar e expressar o que era importante para ele naquele momento; seus questionamentos sobre as decisões em relação ao tratamento; além de suas reflexões a respeito da morte, com o medo e o receio que elas lhe traziam. A família e os amigos, por sua vez, mesmo que nem sempre concordassem com as escolhas do protagonista, atendiam a seus pedidos, na medida do possível, e exerciam função de audiência para suas análises sobre viver e morrer. Entretanto, destaca-se que, possivelmente, essa não é a realidade de muitos pacientes e familiares diante da aproximação da morte, uma vez que comumente são encontradas dificuldades para tratar de questões relacionadas ao morrer, conforme foi exemplificado por algumas regras discutidas no tópico anterior, como a de que se deve lutar pela vida a qualquer custo e a de que qualquer opção diferente da cura significa uma derrota.

Faz-se relevante comentar que não se pode ajudar um paciente em fase terminal sem considerar devidamente sua família. O papel desempenhado pelos familiares durante o período da doença e as reações destes contribuem muito para a própria reação do paciente (Kübler-Ross, 1969/1996). Frequentemente observa-se sobrecarga de alguns membros da família, os quais ficam responsáveis por cuidar do doente e resolver questões práticas, como casa/apartamento, seguro, conta no banco, plano de saúde e, além de tudo, precisam lidar com o sofrimento decorrente do contato com a degradação da saúde do ente querido. No filme, inicialmente, os cuidados de Rémy estavam todos sob a responsabilidade da ex-esposa, que depois passou a dividi-los com o filho, e contou, ainda, com o suporte social de amigos. Salienta-se que, embora todos tenham desempenhado funções ativas ao lidar com a aproximação da morte, o filme não retrata nenhuma disponibilidade, no contexto do tratamento, de assistência psicológica especializada com foco na preparação para enfrentar essa experiência. Havia apenas algumas intervenções religiosas padronizadas pouco aprofundadas, que não consideravam a individualidade dos pacientes, a exemplo de uma situação em que a religiosa ofereceu a comunhão para um paciente que não era cristão.

Ainda no que se refere a dificuldades observadas em relação à assistência a pacientes fora de possibilidade de tratamento curativo atual, Contro et al. (2004) enfatizam o aspecto estressante desse tipo de cuidado. Em seu estudo, profissionais de diferentes áreas envolvidos no tratamento de pacientes em cuidados paliativos referiram que se sentem pouco preparados para se comunicarem com pacientes e seus familiares sobre questões relacionadas ao fim da vida e sobre a transição para os cuidados paliativos. Além disso, sentem-se inexperientes no manejo da dor e de outros sintomas, descrevendo situações em que a dor poderia ter sido mais bem controlada. Esses profissionais apontaram que suas maiores dificuldades ao cuidar desses pacientes é lidar com o próprio sofrimento e a falta de suporte para tal. Afirmaram ainda que sentem falta de um espaço para reflexão e discussão a respeito das perdas. Assim, os autores concluem que a falta de treinamento e competência no manejo de sintomas e em habilidades de comunicação pode exacerbar o estresse dos membros da equipe e afetar a qualidade do tratamento. Ademais, destacam a necessidade de suporte psicossocial não só para pacientes e familiares, mas também para a equipe, uma vez que, para os profissionais de saúde, também é difícil lidar com a morte.

Em adição, a despeito de reconhecer-se a enorme importância de que os profissionais responsáveis pelos cuidados paliativos trabalhem em equipes multidisciplinares, há necessidade de mais interação entre membros de diferentes áreas, tendo em vista a grande complexidade inerente ao tema e o aspecto estressante do cuidar quando já não há chances realísticas de cura (Solomon et al., 2005). A partir dessas reflexões, fica evidente a importância de que a transformação na maneira de lidar com a morte comece com mudanças na formação dos profissionais de saúde.

Originalmente, as Invasões Bárbaras designam as migrações de vários povos germânicos para os domínios do Império Romano. Essas invasões foram apontadas como variável importante para a crise do Império. Os romanos denominavam "bárbaros" povos estrangeiros, que não falavam latim, não seguiam os costumes romanos e não participavam de sua civilização. No filme em análise, a expressão "Invasões Bárbaras" é utilizada metaforicamente para se referir à invasão do corpo

saudável pela doença, impondo transformações e culminando na crise da existência de Rémy. O diagnóstico de uma doença fora de possibilidade de tratamentos curativos atuais traz a percepção de que tudo aquilo que era seguro e bem conhecido desaparece, sendo substituído por medo, incerteza, caos e solidão; assim, o paciente, bem como sua família, depara-se com a vulnerabilidade da vida e com o fato de que é impotente diante da aproximação da morte (Beltrão, Vasconcelos, Pontes & Albuquerque, 2007; Björk et al., 2005; Cardoso, 2007; Rabineau, Mabe & Veja, 2008; Santos & Gonçalves, 2008).

Em conclusão, o filme retrata o processo de escolha de Rémy pela eutanásia ao se deparar com uma condição de adoecimento incurável. Foi possível analisar aspectos filogenéticos, ontogenéticos e culturais que influenciaram sua decisão pelo que considerou uma morte digna. A trama contribui para que o público, ao se colocar no lugar de Rémy, também se questione e reflita sobre como seria seu comportamento em situação semelhante: o que seria necessário, quais seriam suas prioridades, quais seriam suas escolhas em busca de um fim com dignidade. Em última instância, o filme propõe o questionamento da vida como um valor absoluto e confronta o espectador com a contingência enigmática da morte.

REFERÊNCIAS

- Abib, J. A. D., & Dittrich. (2004). O sistema ético skinneriano e consequências para a prática dos analistas do comportamento. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 17, 427-433. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722004000300014>
- Amenábar, A. (Diretor), Amenábar, A., & Bovaira, F. (Produtores). (2004). *Mar adentro* [DVD]. Espanha: Sogepaq.
- Bandeira, L. C. C. (2010). A morte e o culto aos ancestrais nas religiões afro-brasileiras. *Último Andar: Caderno de Pesquisas em Ciências da Religião*, 19, 33-39. Disponível em <https://revistas.pucsp.br/ultimoandar/article/view/13304>
- Baum, W. M. (1994/2018). *Compreender o Behaviorismo: Comportamento, cultura e evolução* (M. T. A. Silva, M. A. Matos, & G. Y. Tomanari, trads.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582715239
- Beltrão, M. R. L. R., Vasconcelos, M. G. L., Pontes, C. M., & Albuquerque, M. C. (2007). Câncer infantil: Percepções maternas e estratégias de enfrentamento frente ao diagnóstico. *Jornal de Pediatria*, 83, 562-566. ISSN: 0021-7557. Disponível em <https://www.redalyc.org/pdf/3997/399738152014.pdf>
- Björk, M., Wiebe, T., & Hallström, I. (2005). Striving to survive: families' lived experiences when a child is diagnosed with cancer. *Journal of pediatric oncology nursing: official journal of the Association of Pediatric Oncology Nurses*, 22(5), 265-275. <https://doi.org/10.1177/1043454205279303>
- Boone, J. (Diretor), Bowen, M., & Godfrey, W. (Produtores). (2014). *A culpa é das estrelas* [DVD]. Estados Unidos: 20th Century Fox.
- Cabrera, H. A. (2010). *Eutanásia: Direito de morrer dignamente*. Dissertação de mestrado, Centro Universitário FIEO, Osasco, SP. Disponível em <https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/22837>
- Caputo, R. F. (2008). O homem e suas representações sobre a morte e o morrer: Um percurso histórico. *Saber acadêmico*, 6, 73-80. ISSN 1980-5950. Disponível em https://uniesp.edu.br/sites/_biblioteca/revistas/20180403124306.pdf
- Cardoso, F. T. (2007). Câncer infantil: Aspectos emocionais e atuação do psicólogo. *Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar*, 10 (1), 25-52. <https://doi.org/10.57167/Rev-SBPH.10.123>
- Chiesa, M. (1994/2006). *Behaviorismo Radical: A filosofia e a ciência* (C. E. Cameschi, trad.). Brasília: IBAC – Celeiro. ISBN não disponível
- Coixet, I. (Diretor), & Almodóvar, P. (Produtor). (2003). *Minha vida sem mim* [DVD]. Espanha/Canadá: El Deseo S.A.
- Columbus, C. (Diretor), & Columbus, C. (Produtor). (1999). *Lado a lado* [DVD]. Estados Unidos: Columbia Pictures.
- Contro, N. A., Larson, J., Scorfield, S., Sourkes, B., & Cohen, H. (2004). Hospital staff and family perspectives regarding quality of pediatric palliative care. *Pediatrics*, 114, 1248-1252. <https://doi.org/10.1542/peds.2003-0857-L>

- Eastwood, C. (Diretor), Eastwood, C., Ruddy, A. S., Rosenberg, T., & Haggis, P. (Produtores). (2005). *Menina de ouro* [DVD]. Estados Unidos: Warner Bros.
- Giacoaia, O. J. (2005). A visão da morte ao longo do tempo. *Revista Medicina*, 38, 13-19. <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.v38ilp13-19>
- Glenn, S. S. (1991). Contingencies and metacontingencies: Relations among behavioral, cultural, and biological evolution. Em P. A. Lamal (Ed.), *Behavioral Analysis of Societies and Cultural Practices* (pp. 39-73). New York: Hemisphere Publishing Corporation. ISBN: 978-1560321231
- Glenn, S. S. (2004). Individual behavior, culture and social change. *The Behavior Analyst*, 27, 133-151. <https://doi.org/10.1007/BF03393175>
- Goldman, A. (1998). ABC of palliative care: Special problems of children. *British Medical Journal (Clinical research ed.)*, 316, 49-52. <https://doi.org/10.1136/bmj.316.7124.49>
- Goldman, A., Beardsmore, S., & Hunt, J. (1990). Palliative care for children with cancer – Home, hospital or hospice? *Achieves of Disease in Childhood*, 65, 641-643. <https://doi.org/10.1136/ad.65.6.641>
- Haneke, M. (Diretor), Ménégos, M., Arndt, S., Heiduschka, V., & Katz, M. (Produtores). (2012). *Amor* [DVD]. Áustria/França/Alemanha: Canal +.
- Iñarritu, A. G. (Diretor), Iñarritu, A. G., Cuarón, C., & del Toro, G. (Produtores). (2010). *Biutiful* [DVD]. México/Espanha: Paris Filmes.
- Instituto Nacional de Câncer (2002). Cuidados paliativos oncológicos: Controle de sintomas – Condutas do INCA/MS. *Revista Brasileira de Cancerologia*, 48, 191-211. <https://doi.org/10.32635/2176-9745.RBC.2002v48n2.2245>
- Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Coordenação de Prevenção e Vigilância (2014). Incidência de câncer no Brasil – Estimativa 2014. ISBN 978-8573182378
- Kardec, A. (1865/1994). *O céu e o inferno* (M. J. Quintão, trad.). Rio de Janeiro: FEB. ISBN não disponível.
- Kovács, M. J. (1992). *Morte e desenvolvimento humano*. São Paulo: Casa do Psicólogo. ISBN 978-8585141219
- Kovács, M. J. (1998). Autonomia e o direito de morrer com dignidade. *Revista Bioética*, 6(1), 61-69. Disponível em https://revistabioetica.cfm.org.br/revista_bioetica/article/view/326
- Kübler-Ross, E. (1969/1996). *Sobre a morte e o morrer* (T. L. Kipnis, trad.). São Paulo: Martins Fontes. ISBN 978-8533604963
- Kübler-Ross, E. (1999/2003). *O túnel e a luz: Reflexões essenciais sobre a vida e a morte*. São Paulo: Verus Editora. ISBN 978-8587795458
- Marçal, J. V. S. (2010). Behaviorismo Radical e prática clínica. Em A. K. C. R. de-Farias (Org.), *Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso* (pp. 30-48). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536321004
- Michael, J. (1982). Distinguishing between discriminative and motivational functions of stimuli. *Journal of Experimental Analysis of Behavior*, 37, 149-155. <https://doi.org/10.1901/jeab.1982.37-149>
- Michael, J. (1993). Establishing operations. *The Behavior Analyst*, 16, 191-206. <https://doi.org/10.1007/BF03392623>
- Miguel, C. F. (2000). O conceito de operação estabelecadora na Análise do Comportamento. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 16, 259-267. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722000000300009>
- Moore, J. (2007). *Conceptual foundations of Radical Behaviorism*. New York: Sloan Publishing. ISBN 978-1597380119
- O'Connor, P. (Diretor), Kastner, E., Reuther, S., Stoff, D., & Stoff, E. (Produtores). (2001). *Doce novembro* [DVD]. Estados Unidos: Warner Bros.

- Paracampo, C. C. P., Souza, D. G., Matos, M. A., & Albuquerque, L. C. (2001). Efeitos de mudanças em contingências de reforço sobre o comportamento verbal e não verbal. *Acta Comportamentalia*, 9, 31-55. Disponível em <https://revistas.unam.mx/index.php/acom/article/view/14632>
- Ministério da Saúde - MS (2015). *Manual Instrutivo do Melhor em Casa*. Disponível em http://189.28.128.100/dab/docs/geral/cartilha_melhor_em_casa.pdf
- Morin, E. (1988). *O Homem e a morte*. Lisboa: Publicações Europa-América. ISBN não disponível.
- Parry, C., & Chesler, M.A. (2005). Thematic evidence of psychosocial thriving in childhood cancer survivors. *Qualitative Health Research*, 15, 1055-1073. <https://doi.org/10.1177/1049732305277860>
- Pemberger, S., Jagsch, R., Frey, E., Felder-Puig, R., Gadner, H., Kryspin-Exner, I., & Topf, R. (2005). Quality of life in long-term childhood cancer survivors and the relation of late effects and subjective well-being. *Supportive Care in Cancer*, 13, 49-56. <https://doi.org/10.1007/s00520-004-0724-0>
- Peres, M. F. P., Arantes, A. C. L. Q., Lessa, P. S., & Caous, C. A. (2007). A importância da integração da espiritualidade e da religiosidade no manejo da dor e dos cuidados paliativos. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 34, 82-87. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000700011>
- Postovsky, S., & Arush, M. W. B. (2004). Care of a child dying of cancer: The role of the palliative care team in pediatric oncology. *Pediatric Hematology and Oncology*, 21(1), 67-76. <https://doi.org/10.1080/pho.21.1.67.76>
- Prata, P. R. (1992). A transição epidemiológica no Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 8(2), 168-175. <https://10.1590/S0102-311X1992000200008>
- Rodrigues, I. G. (2004). *Cuidados paliativos – Análise de conceito*. Dissertação de mestrado, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, SP. <https://10.11606/D.22.2004.tde-17082004-101459>
- Rosenfarb, I. S., Newland, M. C., Brannon, S. E., & Howey, D. S. (1992). Effects of self-generated rules on the development of schedule-controlled behavior. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 58, 107-121. <https://doi.org/10.1901/jeab.1992.58-107>
- Sales, A. A., Silva, M. R. B., Borgognoni, K., Rorato, C., & Oliveira, E. T. (2008). Cuidado paliativo: A arte de estar-com-o-outro de uma forma autêntica. *Revista Enfermagem UERJ*, 16, 174-179. Disponível em <https://busqueda.bvsalud.org/portal/resource/es/lil-501551>
- Santos, L. M. P., & Gonçalves, L. L. C. (2008). Crianças com câncer: Desvelando o significado do adoecimento atribuído por suas mães. *Revista de Enfermagem UERJ*, 16, 224-229. Disponível em <https://pesquisa.bvsalud.org/controlecancer/resource/pt/lil-501543>
- Rabineau, K. M., Mabe, P. A., & Vega, R. A. (2008). Parenting stress in pediatric oncology populations. *Journal of Pediatric Hematology/Oncology*, 30, 358-365. <https://10.1097/mpb.0b013e318168e76b>. PMID: 18458569.
- Schnabel, J. (Diretor), & Kennedy, K. (Produtor). (2007). *O escafandro e a borboleta* [DVD]. Estados Unidos/França: Miramax Filmes.
- Schramm, F. R. (2002). Morte e finitude em nossa sociedade: Implicações no ensino dos cuidados paliativos. *Revista Brasileira de Cancerologia*, 48, 17-20. <https://doi.org/10.32635/2176-9745.RBC.2002v48n1.2258>
- Skinner, B. F. (1953/2003). *Ciência e Comportamento Humano* (J. C. Todorov, & R. Azzi, Trans.). São Paulo: Martins Fontes. ISBN 978-8533619357
- Skinner, B. F. (1971/2002). *Beyond freedom and dignity*. New York: Knopf/Random House. ISBN 978-0872206274
- Skinner, B. F. (1974/2004). *Sobre o Behaviorismo* (M. da P. Villalobos, trad.). São Paulo: Cultrix.

- Skinner, B. (1981/2007). Seleção por conseqüências. *Revista Brasileira De Terapia Comportamental E Cognitiva*, 9(1), 129-137. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v9i1.150>
- Skinner, B. F. (1986/1996). *Upon further reflection*. New Jersey: Prentice Hall.
- Solomon, M. Z., Sellers, D. E., Heller, K. S., Dokken, D. L., Levetown, M., Rushton, C., Truog, R. D., & Fleischman, A. R. (2005). New and lingering controversies in pediatric end-of-life care. *Pediatrics*, 116, 872-883.
- Spúlveda, C., Marlin, A., Yoshida, T., & Ullrich, A. (2002). Palliative care: The World Health Organization's global perspective. *Journal of Pain and Symptom Management*, 24, 91-96.
- Steinhauser, K.E., Christakis, N.A., Clipp, E. C., McNelly, M., Granbow, Parker, J., & Tulsky, J. A. (2001). Preparing for the end of life: Preferences of patients, families, physicians and other care providers. *Journal of Pain and Symptom Management*, 22, 727-737.
- Todorov, J. C. (1989). A psicologia como estudo de interações. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 5, 325-347.
- Villas-Bôas, M. E. (2008). A ortotanásia e o Direito Penal brasileiro. *Revista Bioética*, 16, 61-83.
- Villasenor, R.L., & Concone, M. H.V.B. (2012). A celebração da morte no imaginário popular mexicano. *Revista Temática Kairós Gerontologia*, 15, 37-47.
- Wolfe, J., Klar, N., Grier, H.E., Duncan, J., Emanuel, E. J., & Weeks, J. C. (2000). Understanding of prognosis among parents of children who died of cancer: Impact on treatment goals and integration of palliative care. *The Journal of the American Medical Association*, 284, 2469-2475.
- Wolfe, J., Grier, H. E., Kar, N., Levin, S. B., Ellenbogen, J. M., Salem-Schatz, S., & Emanuel, E. J. (2002). Symptoms and suffering at the end of life in children with cancer. *The New England Journal of Medicine*, 342, 326-333.

III

"DIGA QUEM SOU" – RECONSTRUINDO MEMÓRIAS, RECRIANDO UMA VIDA: UMA ANÁLISE A PARTIR DA TEORIA DAS MOLDURAS RELACIONAIS

Alessandra Rocha de Albuquerque¹

Raquel Maria de Melo

Título do filme: Diga quem sou

Título original: "Tell who I am"

Ano de lançamento: 2019

Direção: Ed Perkins

Produção: Helena Lewis

Lançado por: Lightbox Production e Netflix

O documentário "Diga quem sou" é baseado no livro homônimo, *Tell Me Who I Am*, de autoria de Alex Lewis, Marcus Lewis e Joanna Hodgkin, os dois primeiros autores, personagens da história. Alex e Marcus são gêmeos idênticos, filhos de uma família aristocrática, nascidos nos arredores de Londres. A mãe (Jill) era uma mulher com muita vitalidade, que falava e ria alto. O pai (Jack Dudley), um homem austero, era descrito como alguém que gritava e esmurrava a mesa durante as refeições. A família morava em uma casa "gigantesca", mas os filhos viviam em uma cabana anexa e só podiam entrar na residência principal com a autorização dos pais e sob a supervisão deles. O documentário é dividido em três atos; o primeiro enfoca a história de Alex, o segundo a de Marcus e, por fim, os dois personagens se juntam no terceiro ato.

Aos 18 anos, Alex sofreu um grave acidente de moto que lhe causou perda de memória. Após três meses em coma, ao acordar no hospital, a única pessoa que ele reconheceu e sabia o nome era seu irmão, Marcus. Alex não reconhecia sua mãe nem mesmo se lembrava do próprio nome.

Ao retornar para casa, Alex ainda não reconhecia os familiares nem a casa onde morava. Os pais não sabiam lidar com ele e a mãe não acreditava que ele havia perdido a memória. A única pessoa que lhe ofereceu suporte foi Marcus, que foi lhe reensinando coisas mais básicas, como os nomes dos objetos, como preparar o café da manhã e se vestir e, posteriormente, coisas mais complexas, como andar de bicicleta.

Em pouco tempo, Alex se desenvolveu bastante e passou a questionar Marcus sobre temas mais pessoais, tentando descobrir "quem era ele". O irmão contava-lhe histórias de família e mostrava-lhe fotos, e Alex "juntava os pontos...e construía uma lembrança em torno delas de dois garotos felizes na praia". Deste modo, segundo Alex, "esses pequenos fragmentos construíram sua nova identidade". Neste processo, entendeu que formavam uma família feliz, com uma mãe afetuosa.

Quando eles tinham 27 anos, o pai faleceu de câncer e, 5 anos depois, a mãe teve o mesmo fim. Alex sofreu com sua morte, pois aprendeu a "amá-la" e ficou "próximo dela" após o acidente. O irmão, contudo, não demonstrou nenhum sentimento com a perda do pai e da mãe, o que causou certo estranhamento em Alex.

1. e-mail: arocha@p.ucb.br

Com a morte dos pais, os irmãos começaram a colocar a casa, repleta de objetos e lembranças, em ordem. Foi quando, então, se depararam com objetos estranhos que causaram bastante desconforto: um armário repleto de brinquedos eróticos; cartas de amor recebidas pela mãe, de homens influentes à época, supostamente seus amantes; presentes de aniversário embalados, encaminhados a eles por parentes, quando crianças e nunca entregues; e dinheiro, escondido em potes de geleia e nas barras das cortinas.

Neste processo, encontraram, certo dia, no fundo do armário da mãe, uma porta secreta que dava acesso a outro armário, o qual estava trancado. Ao abrirem esse armário, encontraram uma foto de ambos, aos 10 anos de idade, nus, com a parte do rosto cortada. Alex então questionou Marcus sobre terem sido abusados na infância, o que foi confirmado pelo irmão.

A descoberta dessa foto marca o fim do "círculo" criado por Marcus que, ao "reimplantar" a memória de Alex, "devolvendo-lhe a infância", omitiu e mentiu sobre suas vidas. Apesar da vergonha por mentir para seu irmão gêmeo, que confiava integralmente nele, avaliou que essa mentira era melhor do que a verdade sobre a mãe pedófila que abusou sexualmente dos filhos até os 14 anos de idade. Deste modo, Marcus acreditava ajudar o irmão e a si mesmo: "Alex perdeu a memória por acidente, e eu perdi a minha voluntariamente. E foi ótimo, me libertei. Consegui apagar tudo que ela fez para mim. Todo sofrimento que ela me causou e toda vergonha".

Após admitir que foram abusados, Marcus recusou-se a falar novamente no assunto e fornecer detalhes para o irmão. Alex, confuso, sem saber no que acreditar do que lhe fora contado (por Marcus), entrou em depressão. Nas palavras de Alex: "Construí minha vida em torno do que Marcus me deu... Reconstruí minha vida aos 18 anos do nada. Agora, tenho 32 e estou de volta onde estava, na estaca zero, de volta ao nada. Estou começando de novo, pela segunda vez".

A vida de ambos seguiu em frente, os irmãos escreveram um livro sobre essa história, se casaram, constituíram família e trabalham juntos. Marcus, contudo, ao longo de 20 anos, manteve-se firme no propósito de não deixar que essa história de vida o afetasse, então não forneceu nenhuma nova informação para o irmão, "trancou tudo em uma caixa de Pandora", como ele relata no documentário. Alex, na falta de mais informações, passou a vasculhar a casa dos pais e a buscar novas pistas, de forma obsessiva, para reconstruir sua própria história. Ainda assim, algumas questões permaneciam sem respostas, o que o perturbava.

A terceira e última parte do filme coloca Alex e Marcus frente a frente e dá a oportunidade a Marcus de se redimir com Alex, fornecendo ao irmão informações que só ele tem, dando-lhe a "última peça do quebra-cabeça". Eis, então, que Marcus finalmente revela detalhes ainda mais sórdidos sobre suas histórias de vida.

O presente capítulo tem por objetivo analisar a história de Alex a partir da perspectiva comportamental da linguagem e cognição. Para tanto, inicialmente, serão apresentadas três concepções de linguagem na Análise do Comportamento e, posteriormente, será feita uma análise do documentário a partir deste arcabouço teórico.

CONCEPÇÕES SOBRE A LINGUAGEM NA PERSPECTIVA DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

A linguagem tem sido sistematicamente estudada pela Análise do Comportamento desde 1957, quando Skinner publicou o livro "Comportamento Verbal". Desde então, a agenda de pesquisa empírica sobre o tema se desenvolveu, e novas propostas de compreensão da linguagem emergiram na área, com destaque para as pesquisas sobre *equivalência de estímulos* (Sidman, 1971; Sidman & Tailby, 1982) e a *Teoria das Molduras Relacionais* – RFT (*Relational Frame Theory*) (Hayes, Barnes-Holmes & Roche, 2001). A seguir, estas três propostas serão apresentadas de forma introdutória.

Linguagem como Operante Verbal: A Proposta Original de Skinner

A publicação do livro *Comportamento Verbal*, por Skinner (1957/2014), é um marco da contribuição da Análise do Comportamento para a compreensão de comportamentos complexos tipicamente humanos. Ao substituir o termo "linguagem" por comportamento verbal, Skinner enfatiza os comportamentos dos indivíduos, compreendidos de maneira funcional e interacional, superando a ideia de uma língua como algo existente dentro dos indivíduos (Hübner, Bortoloti, Almeida &

Cruvinel, 2013; Perez, 2022). Deste modo, a compreensão do comportamento verbal como um operante considera as condições antecedentes (motivação, estímulos discriminativos) e consequentes (reforços) que afetam a sua ocorrência (Rosales, Garcia, Garcia & Rehefeldt, 2020).

Contudo, diferentemente de outros operantes, que podem afetar direta e mecanicamente o ambiente, as consequências reforçadoras dos operantes verbais são mediadas por outras pessoas. Como ilustra o próprio Skinner (1957/2014), um indivíduo que precisa ter acesso ao sal para colocar na sua comida, pode alcançar o saleiro com suas próprias mãos; esta resposta, mecânica (pegar o sal), afeta diretamente o ambiente e, portanto, não é classificada como verbal. Contudo, se o saleiro estiver a uma distância não alcançável, o indivíduo pode pedir para que alguém passe o sal, o que afetaria o ambiente social (ouvinte) que mediará o acesso à consequência sal; esta resposta (pedir o sal) é classificada como verbal.

Skinner (1957/2014) denomina e define dois grandes grupos de operantes verbais, os de primeira ordem – mando, tato, ecoico, textual, ditado, cópia e intraverbal – e os de segunda ordem – autoclíticos. O Quadro 1 sintetiza e exemplifica os principais operantes verbais de primeira ordem. Dentre estes, alguns podem envolver relações formais entre a resposta e os estímulos antecedentes e outros relações temáticas entre as respostas e os estímulos antecedentes (última coluna do Quadro 1).

OPERANTE VERBAL	ANTECEDENTES	RESPOSTA	CONSEQUENTES	TIPO DE RELAÇÃO
ECOICO	Estímulo Verbal Falado	Falada	Reforço Generalizado	Formal (com similaridade)
	Marcus ensina a Alex nomes de objetos e pessoas que ele se esqueceu: "Ela é nossa mãe"	Alex repete: "mãe"	Marcus diz: "Isso mesmo".	A resposta "mãe" apresenta correspondência ponto a ponto com o estímulo "mãe" e tem a mesma modalidade (auditiva) deste
CÓPIA	Estímulo Verbal Escrito	Escrita	Reforço Generalizado	Formal (com similaridade)
	Marcus mostra para Alex a sua certidão de nascimento com os nomes dos pais escritos	Alex, olhando para a certidão, escreve em seu diário os nomes dos pais	Marcus diz: "Isso mesmo!"	Os nomes dos pais escritos por Alex apresentam correspondência ponto a ponto com os nomes escritos na certidão de nascimento e têm a mesma modalidade (visual) destes
DITADO	Estímulo Verbal Falado	Escrita	Reforço Generalizado	Formal (sem similaridade)
	Marcus fala um endereço para Alex: "Queen Elizabeth street"	Alex escreve: "Queen Elizabeth street"	Marcus diz: "Isso mesmo"	A resposta escrita "Queen Elizabeth street" apresenta correspondência ponto a ponto com o estímulo falado "Queen Elizabeth street", porém é de modalidade (visual) diferente deste (auditiva)
TEXTUAL	Estímulo Verbal Escrito	Falada	Reforço Generalizado	Formal (sem similaridade)
	Alex com seu registro de nascimento em mãos	Alex lê para Marcus: "Alex Lewis, mãe Jill Dudley"	Marcus diz: "Isso mesmo, esse é o seu nome e o nome de nossa mãe"	A resposta falada "Alex Lewis, mãe Jill Dudley" apresenta correspondência ponto a ponto com o que está escrito no registro de nascimento "Alex Lewis, mãe Jill Dudley", porém é de modalidade (auditiva) diferente deste (visual)
TATO	Estímulo Não Verbal (objetos, eventos, ações)	Falado, Escrito, Gestual	Reforço Generalizado	Temático

OPERANTE VERBAL	ANTECEDENTES	RESPOSTA	CONSEQUENTES	TIPO DE RELAÇÃO
	Vivências familiares traumáticas, foto dos dois nus quando crianças com o rosto cortado da foto	Marcus relata para Alex como seus pais os tratavam e confirma que sua mãe abusava sexualmente deles	Alex, ainda que chocado e triste, agradece ao irmão por contar a verdade para ele	A descrição das vivências com os pais feita por Marcus não apresenta correspondência ponto a ponto com as vivências em si.
INTRAVERBAL	Estímulos Verbais	Falado	Reforço Generalizado	Temático
	Alex pergunta a Marcus como era a sua vida antes do acidente	Marcus descreve	Alex agradece, pergunta mais	A resposta de Marcus não apresenta correspondência ponto a ponto com a pergunta feita por Alex
MANDO	Operações Estabelecedoras	Falado, Escrito, Gestual	Reforço Específico	Temático
	Pistas de que faltam informações na história contada por Marcus	Alex insiste para que Marcus conte a verdade	Marcus conta a verdade	A resposta de Alex não apresenta correspondência ponto a ponto com a constatação de que faltam informações na história contada por Marcus

Quadro 1. Operantes verbais de primeira ordem.

Controle formal refere-se à correspondência ponto a ponto entre as unidades da resposta e as do estímulo antecedente. Entre os operantes que envolvem controle formal estão o ecoico (operante verbal no qual uma resposta falada fica sob controle de um estímulo verbal antecedente falado), a cópia (onde uma resposta escrita fica sob controle de um estímulo verbal antecedente escrito), o ditado (uma resposta escrita fica sob controle de um estímulo verbal falado) e o textual (uma resposta falada fica sob controle de um estímulo verbal escrito). Em alguns casos, o controle formal também apresenta similaridade, ou seja, o estímulo antecedente e a resposta compartilham as mesmas propriedades sensoriais, como ocorre no comportamento ecoico (ambos auditivos/falados) e na cópia (ambos visuais/escritos). Nos operantes verbais ditado e textual, embora haja controle formal, não há similaridade, pois a resposta e os estímulos antecedentes têm propriedades diferentes. No caso do ditado, o estímulo antecedente é auditivo e a resposta (motora – escrever) resulta em um produto (estímulo) visual. No textual, por sua vez, o estímulo antecedente é visual/escrito e a resposta é auditiva/falada.

No controle temático, há relações funcionais entre estímulos e respostas verbais, porém não há correspondência ponto a ponto entre os elementos envolvidos. Nesse tipo de controle, a resposta é influenciada pelo estímulo antecedente como um todo, como ocorre nos operantes verbais mando (onde uma resposta – falada, escrita, gestual – fica sob controle de operações estabelecedoras antecedentes), tato (onde a resposta – falada, escrita, gestual – fica sob controle de estímulos não verbais) e intraverbal (onde a resposta falada fica sob controle de estímulos verbais) (Hübner et al., 2013; Skinner, 1957/2014).

Os autoclíticos, operantes verbais de segunda ordem, são definidos como operantes verbais que alteram a função de outros operantes verbais e, por conseguinte, modificam o efeito do operante verbal primário sobre o ouvinte (Hübner et al., 2013; Skinner, 1957/2014). Estes, por sua vez, podem incluir palavras, entonação de voz, expressões faciais e gestos. Por exemplo, nas frases “*seguramente* você é meu irmão” e “*suponho* que você não se lembra de Mary”, as palavras “seguramente” e “suponho” têm função de autoclítico e afetam diferencialmente o comportamento do ouvinte. Os autoclíticos podem ser de diferentes tipos: descritivos, mandos sobre o ouvinte, qualificativos, quantitativos, relacionais e manipulativos (Skinner, 1957/2014; Spatafora & Micheletto, 2024).

Apesar da importância e inovação da proposta skinneriana para a compreensão da linguagem, esta sofreu críticas dentro e fora da Análise do Comportamento as quais, de acordo com L. J. Hayes (2020), giram em torno, principalmente, de dois aspectos centrais: primeiro, “Skinner concentrou-se exclusivamente na ocorrência e nas características do comportamento do falante, negligenciando o do ouvinte” (p. 3), relegando a este o papel de mediador de consequências para o comportamento do falante. Segundo, “os estímulos passaram a ser entendidos como tendo propriedades funcionais e de objeto. Em sua maioria, os estímulos foram conceituados como objetos, que estavam ou não presentes em uma determinada circunstância... o problema era explicar o controle exercido pelos estímulos na sua ausência” (p. 4).

Com relação ao papel do ouvinte, Skinner (1957/2014) esclarece que para que o comportamento verbal seja reforçado, falante e ouvinte devem partilhar práticas culturais (verbais), ou seja, a língua. Tais práticas, como convenções sociais, envolvem relações arbitrárias e simbólicas entre estímulos. Por exemplo, as palavras falada e escrita “boneca” e o objeto boneca são estímulos que não apresentam propriedades físicas comuns, de identidade; a relação entre eles é, então, arbitrária e convencional (Passos, 2007).

A arbitrariedade das relações envolvidas nos operantes verbais é discutida claramente por Skinner em sua abordagem do controle de estímulo no tato. A correspondência entre as formas de fala que constituem os tatos e os estímulos ou propriedades de estímulos que controlam estas formas não é simples de ser estudada empiricamente (Passos, 2007, p. 278).

Quanto ao controle exercido pelos estímulos na sua ausência, trata-se da capacidade de responder a estímulos que não estão fisicamente presentes, mas que mantêm controle por meio de relações arbitrárias aprendidas. Esse fenômeno é central para a compreensão da linguagem e foi um dos principais desafios enfrentados pela proposta skinneriana (L. J. Hayes, 2020; Passos, 2007).

Questões como as apontadas e a busca por respondê-las impulsionaram pesquisas empíricas sobre o comportamento verbal, permitindo avanços em relação à análise conceitual apresentada por Skinner (1957/2014). O campo de investigação da *equivalência de estímulos* (Sidman, 1971; Sidman & Tailby, 1982), que será abordado a seguir, marca o início das pesquisas empíricas sobre formação de relações arbitrárias entre estímulos e deu origem à RFT (L. J. Hayes, 2020).

Equivalência de Estímulos

Os estudos pioneiros sobre equivalência de estímulos (Sidman, 1971; Sidman & Tailby, 1982) demonstraram, a partir do ensino de relações condicionais arbitrárias entre estímulos auditivos e visuais (*e.g.*, palavras ditadas e figuras; palavras ditadas e palavras impressas), a formação de relações de equivalência. A equivalência foi verificada pela emergência (ou derivação, denominação utilizada pela RFT) de novas relações, não diretamente ensinadas (*e.g.*, entre palavras impressas e figuras), o que caracteriza a base para a leitura com compreensão.

Para o ensino de relações condicionais arbitrárias, geralmente, tem sido utilizado o procedimento de pareamento ao modelo (em inglês, *Matching-to-Sample* – MTS). Nesse procedimento, a tarefa consiste em selecionar dentre dois ou mais estímulos apresentados como alternativas de escolha (ou comparações) aquele que corresponde ao estímulo apresentado como

modelo, sendo que a cada modelo corresponde um estímulo de comparação correto. Assim, a função discriminativa de cada estímulo (dois ou mais) varia de acordo com o estímulo modelo (ou condicional) que está presente. Por exemplo (Figura 1), se a bandeira do Brasil é apresentada como modelo juntamente com três estímulos de comparação (Mapa do Brasil, Torre de Pisa e Arco do Triunfo), a escolha do Mapa do Brasil seria a resposta definida como correta e que produziria a consequência reforçadora, ao invés dos outros dois estímulos. Porém, se a bandeira de outro país for apresentada como modelo (Itália ou França), a escolha de um estímulo de comparação diferente seria considerada correta (Torre de Pisa ou Arco do Triunfo).

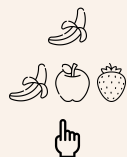
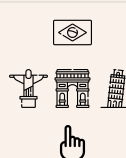
RELAÇÃO	NOTAÇÃO	EXEMPLOS	
Reflexividade	"A = A"	Relação Derivada/Emergente	
	e		
	"B = B"	Marcus (A) = Marcus (A), Alex (B) = Alex (B), mãe (C) = mãe (C)	
Simetria	se	Relação Ensinada	Relação Derivada/Emergente
	"A = B"		
	então "B = A"	Se Marcus (A) é irmão de Alex (B) então Alex (B) é irmão de Marcus (A)	
Transitividade	se	Relação Ensinada	Relação Derivada/Emergente
	"A = B"		
	e "A = C"	Se Marcus (A) é igual a Alex (B) e Marcus (A) é homem (C), então Alex (B) é homem (C)	
	então "B = C"		

Figura 1. Ilustração das Propriedades de Reflexividade, Simetria e Transitividade.

Nota. Vetores utilizados na construção da imagem obtidos do site Freepik.

A formação de classes de estímulos equivalentes pode ser avaliada a partir da verificação de três propriedades: reflexividade, simetria e transitividade (ver exemplos na Figura 1). A reflexividade é a relação de identidade entre estímulos (se $A=B$ e $B=C$, então AA , BB e CC). A simetria é demonstrada por relações reversíveis entre as funções de modelo e de comparação (se $A=B$, então $B=A$; se $A=C$, então $C=A$). A transitividade é demonstrada quando ocorre a emergência de uma nova relação entre estímulos que foram relacionados a um elemento em comum (se $A=B$ e $A=C$, então $B=C$). A relação CB consiste na reversão das funções de modelo e comparação da relação BC , ou seja, é um teste em conjunto das propriedades de transitividade e simetria (Albuquerque & Melo, 2005; Sidman & Tailby, 1982).

A demonstração dessas três propriedades indica o caráter simbólico das relações que emergem das contingências de ensino, e é necessária para que os estímulos de uma mesma classe se tornem funcionalmente substituíveis entre si no controle do comportamento, em um determinado contexto. Adicionalmente, as funções adquiridas por um dos estímulos da classe de equivalência podem ser transferidas para os outros membros, sem treino adicional, ou seja, pode ser verificada a ocorrência de um mesmo comportamento (*e.g.*, esquiva, resposta emocional) diante de situações novas (Dougher, Augustson, Markham, Greenway & Wulfert, 1994). Assim, o referencial da equivalência de estímulos forneceu uma explicação comportamental do comportamento simbólico, uma maneira alternativa de investigar relações entre símbolos e referentes, palavras e eventos que caracterizam a linguagem, além de uma ferramenta para compreender a generatividade da linguagem, definida como possibilidade de produção de uma quantidade potencialmente infinita de novas respostas verbais a partir de um conjunto limitado de relações aprendidas (Bandini & de Rose, 2010).

De acordo com Sidman (1994), as relações de equivalência entre palavras escritas e seus referentes são desempenhos indicadores de leitura com compreensão, o que difere do operante verbal textual. Skinner (1957/2014) define comportamento textual como a emissão de sons com correspondência ponto a ponto com estímulos discriminativos que são produto do comportamento verbal (*e.g.*, palavras escritas), o que não necessariamente envolve a compreensão. O comportamento textual é exemplificado no caso em que, ao ser exposto à palavra escrita *casa*, um falante da língua portuguesa é capaz de produzir o estímulo sonoro “*casa*”. Da mesma forma, o mesmo indivíduo ao ser exposto à palavra escrita “*scone*” pela primeira vez (palavra da língua inglesa, que se refere a um bolinho típico da cultura britânica), poderia emitir o som “*scone*” corretamente. Já a leitura com compreensão requer alguma evidência de que o indivíduo “sabe o significado” das palavras, ou seja, relaciona a palavra impressa com um objeto, figura ou evento (Sidman, 1994). Assim, o falante da língua portuguesa provavelmente apontaria corretamente para a figura de *casa*, dentre várias figuras, quando lhe fosse solicitado (*e.g.*, “Onde está a *casa*?”), mas não faria o mesmo quando alguém pedisse para mostrar onde está o “*scone*”. Quando uma relação de equivalência é demonstrada entre palavras escritas e seus referentes, pode-se dizer que as palavras são compreendidas. Se esse mesmo falante nativo do português fosse ensinado a selecionar a figura de um *scone* quando a palavra ditada “*scone*” fosse apresentada como modelo, e depois a escolher a figura de um *scone* quando o modelo fosse a palavra ditada “*scone*”, o desempenho de escolher a figura de um *scone* na presença da figura correspondente seria considerado um indicador de leitura com compreensão (Albuquerque & Melo, 2021, 2023; de Rose, 2005).

O paradigma de equivalência de estímulos permitiu o estudo de diferentes fenômenos que envolvem relações arbitrárias entre estímulos, tais como leitura alfabética e musical, preconceitos e falsas memórias (*e.g.*, Aggio, Campos & de Rose, 2017; Albuquerque & Melo, 2021, 2023; Hanna, Batitucci & Natalino-Rangel, 2016; Mizael, Almeida, Roche & de Rose, 2021). Entretanto, a equivalência é apenas um tipo de responder relacional arbitrário (denominado pela RFT por coordenação). A RFT, partindo dos estudos sobre equivalência de estímulos, ampliou as possibilidades de investigações desse campo para diferentes tipos de responder relacional derivado, aplicadas a situações que vão além das características físicas dos estímulos ou das relações diretamente ensinadas (S. J. Hayes, 2020).

Teoria das Molduras Relacionais

Os estudos sobre *equivalência de estímulos* demonstraram que seres humanos são capazes de responder relacionalmente (i.e., a relações entre estímulos) com base em propriedades arbitrárias (e não físicas, de identidade) dos estímulos, o que contribui para a evolução e a ampliação do conceito de linguagem e cognição (comportamento simbólico) pela Análise do Comportamento. Tais estudos evidenciaram, ainda, que este responder relacional é emergente (derivado), ou seja, ocorre sem necessidade de ensino direto e que estímulos arbitrariamente relacionados formam *classes equivalentes* (i.e., apresentam propriedades de reflexividade, simetria e transitividade), passando a ter a mesma função e a afetar, de modo semelhante, comportamentos comuns (Albuquerque & Melo, 2005).

A RFT, de forma similar, aborda a linguagem e a cognição como responder relacional. Adicionalmente, define o responder relacional como comportamento operante (de relacionar estímulos verbalmente), decorrente de aprendizagem e sob influência de estímulos antecedentes e consequentes (Hayes et al., 2001; Hayes et al., 2021; Moraes, Assaz & Oshiro, 2023). De acordo com esta proposta, o responder relacional pode ficar sob controle de dicas contextuais, as quais podem ser modificadas por convenção social. Este tipo de responder relacional é exclusivamente humano, denominado pela RFT de *Responder Relacional Arbitrariamente Aplicável* (RRAA), considerado o processo central da linguagem e da cognição (Hayes et al., 2001).

'Responder Relacional' se refere ao fato de que o indivíduo está respondendo a um estímulo em função de sua relação com outros estímulos. Já 'Arbitrariamente' explicita que essa relação é definida por convenções sociais e não por propriedades formais dos estímulos. Por fim, 'Aplicável' diz respeito ao fato de que, embora seja possível estabelecer relações arbitrárias entre quaisquer estímulos, é comum que convenções sociais sejam alinhadas a características físicas dos estímulos a que se referem (Moraes et al., 2023, p. 9).

A RFT também avança em relação ao paradigma de equivalência ao considerar que o responder relacional (RRAA) não se resume a relações de equivalência, mas envolve várias outras relações (Hayes et al., 2001) as quais, teoricamente, são infinitas. Contudo, nove diferentes tipos de relações entre estímulos, incluindo a de equivalência (denominada *coordenação* na RFT), são descritas pelos propositores da RFT (Hayes et al., 2001) por serem consideradas as mais comuns.

Estas relações são apresentadas na Figura 2 e constituem diferentes tipos de “molduras” ou “quadros” relacionais. O termo *moldura relacional* é utilizado para sintetizar padrões aprendidos de resposta relacional (classes de respostas), de modo que cada moldura representa um padrão específico que poderia ser aplicado a quaisquer conjuntos de estímulos. Algumas possibilidades de relações contextualmente controladas são: coordenação (“similar a”), oposição (“oposto a”), comparação (“mais que”, “menos que”), hierárquica (“pertence a”, “parte de”), causal (“se...então”) e dêiticas (Eu-Você, Aqui-Lá, Agora-Depois) (Hayes et al., 2001; Perez, 2022).

A *moldura de coordenação* corresponde à equivalência de estímulos e acredita-se que seja a primeira moldura aprendida por seres humanos com desenvolvimento típico. Por outro lado, defende-se que as molduras dêiticas, nas quais o responder relacional está sob controle da perspectiva individual, são aprendidas mais tarde que as demais (de Rose et al., 2022).

As diferentes molduras relacionais são aprendidas, ao longo da história de vida, a partir do *treino de múltiplos exemplares* (TME) (de Rose et al., 2022; Moraes et al., 2023). O TME estabelece relações bidirecionais entre estímulos ($A=B$ e $B=A$, $B=C$ e $C=B$; $A>B$ e $B<A$, $B>C$ e $C<B$) e combinações dessas relações bidirecionais ($A=C$ e $C=A$; $A>C$ e $C<A$). Por exemplo, ao aprender que “um elefante é maior que um hipopótamo”, “que o hipopótamo é menor que o elefante”, “que o hipopótamo é maior que a onça” e que “a onça é menor que o hipopótamo” (relações bidirecionais) uma criança aprenderá, também, que “o elefante é maior que a onça” e que a onça é menor que o elefante” (combinações das relações bidirecionais). Este exemplo ilustra a moldura de *comparação*.

Além disso, o TME estabelece *operantes relacionais generalizados* de modo que, uma vez aprendida uma moldura relacional, ela é aplicável a novos conjuntos de estímulos. Tomando o exemplo anterior, o responder relacional “um cachorro é maior que um gato, que é maior que um rato, que é maior que uma formiga” ou mesmo “uma bola de gude é menor que a de pingue-pongue, que é menor que a de tênis, que é menor que a de futebol, que é menor que a de basquete”, pode derivar das relações previamente treinadas.

COORDENAÇÃO

- Características**
- Relação mais básica entre estímulos
 - Envolve relações de igualdade, semelhança, similaridade
 - "A é o **mesmo/igual/representa** que B"

Exemplos



- Diante da foto da mãe Alex dizer "mãe"
- Diante da foto de outra mulher Alex diz que se "parece com a mãe"
- "Alex é igual a Marcus"

OPOSIÇÃO

- Características**
- Envolve relações de contrariedade
 - Oposição pode variar em um *continuum*, pode ou não especificar dimensões relevantes dos estímulos
 - Em geral emerge da coordenação
 - "A é o **oposto** de B"

Exemplos



- "Amor é o oposto de ódio"
- "Cuidado é o oposto de negligência/abuso"

DISTINÇÃO

- Características**
- Envolve relações de diferença entre eventos
 - Se assemelha à relação de oposição na medida em que "a resposta a um evento não é apropriada para outro evento" (Hayes et al., 2001, p. 36)
 - Diferentemente da relação de oposição "a natureza da resposta apropriada não é especificada" (Hayes et al., 2001, p. 36)
 - "A é **diferente** de B"

Exemplos



- "Na nossa família os filhos dormem em casas separadas dos pais nas demais famílias dormem na mesma casa"
- "Eu (Alex) sofri quando meus pais morreram, meu irmão não sofreu"

COMPARAÇÃO

Características

COORDENAÇÃO

- Envolve relações de comparação entre quaisquer eventos em termos qualitativos ou quantitativos

- "A é **mais/menos/maior/melhor/pior...** que B"

Exemplos



- "Eu (Alex) amo minha mãe mais que meu irmão a ama"

- "Eu (Alex) sou mais alto que Marcus"

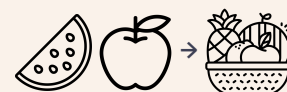
HIERARQUIA

Características

- Se assemelha à relação de comparação, estabelece uma relação combinatória entre eventos

- "A é um **atributo/membro/parte de B**"

Exemplos



melancia e maçã são frutas



mãe é membro da família



carros têm 4 rodas



motos têm 2 rodas

- "Filhos são membros de uma família"

TEMPORALIDADE

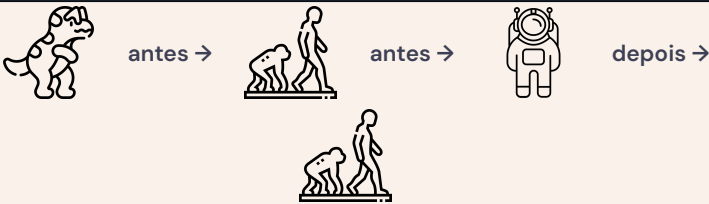
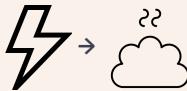
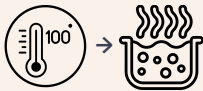
Características

- Se assemelha à relação de comparação contudo envolve mudança unidirecional, "do agora para o novo agora ou disso para o novo isso, nunca do novo isso para um velho isso" (Hayes et al., 2001, p. 37)

- "Organizar passado, presente e futuro ao longo de uma dimensão única não é o mesmo que organizar caixas pequenas, médias e grandes em uma sequência de objetos fisicamente maiores...tempo é inerentemente mais abstrato" (Hayes et al., 2001, p. 37)

- "A veio/ocorreu **antes/depois** de B"

Exemplos

COORDENAÇÃO	
	
	- "Meu pai morreu antes de minha mãe" - "Eu (Alex) e Marcus nascemos no mesmo dia" - "Nossa mãe era mais nova que nosso pai"
ESPACIAIS	
Características	- Envolve relações entre objetos no espaço - "A está <i>em frente a/atrás de/abaixo de/acima de/ao lado de/sobre B</i>"
Exemplos	 Dinheiro <i>dentro</i> do cofre  Comida <i>sobre</i> a mesa  Um <i>ao lado</i> do outro - "No fundo do armário tem uma porta secreta que dá acesso a outro armário, que está trancado" - "Do lado de fora da casa ficava o quarto dos filhos"
CONDICIONALIDADE E CAUSALIDADE	
Características	- Se assemelha às relações de comparação e hierárquicas - "A causa B; B causa C, logo A causa C" ou "Se A, então B"
Exemplos	 Se raio, então trovão  Onde tem fumaça tem fogo  A 100° a água entra em ebulição - "Se Marcus mentiu sobre a nossa infância, então tudo que acredito pode ser falso" - "Se minha mãe tinha muitos segredos, então posso não conhecer realmente minha mãe"

COORDENAÇÃO	
DÊITICAS	
Características	- Envolve relações centradas no ponto de vista do falante - "eu vs. você", "aqui vs. ali", "agora vs. depois"
Exemplos	 ao meu lado  a casa dele  a minha casa - "Alex perdeu a memória por acidente, e eu perdi a minha voluntariamente" - "Eu construí minha vida em torno do que Marcus me deu... reconstruí minha vida aos 18 anos ... agora tenho 32 e estou ... começando de novo..."

Figura 2. Principais Tipos de Relações entre Estímulos de Acordo com a RFT.

Nota. Vetores utilizados na construção da imagem obtidos do site Freepik.

As diferentes molduras relacionais apresentam três *propriedades funcionais* definidoras: *implicação mútua*, *implicação combinatória* e *transformação de função*. A Figura 3 sintetiza duas destas relações (implicação mútua e implicação combinatória). A denominação proposta para as propriedades das molduras relacionais, diferentemente da utilizada para as propriedades de equivalência (simetria e transitividade), é propositalmente mais geral, de modo a permitir a descrição de relações de "não semelhança" (não simétricas e não transitivas) entre estímulos.

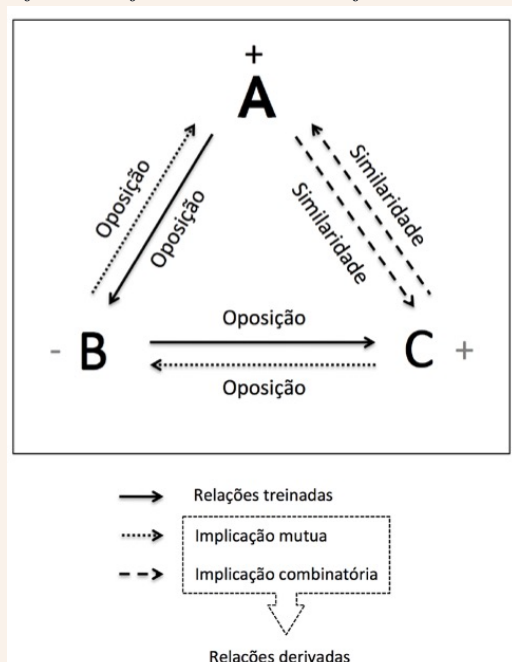


Figura 3. Propriedades do Responder Relacional.

(Figura reproduzida de Perez, Nico, Kovac, Fidalgo & Leonardi, 2017).

A *implicação mútua* envolve responder a um evento em termos de outro evento, ou seja, envolve relações bidirecionais nas quais relações entre estímulos são mutuamente implicadas: se A está relacionado a B, B está relacionado a A e se B está relacionado a C, C está relacionado a B. A implicação mútua acomoda relações de coordenação (se Alex é igual a Marcus, Marcus é igual a Alex), mas também outras como, por exemplo, de comparação (se Alex é mais alto que Marcus, Marcus é mais baixo que Alex) e causalidade (o acidente causou a perda de memória; a perda de memória foi causada pelo acidente) (de Rose et al., 2022).

A *implicação combinatória* refere-se a relações derivadas entre estímulos nas quais uma ou mais relações mutuamente implicadas são combinadas (Dixon & Stanley, 2021). A relação de transitividade é um exemplo de implicação combinatória: se A se relaciona a B e B se relaciona a C, então A se relaciona a C (se Marcus é igual a Alex e Marcus é homem, então Alex é homem). Relações de hierarquia (Alex é membro da família Lewis; Marcus é irmão de Alex; Marcus é membro da família Lewis) e de oposição (se mãe é o oposto de mal e mal é o oposto de bem, logo mães são boas) também envolvem implicação combinatória.

A propriedade de *transformação de função* refere-se à mudança na função de um estímulo como resultado de mudanças na função de outros estímulos relacionados. Por exemplo, “se um cachorro é maior que um gato” e uma pessoa foi mordida por um gato e passa a temer gatos, que adquirem propriedades aversivas, apesar de não ter sido mordida por cachorros, a pessoa poderá temer cachorros e, por derivação, mais do que gatos, já que cachorros são maiores que gatos.

Concluída a apresentação introdutória das três principais concepções comportamentais da linguagem, é possível afirmar que estas são complementares e que, todas elas, partem da premissa de que linguagem é comportamento. Como tal, a linguagem deve ser compreendida como produto da história de interação do indivíduo com o ambiente, a partir de uma perspectiva funcional, ou seja, a partir da análise das relações entre o indivíduo e o ambiente (Ming, Gould & Fiebig, 2023).

ANÁLISE DO FILME

A análise do documentário “Diga quem eu sou” a partir da perspectiva comportamental da linguagem e cognição, desde a concepção original de Skinner (1957/2014) até a RFT (Hayes et al., 2001), se concentrará em Alex, protagonista do documentário. É inevitável, contudo, abordar os comportamentos de Marcus, uma vez que ele se constitui como a comunidade verbal “privilegiada” de Alex após o acidente de moto sofrido por ele, aos 18 anos. Ainda, uma vez que qualquer indivíduo é falante e ouvinte, o comportamento de Marcus, como falante, também será eventualmente analisado.

Após o acidente Marcus assumiu a responsabilidade de reensinar coisas cotidianas e rerepresentar o mundo ao irmão, o que envolveu a emissão de tatos e mandos. Ao rerepresentar objetos e pessoas a Alex, Marcus emitia *tatos* (respostas faladas sob controle de estímulos não verbais): “Esta é Jill”; “Ela é sua mãe”; “Ela é mulher”; “Este é Jack”; “Ele é nosso pai”; “Ele é homem”; “Estes são Oliver e Amanda, nossos irmãos”. Os tatos de Marcus tinham função de estímulo verbal para Alex, podendo-se inferir que diante destes estímulos Alex emitia *ecoicos* (respostas faladas, com controle e similaridade formal com o estímulo verbal falado antecedente): “Jill, Jack, Oliver e Amanda”. Ao reensinar as atividades cotidianas a Alex, Marcus emitia *mandos* (resposta falada, sob controle temático, cuja consequência reforçadora consistia em Alex fazer o que ele indicava – reforço específico): “coloque o chá na xícara, depois um pouco de leite, corte os *scones* ao meio e passe geleia com a faca”.

A partir dessas interações iniciais entre os irmãos, Alex provavelmente reaprendeu um repertório verbal básico. Esse repertório era composto, principalmente, por *tatos* (“estou com frio”, “estou com dor”), *mandos* (“me dê a coberta”, “chame a enfermeira”), *ecoicos* e *intraverbais* (respostas faladas sob controle de estímulos verbais). Como exemplo de *intraverbal*, ao ser perguntado por Marcus sobre o “nome da mãe”, Alex respondia “Jill”.

Em uma cena do filme Marcus descreve que quando ele e o irmão eram convidados para a casa de alguém, antes de entrar ele relatava ao irmão quem eram as pessoas que encontrariam, que tipo de relacionamento guardavam com elas e há quanto tempo as conheciam (tatos). Supõe-se que nesta situação Alex apresentava *ecoicos* (repetir para si mesmo os nomes das pessoas ditos por Marcus), *tatos* (cumprimentar as pessoas usando seus nomes ao vê-las: "Olá Mike!") e *intraverbais* encobertos (repetir para si mesmo a relação dos nomes das pessoas que encontrariam).

Esse padrão de aprendizagem do repertório verbal básico é semelhante ao que ocorre com crianças em estágios iniciais do desenvolvimento da linguagem, quando as respostas verbais tendem a ficar sob controle muito restrito e rígido de estímulos (Ming et al., 2023). Após a aquisição do repertório básico, contudo, o comportamento verbal passa a ficar sob controle de múltiplas variáveis, conforme proposto por Skinner (1957/2014). Deste modo, a partir das interações de Alex com o ambiente, outros estímulos vão compondo o contexto que exerce controle sobre uma dada resposta. Por exemplo, estímulos antecedentes como "mulher", "nossa mãe", "viúva de John Lewis", "casada com Jack Dudley", são contextos para a resposta "Jill". O controle múltiplo amplia o foco sobre o contexto de uma dada resposta, pois considera a multiplicidade de estímulos que podem influenciar o comportamento de uma pessoa (Ming et al., 2023).

Os exemplos explorados até aqui são de respostas diretas a estímulos antecedentes, que foram ensinadas por Marcus a Alex, selecionadas pelas contingências. Contudo, não é viável imaginar que Marcus tenha ensinado cada novo segmento de linguagem a Alex. Sabe-se que a linguagem envolve o surgimento de relações novas, arbitrarias, que não são diretamente ensinadas, conforme inicialmente explorado nos estudos sobre equivalência de estímulos (Sidman, 1971; Silman & Tailby, 1982) e, posteriormente, pela RTF (Hayes et al., 2001).

A Figura 2 apresenta alguns exemplos de cada uma das principais molduras relacionais, com base no filme. É possível supor que Alex não aprendeu, após o acidente, apenas relações únicas entre estímulos, mas várias relações, de um mesmo tipo, o que ilustra o TME. Este processo é essencial para a aprendizagem de uma moldura relacional, a qual torna-se aplicável a novos conjuntos de estímulos.

Quando Alex, após vários dias em coma, abre os olhos e aprende que aquela mulher chorando ao lado de sua cama no hospital chama-se Jill e é sua mãe, que Marcus é idêntico a ele e seu irmão gêmeo e que a bebida servida no hospital é chá Earl Grey, entre várias outras relações desse tipo, ele está exposto a um TME de relações de coordenação. É esperado, portanto, que relações derivadas surjam e novos estímulos, que não foram diretamente ensinados, sejam relacionados, como por exemplo: denominar de irmãos dois homens parecidos, tomar um chá diferente do habitual e chamar de chá, ou, ao ver uma foto da mãe, falar "Jill". *Molduras de coordenação* são as primeiras a serem aprendidas (Hayes et al., 2001).

De modo semelhante, por meio do TME, outras molduras relacionais vão sendo aprendidas. Ao aprender que "limão é azedo e a melancia é doce", que a "mãe é alta e o pai é baixo", que "o chá é quente e o gelo frio", dentre várias outras relações de oposição entre estímulos, *molduras de oposição* vão se estabelecendo e novos estímulos vão sendo "enquadrados" nesta moldura: "Amor é o oposto de ódio"; "Cuidado é o oposto de negligência/abuso". Relações de oposição podem estar incluídas em *relações de comparação*: a "melancia é mais doce que o limão" ou "Marcus é mais baixo que eu" são semelhantes a "melancia é doce e limão é azedo" ou "Marcus é baixo e eu sou alto" (*oposição*).

Deste modo, ao longo do processo de reabilitação de Alex, por meio de suas interações e experiências, novas relações entre estímulos são ensinadas, novas relações derivadas surgem e molduras relacionais são estabelecidas. Deste modo, sua linguagem e cognição são restabelecidas.

Neste processo, Alex acreditava estar reconstituindo suas memórias e sua vida, até que sua mãe morre e Alex tem a confirmação de que a mãe abusava sexualmente dele e do irmão. Após o acidente, Marcus contava histórias sobre a infância feliz com a família, o que poderia ser considerado um TME em que a palavra mãe foi arbitrariamente relacionada por *coordenação* com amor, afeto e felicidade. Após a confirmação de que a mãe era pedófila, observa-se a *transformação de função* do estímulo mãe para Alex. Neste processo, a palavra "mãe", antes relacionada a amor, afeto e felicidade, é relacionada a ódio, pedofilia e sofrimento. Deste modo, a função da palavra mãe foi transformada e passou a ser relacionada com palavras com significado oposto.

Fica claro, também, para Alex, neste momento, a razão de algumas atitudes diferentes do irmão, antes incompreendidas por ele: "Eu (Alex) sofri quando meus pais morreram, meu irmão não sofreu". Do ponto de vista da RFT, pode-se dizer que as funções dos estímulos "mãe", "pai" e "família" eram diferentes para Marcus e Alex após o acidente, quando ele perdeu a memória e, portanto, as molduras relacionais anteriormente aprendidas foram esquecidas. Apesar dos irmãos terem tido experiências semelhantes com os pais até a juventude, abusivas e traumáticas para ambos, Alex teve a "oportunidade", com a "ajuda" de Marcus, que fantasiou uma família feliz e harmoniosa para o primeiro, de reenquadrar estímulos relacionados à família em novas molduras relacionais. Suas "experiências" com a mãe, na infância e juventude, após o acidente, foram construídas verbalmente por Marcus, evidenciando a transformação de função não apenas da palavra mãe, mas da própria mãe para Alex, que passa a nutrir sentimentos por ela ("Eu aprendi a amar minha mãe e fiquei muito próximo dela após o acidente") e sofre com sua morte: "Foi difícil. Eu tinha 18 anos quando a conheci e 30 quando ela morreu. Eu gostava muito dela. Quando ela morreu, eu chorei na cama. Estávamos todos lá em casa quando ela se foi. E foi só nesse momento que percebi que ninguém mais estava chorando ou se incomodando, que ela tinha acabado de morrer" (Entrevista concedida à BBC).

A capacidade de relacionar estímulos verbais com base no contexto, o estabelecimento de relações derivadas e as *transformações de função*, dentro da rede relacional desenvolvida na história do indivíduo, fundamentam a noção que o indivíduo tem de si mesmo, ou o autoconceito, que envolve relacionar estímulos verbais com palavras de autorreferência (*e.g.*, Barnes, Lawlor, Smeets & Roche, 1996; Hayes et al., 2001). De acordo com Alex, "Construí minha vida em torno do que Marcus me deu...Reconstruí minha vida aos 18 anos do nada. Agora tenho 32 e estou de volta onde estava, na estaca zero, de volta ao nada. Estou começando de novo, pela segunda vez". Assim, após o acidente, tudo que Alex aprendeu sobre si mesmo foi ensinado pelo irmão Marcus e/ou pela exposição às interações sociais com os familiares (irmão, pai e mãe), por exemplo: Eu (Alex) sou igual ao meu irmão (Marcus) – moldura de coordenação; Eu (Alex) sou mais alto que o meu irmão (Marcus) – moldura de comparação; Eu (Alex) sofri quando meus pais morreram, meu irmão não sofreu – moldura dêitica, dentre outros exemplos apresentados na Figura 2. Anos depois, quando Marcus contou detalhes sobre o que realmente aconteceu (abuso sexual), as relações previamente aprendidas sobre si mesmo foram questionadas (se Marcus mentiu sobre a nossa infância, então tudo que acredito pode ser falso – moldura de causalidade) assim como o que aprendeu sobre o seu irmão, ou seja, as molduras de coordenação com a palavra irmão (confiança, amizade). Este questionamento, quase um clamor, um mando, explicita as recorrentes mudanças de autoconceito de Alex: Diga quem sou!

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Skinner (1957/2014) propôs uma classificação dos operantes verbais com base nas condições antecedentes que os controlam, na relação entre estímulos verbais e respostas verbais, e nas consequências que mantêm esses comportamentos. Sidman (1971), por sua vez, explicou a linguagem como comportamento relacional, sob controle de classes de estímulos equivalentes (Sidman & Tailby, 1982). A RFT (Hayes et al., 2001) amplia essas perspectivas ao considerar como os estímulos podem adquirir novas funções por meio de relações estabelecidas entre eles, contribuindo para uma compreensão mais complexa das múltiplas fontes de controle no comportamento verbal. Estas três propostas, muito frequentemente apresentadas como incompatíveis no processo histórico de compreensão da linguagem pela Análise do Comportamento, têm sido, cada vez mais, tratadas como complementares e necessárias para uma abordagem mais ampla e completa da linguagem sob a perspectiva comportamental (Perez, 2022; Regaço, Harte, Barnes-Holmes, Julian & de Rose, 2025). Esta postura conciliadora foi adotada neste capítulo, que buscou abordar aspectos da linguagem e cognição de Alex a partir dessas três importantes propostas conceituais e empíricas para o estudo da linguagem. Espera-se, desse modo, que o leitor compreenda a importância das categorias de comportamento verbal, da equivalência de estímulos e das molduras relacionais, para que o indivíduo aprenda sobre os eventos físicos e sociais à sua volta, e sobre si mesmo, estabeleça diferentes relações verbais entre estímulos e entre relações verbais, as quais vão além do que foi diretamente ensinado, e nos permitem abordar fenômenos verbais complexos envolvidos no pensar, planejar e imaginar.

REFERÊNCIAS

- Aggio, N. M., Campos, S. D. P., & de Rose, J. C. (2017). Falsas memórias na perspectiva da Análise do Comportamento: Uma análise da literatura. *Acta Comportamentalia*, 25(3), 379-393. <https://doi.org/10.32870/ac.v25i3.61633>
- Albuquerque, A. R., & Melo, R. M. (2005). Equivalência de estímulos: Conceito, implicações e possibilidades de aplicação. Em J. Abreu-Rodrigues, & M. R. Ribeiro (Orgs.), *Análise do comportamento: Pesquisa, teoria e aplicação* (pp. 245-264). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536304786
- Albuquerque, A. R., & Melo, R. M. (2021). *Contribuições da Análise do Comportamento para a compreensão da leitura e escrita: Aspectos históricos, conceituais e procedimentos de ensino* (Vol 1). Oficina Universitária e Cultura Acadêmica. <https://doi.org/10.36311/2021.978-65-5954-075-4>
- Albuquerque, A. R., & Melo, R. M. (2023). *Contributions of behavior analysis to reading and writing comprehension*. Springer Nature. <http://dx.doi.org/10.1007/978-3-031-40868-7>
- Bandini, C. S. M., & de Rose, J. C. (2010). Chomsky e Skinner e a polêmica sobre a geratividade da linguagem. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 12, 20-42. ISSN 1517-5545
- Barnes, D., Lawlor, H., Smeets, P. M., & Roche, B. (1996). Stimulus equivalence and academic self-concept among mildly mentally handicapped and nonhandicapped children. *The Psychological Record*, 46, 87-107. <https://doi.org/10.1007/BF03395165>
- de Rose, J. C. (2005). Análise comportamental da aprendizagem da leitura e escrita. *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, 1(1), 29-50. <http://dx.doi.org/10.18542/rebac.v1i1.676>
- de Rose, J. C., Perez, W. F., & de Almeida, J. H. (2022). Teoria das Molduras Relacionais: Compreendendo os conceitos básicos. Em W. F. Perez, R. Kovac, J. H. de Almeida, & J. C. de Rose (Orgs.), *Teoria das molduras relacionais [RFT]: Conceitos, pesquisas e aplicações* (pp. 23-45). São Paulo: Centro Paradigma de Ciências do Comportamento. ISBN 978-6599201660
- Dixon, M. R. & Stanley, C. R. (2021). Relational frame theory: Basic relational operants. Em M. Fryling, R. A. Rehfeldt, J. Tarbos, & L. J. Hayes. *Applied Behavior Analysis of language and cognition: Core concepts and principles for practitioners* (pp. 174-197). Context Press. ISBN 978-1684031375
- Dougher, M. J., Augustson, E., Markham, M. R., Greenway, D. E., & Wulfert, E. (1994). The transfer of respondent eliciting and extinction functions through stimulus equivalence classes. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 62, 331-351. <https://doi.org/10.1901/jeab.1994.62-331>
- Hanna, E. S., Batitucci, J. S. L., & Natalino-Rangel, P. C. (2016). Paradigma de equivalência de estímulos norteando o ensino de rudimentos de leitura musical. *Acta Comportamentalia*, 24 (1), 29-46. <https://doi.org/10.32870/ac.v24i1.54711>
- Hayes, L. J. (2020). An introduction to applied behavior analysis of language and cognition. Em M. Fryling, R. A. Rehfeldt, J. Tarbos, & L. J. Hayes. *Applied Behavior Analysis of language and cognition: Core concepts and principles for practitioners* (pp. 1-5). Context Press. ISBN 978-1684031375
- Hayes, S. C., Barnes-Holmes, D., & Roche, B. (2001). *Relational frame theory: a post-Skinnerian account of human language and cognition*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers. ISBN 978-0306466007
- Hayes, S. C., Law, S., Assemi, K., Falletta-Cowden, N., Shamblyn, M., Burleigh, K., Olla, R., Forman, M., & Smith, P. (2021). Relating is an operant: A fly over of 35 years of RFT research. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 12(1), 5-32. <https://doi.org/10.18761/PAC.2021.v12.RFT.02>

- Hübner, M. M. C., Bortoloti, E., Almeida, P. & Cruvinel, A. C. (2013). Linguagem. Em M. M. C. Hübner, & M. B. Moreira (Orgs.), *Temas clássicos da psicologia sob a ótica da Análise do Comportamento* (pp. 100-115). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. ISBN 978-8527720595
- Ming, S., Gould, E., & Fiebig, J. H. (2023). *Understanding and applying relational frame theory: Mastering the foundations of complex language in our work and lives as behavior analysts*. Oakland: New Harbinger Publications. ISBN 978-1684038879
- Mizael, T. M., Almeida, J. H., Roche, B., & de Rose, J. C. (2021). Effectiveness of different training and testing parameters on the formation and maintenance of equivalence classes: Investigating prejudiced racial attitudes. *The Psychological Record*, 71, 265-277. <https://doi.org/10.1007/s40732-020-00435-w>
- Moraes, G. J., Assaz, D. A., & Oshiro, C. K. B. (2023). Teoria das Molduras Relacionais (RFT): Introdução para analistas do comportamento. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 25, 1-21. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v25i1.1745>
- Passos, M. D. L. R. D. (2007). A definição skinneriana de comportamento verbal e a arbitrariedade do signo linguístico. *Temas em Psicologia*, 15(2), 269-282. ISSN 1413-389X
- Perez, W. F. (2022). Comportamento verbal e teoria das molduras relacionais: Uma visão integrativa. Em W. F. Perez, R. Kovac, J. H. de Almeida, & J. C. de Rose (Orgs.), *Teoria das molduras relacionais [RFT]: Conceitos, pesquisas e aplicações* (pp. 47-78). Centro Paradigma de Ciências do Comportamento. ISBN 978-6599201660
- Perez, W. F., Nico, Y. C., Kovac, R., Fidalgo, A. P., & Leonardi, J. L. (2017). Introdução à Teoria das Molduras Relacionais (Relational Frame Theory): Principais conceitos, achados experimentais e possibilidades de aplicação. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 4(1), 32-50. <https://doi.org/10.18761/perspectivas.v4i1.105>
- Regaço, A., Harte, C., Barnes-Holmes, D., Julian, L., & de Rose, J. C. (2025). Naming, Stimulus Equivalence and Relational Frame Theory: Stronger together than apart. *Perspectives on Behavior Science* 48, 97-114. <https://doi.org/10.1007/s40614-024-00427-z>
- Rosales, R., Garcia, Y. A., Garcia, S. & Rehfeldt, R. A. (2020). Basic verbal operants. Em M. Fryling, R. A. Rehfeldt, J. Tarbos, & L. J. Hayes (Eds.), *Applied Behavior Analysis of language and cognition: Core concepts and principles for practitioners* (pp. 20-37). Oakland: Context Press. ISBN 978-1684031375
- Sidman, M. (1971). Reading and auditory-visual equivalences. *Journal of Speech & Hearing Research*, 14(1), 5-13. <https://doi.org/10.1044/jshr.1401.05>
- Sidman, M. (1994). *Equivalence relations and behavior: A research story*. Boston: Authors Cooperative. ISBN 978-0962331169
- Sidman, M., & Tailby, W. (1982). Conditional discrimination vs. matching to sample: An expansion of the testing paradigm. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 37(1), 5-22. <https://doi.org/10.1901/jeab.1982.37-5>
- Skinner, B. F. (1957/2014). *Verbal behavior*. Cambridge: Skinner Foundation. ISBN 978-0989983907
- Spatafora, G., & Micheletto, N. (2024). Autoclítico na proposta de B. F. Skinner para o Comportamento Verbal. *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, 20(1), 95-105. <http://dx.doi.org/10.18542/rebac.v20i0.16417>

IV

"PERFEITA É A MÃE": DISPARIDADE DAS PRÁTICAS PARENTAIS E SAÚDE MENTAL

Mônica Ferreira da Silva¹

Natália América Machado Figueiredo²

Título do filme: "Perfeita é a mãe"

Título Original: "Bad Moms"

Ano produção: 2016

Direção: Jon Lucas e Scott Moore

Produção: Suzanne Todd e Bill Block

Lançado por: STX Entertainment

A perinatalidade, período compreendido da gestação até os 12 meses após o parto, é um momento da vida que requer variabilidade e manejo comportamental, tanto dos pais, como da rede de apoio, via de regra composta pela família e amigos. Isso porque, quando os filhos nascem ou são adotados, uma nova rotina se instaura, aparecendo desafios e muitas mudanças em diferentes setores da vida. Ao assumir o compromisso de cuidar de uma criança, a família precisará rever prioridades, alinhando objetivos para traçar um plano de ação que atenda às necessidades do bebê que vai chegar. O cenário é bastante desafiador e demanda muita paciência e parceria dos envolvidos (Araújo, 2025; Silva et al., 2020).

No filme "Perfeita é a mãe", uma comédia que apresenta a realidade de mães em diferentes configurações familiares, percebe-se os impactos na vida de cada uma delas decorrentes do maternar, com destaque para o grupo de amigas Amy (interpretada por Mila Kunis), Kiki (Kristen Bell) e Carla (Kathryn Hahn).

A protagonista da trama é Amy, uma mãe jovem de 32 anos, casada e com dois filhos pré-adolescentes. Sua rotina é bastante atribulada, uma vez que, além de trabalhar ocupando um cargo corporativo em uma empresa de café, ela cuida integralmente da casa e dos filhos, realizando todas as atividades, como ir ao mercado, cuidar do cachorro, lanche dos filhos, participação em reuniões escolares e auxílio nos deveres. Seu marido, Mike (David Walton), não oferece respaldo nas atividades diárias e rotina com os filhos e, mesmo após traír Amy com uma modelo virtual, não demonstra esforço para manter sua relação conjugal. No decorrer da trama, eles se separam.

Amy decide se demitir do trabalho e se ausentar das atividades demandadas pela escola e pelos filhos. E, com isso, passa a ter problemas com a diretora da instituição, que pune sua escolha por meio de consequências que prejudicam sua filha. A mudança do comportamento da mãe provoca um estranhamento dos filhos e, somado a esse contexto de punição, Jane (Oona Laurence) e seu irmão Dylan (Emjay Anthony) se revoltam contra a mãe e decidem ficar com o pai. Amy fica arrasada, mas, apesar destas dificuldades, mantém a separação e pensa em estratégias para mudar o cenário.

Posteriormente, Amy se candidata à presidência da Associação de Pais da escola e ganha a aprovação de outras mães, ao apresentar uma proposta realista, com metas possíveis de serem atingidas, acolhendo as mães e demonstrando empatia pelas diferentes condições familiares. Ela declara apoio às mães reais, considerando as limitações e especificidades de cada família.

1. attos.mofsilva@gmail.com

2. natalia.amf@hotmail.com

Kiki é casada, mãe de quatro filhos pequenos e encontra-se sobrecarregada com os cuidados que as crianças e a casa demandam. Ela não apresenta repertório social (não tem amigos), não consegue tempo para cuidar de si e está sempre cansada e estressada, pois sua energia é consumida na sua exaustiva rotina. Seu marido trabalha fora e se abstém de qualquer atividade de cuidado, afirmando que tal papel é somente dela.

Ao longo do filme, com influência das amigas Amy e Carla, Kiki desenvolve habilidades sociais importantes e passa a fazer escolhas mais saudáveis em relação ao seu estilo de vida, priorizando o autocuidado e a sua vida social.

Carla é mãe solo, divorciada e, diferente das outras personagens já apresentadas, mantém o foco de cuidado em si mesma, dedicando pouco tempo para ofertar cuidado e carinho ao filho. Trabalha em uma clínica de estética, não tem rede de apoio, mas consegue sair e se divertir. Inclusive, ao longo do filme, ela conta como sempre aproveitou e curtiu sua vida. No final do filme, a personagem demonstra cuidado e afeto com o filho, que manifesta certa estranheza, mas sorri e abraça a mãe.

A presidente da Associação de Pais, Gwendolin (Christina Applegate) e suas amigas Stacy (Jada Pinkett Smith) e Vicky (Annie Mumolo) são as antagonistas do filme. Gwendolin tenta demonstrar uma imagem de que é uma mãe/esposa perfeita, estabelecendo exigências impraticáveis para as outras mães e punindo os comportamentos daquelas que não conseguem cumpri-las. No entanto, no final do filme, revela sua insatisfação conjugal e dificuldades na relação familiar.

A comédia "Perfeita é a mãe" escancara, apesar do tom hilário, a sobrecarga e o nível de estresse vividos pelas personagens protagonistas. Os desafios da maternidade, o excesso de responsabilidades, os sentimentos desafiadores que afloram (como culpa e ansiedade) e a necessidade do apoio social/familiar são retratados sob o prisma de cada uma das três principais personagens. Além disso, observa-se a influência dos aspectos culturais ao abordar temas como romantização da maternidade e práticas parentais no cuidado com os filhos, ampliando a análise sobre os fatores envolvidos na sobrecarga e estresse das mães.

Este capítulo busca discutir aspectos culturais que afetam comportamentos e influenciam os cuidados com os filhos, retratando o fenômeno da disparidade parental, muito comum em nossa sociedade. Os três modelos de maternidade apresentados serão analisados conforme a abordagem comportamental, evidenciando como os comportamentos maternos são aprendidos culturalmente e mantidos pelas consequências sociais que controlam e, de certa forma, padronizam ações, podendo, inclusive, contribuir para o adoecimento mental materno (Ramos, 2022).

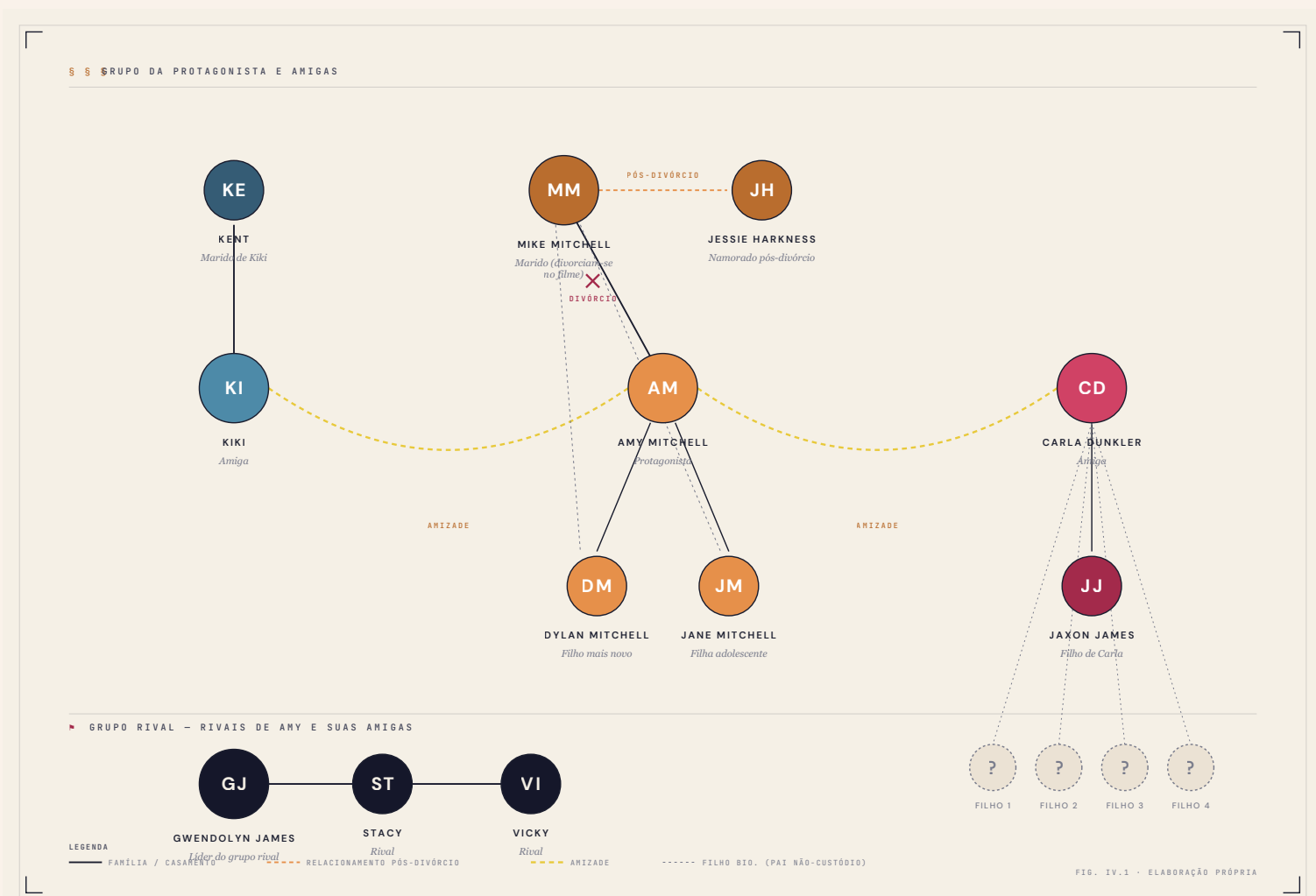


Figura 1. Mapa relacional das principais personagens do filme.

A ANÁLISE DO COMPORTAMENTO E A CULTURA

Skinner (1953/2003) define cultura como o conjunto das contingências sociais de um grupo, tomada como parte constitutiva do comportamento dos seres humanos, uma vez que todo comportamento humano é produto também de uma história cultural. Nesse sentido, a cultura nos permite entender como os padrões de comportamento são estabelecidos e como se mantêm numa dada sociedade. Segundo Baum (1994/2018), para que uma cultura exista é preciso que haja um conjunto de pessoas, pois a cultura é posse de uma sociedade. De geração a geração, padrões culturais são mantidos por meio de normas que organizam a forma de viver em comunidade, incluindo o modo de se vestir, os hábitos alimentares, e, até mesmo, as formas de se comunicar para a convivência em grupo (Moreira, Machado & Todorov, 2013).

Nesta perspectiva, o comportamento humano passa a ser tomado como fenômeno que só poderá ser compreendido em toda sua complexidade quando puder ser descrito como determinado pelo (e determinante do) ambiente social ou cultural (Andery, 2011). A cultura e o ambiente social passam a ser tomados como variáveis independentes, que precisam ser compreendidas, para que se possa incluí-los como determinantes do comportamento (Skinner, 1953/2003, 1981/2007).

Deste modo, a cultura define-se de forma abstrata, com temporalidade indefinida, que certamente envolve práticas comportamentais e produtos destas práticas, que são fenômenos comportamentais e ambientais se reproduzindo entre indivíduos e gerações de indivíduos (Glenn, 2001). Complementando a definição, abordar cultura implica em tratar do comportamento operante, que é aprendido (socialmente), incluindo o comportamento verbal e o não verbal adquiridos como

resultado de pertencer a um grupo, já que os membros do grupo programam consequências que implicam o estabelecimento e a manutenção de padrões de comportamentos bem definidos em prol dos reforçadores oferecidos pela comunidade ou comunidade verbal (Baum, 1994/2018).

As culturas, por sua vez, serão explicadas considerando que elas se constituem de comportamentos operantes. Por isso, o ambiente social, rico de interações, passou a ser estudado como um campo importante para a explicação sobre os determinantes do comportamento, já que o comportamento humano só pode ser descrito em toda a sua complexidade a partir da interação do organismo-como-um-todo e seu ambiente (Andery, 2017).

Deste modo, pode-se afirmar que a cultura funciona como um pano de fundo importante para explicar como as pessoas se comportam e por que elas o fazem de modo tão peculiar. Para Skinner (1981/2007), nossos comportamentos são selecionados pelas consequências, considerando os níveis filogenético, ontogenético e cultural. Nesse sentido, os comportamentos ocorrem em função de alguma variável de controle e o indivíduo, sendo sensível às consequências, comporta-se no mundo, modificando-o e tendo seu comportamento modificado pelas mudanças (consequências) que produz (Skinner, 1953/2003, 1957/1992). O modelo de seleção pelas consequências estabelece, portanto, uma concepção multidimensional do ser humano, as três histórias de variação e seleção constituem, respectivamente, a dimensão orgânica (organismo), pessoal (pessoa) e cultural (*self*), sendo a terceira dimensão o interesse maior neste capítulo.

A partir dos anos 1950, Skinner tomou o comportamento social e o comportamento verbal como foco central de seu interesse, continuamente escrevendo sobre o tema e argumentando que a compreensão de suas particularidades seria indispensável para a compreensão do homem e do comportamento humano (Skinner, 1953/2003, 1957/1992). Uma pessoa que vive isolada socialmente pode demorar muito para encontrar a solução de um problema, isso porque não tem o outro para facilitar esse processo, que é viabilizado especialmente com o uso da linguagem. A cultura, constituída por meio do comportamento verbal, viabiliza a solução de problemas, evitando que o indivíduo tenha que reinventar todo o sistema. Nesse sentido, a cultura é útil e auxilia na sobrevivência de comportamentos importantes para a organização de uma sociedade (Baum, 1994/2018).

Skinner (1986) salienta que a sobrevivência da cultura depende dos comportamentos dos indivíduos e que a sua teoria fica ameaçada pelas literaturas que defendem a autonomia do sujeito, com vontades e intenções, sem qualquer planejamento e controle que possam efetivamente manter a cultura e os comportamentos em prol da manutenção das práticas culturais. Como exemplos disso, citam-se comportamentos para preservar o meio ambiente, educar pessoas, evitar cenários de guerras, melhorar as relações interpessoais e oferecer oportunidades de trabalhos mais produtivos (Glenn, 1989; Todorov & de-Farias, 2009). As influências culturais determinam padrões bem específicos de comportamento, o que evidencia a importância de se compreender a cultura para explicar questões humanas, como, por exemplo, de onde vem o sofrimento (Moreira et al., 2013). No caso da parentalidade, padrões culturais podem influenciar os papéis de gênero que pais e mães assumem, podendo ocasionar possíveis dificuldades e sofrimento (Araújo, 2025; Picoli, Aggio & Zanello, 2025).

Numa sociedade na qual prevalece uma cultura machista e patriarcal, por exemplo, é comum que os homens/pais se ausentem das atividades em casa e com os filhos, por entenderem que naturalmente essas atividades são obrigações das mulheres (que aprendem que os serviços de casa e assumem que os cuidados com os filhos são exclusivamente tarefa da mãe). Mesmo quando as mulheres trabalham em serviços formais, ainda assim estão propensas a assumirem tarefas do lar, envolvendo os cuidados básicos com os filhos e, também, o cuidado com a educação deles (Picoli et al., 2025; Silva et al., 2020).

Considerando essa visão de mundo, referente à Análise do Comportamento, nossa realidade cultural é mutável. Isso torna ainda mais relevante a discussão sobre cultura e maternidade, especialmente porque o papel de mãe carrega grandes desafios envolvendo os padrões de comportamento estabelecidos pela sociedade em relação ao papel dos pais ao assumirem o cuidado com os filhos (Silva & Laurenti, 2016). A boa notícia é que, sendo o comportamento mutável, a cultura também pode mudar, mesmo que por meio de incansáveis esforços ao longo de décadas.

O filme aqui descrito apresenta exatamente este cenário e a luta das mulheres na busca pelas mudanças de comportamentos que produzem consequências reforçadoras e padrões saudáveis em suas relações. As três personagens principais modificam comportamentos e observam, como consequência, alterações significativas em diversos contextos. Amy conquista mudanças efetivas no comportamento colaborativo dos filhos e se divorcia do marido, aliviando seu estresse e minimizando seu cansaço. Além disso, adota um comportamento autocompassivo, conseguindo aceitar e demonstrar suas limitações, dividindo isso com outras mães que, ao reconhecerem sua condição humana, sentem-se mais acolhidas e felizes. Kiki, a partir de algumas mudanças em seu comportamento verbal, alterou as regras em casa, inserindo o marido na divisão das tarefas, fazendo-o exercer, de fato, a paternidade. Isso possibilitou mais conforto para ela, que expandiu sua vida social e conseguiu diminuir seu nível de estresse (Hayes, Strosahl & Wilson, 2016/2021). Carla desenvolve, ao observar as amigas, ações de cuidado e afeto com o filho, que culmina na melhora do vínculo.

MATERNIDADE E PRÁTICAS CULTURAIS

Um estudo realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2020) identificou que as mulheres trabalham 10,4 horas a mais por semana que os homens em tarefas de cuidados ou afazeres domésticos, considerando que ambos possuem um trabalho externo. No que diz respeito à maternidade/paternidade, este cenário vem sofrendo transformações, mas ainda é muito presente a figura da mulher assumindo sozinha os cuidados com a casa e os filhos (César, Loures & Andrade, 2019). Essa configuração de cuidado pode ser compreendida como uma prática cultural, uma vez que tal padrão de comportamento vem sendo ensinado e mantido por gerações de indivíduos ao longo do tempo (Andery, 2011).

Ao conceber e anunciar a gravidez, a mulher já passa a sofrer influências significativas sobre como deve viver este momento, desde receber orientações médicas em relação aos cuidados básicos com o corpo até pensar em como se preparar para o parto e como se organizar após o nascimento do bebê, uma enxurrada de informações úteis e outras nem tanto. Somando-se a isso, temos a romantização da maternidade divulgada amplamente nas redes sociais e mídias em geral, como um fator que também contribui para a produção de adoecimento mental, podendo comprometer, inclusive, o vínculo mãe-bebê, porque a mãe, diante da exposição das mídias sociais, pode se comparar e tentar alcançar um ideal que nem sequer existe, ignorando os recortes usados nestas mídias, que escondem a verdadeira realidade (Nery & de-Farias, 2025; Rocha, Linares & Weiss, 2023).

Essa ideia romantizada da maternidade privilegia aspectos e regras que nem sempre são reais ou alcançáveis em função das inúmeras variáveis não controladas, mas que podem causar intenso sofrimento (Marcello, 2005). Por exemplo, Kiki, em boa parte do filme, cuida exclusivamente dos seus quatro filhos, entendendo que isso era o esperado para seu papel de mãe, deixando seus desejos e suas vontades (ter um tempo livre para ela, descansar, sair com as amigas) em segundo plano e culpando-se quando pensava nessas possibilidades. Aquilo que é dito, cobrado e idealizado passa a fazer parte da vida da mãe que, por vezes, leva muito tempo para se desprender das amarras dessas regras instituídas, socialmente aprovadas e legitimadas como únicas e verdadeiras formas de exercer a maternidade (Glenn, 1989). Convém mencionar que regras são descrições de relações verbais entre as ações de um sujeito e as possíveis consequências, podendo aparecer em forma de instruções ou conselhos, por exemplo, e podem ser estabelecidas entre os sujeitos (na relação falante e ouvinte) e, também, entre a pessoa e ela mesma, por meio das autorregras (Skinner, 1953/2003). Podemos afirmar, inclusive, que o comportamento verbal está no cerne deste sofrimento.

Ainda em relação à maternidade, podemos apresentá-la como um período (não definido) que envolve um conjunto de mudanças, que vão desde a necessidade de adquirir novas habilidades até a presença de diferentes e ambivalentes sentimentos, podendo então se caracterizar por um intenso processo de transformação. A mulher, desde a concepção até o nascimento do seu bebê, enfrenta alterações comportamentais em função das expectativas que a cultura estabelece para a futura mãe e tais expectativas, referentes às regras de como ser uma boa mãe e como cuidar do bebê, continuam depois que o filho nasce (Manente & Rodrigues, 2016).

Para uma concepção mais atual da definição de maternidade e daquilo que se espera dos pais, especialmente da mãe, recorre-se às diferentes práticas culturais (incentivo à amamentação e ao parto humanizado; tempo de licença-maternidade *versus* licença-paternidade; e, no caso dos homens, a tradicional comemoração com a chegada dos filhos) que determinam como a mulher, o homem e a sociedade em geral devem se comportar ao assumirem o papel de cuidador. No entanto, podemos caracterizar as maternidades no plural, pensando na diversidade de práticas culturais que tornam a experiência materna única, mas carregada de regras sociais que influenciam significativamente o modo como devem agir aqueles que concebem e cuidam de um filho (Araújo, 2025; Manente & Rodrigues, 2016).

Deste modo, a cultura, como um produto das contingências sociais, resultante da relação do indivíduo com outros membros com os quais convive, pode alterar a probabilidade de alguns comportamentos, influenciando a maneira como as pessoas de um determinado grupo se comportam, especialmente quando estão diante de uma mesma realidade, considerando a maternidade, por exemplo (Moreira et al., 2013).

No filme, alguns comportamentos aprendidos pelas mães, ao longo da história de cada uma delas, tornam-nas mais propensas ao esgotamento e sobrecarga. Em se tratando de modelos de mulher e mãe, cada uma das três personagens principais enfrenta diferentes desafios e vive uma realidade específica, considerando, especialmente, as exigências da maternidade e a presença ou não da rede de apoio parental.

A trama ilustra, ainda, o quanto as mudanças de comportamento são difíceis porque nos tiram da “zona de conforto”, daquilo que historicamente já era comum. Quando estamos diante do novo, a sensação de desconhecer o contexto pode comprometer a mudança comportamental, impedindo que a pessoa altere seus padrões de comportamento. Porém, sair da zona de conforto de uma vida que não está satisfatória, para assumir novas escolhas, pode ser a chave para torná-la mais saudável, aceitando a mudança e se permitindo fazer diferente. Amy, ao mudar seus comportamentos com os filhos, marido e no trabalho, sofre consequências drásticas, como a sua demissão e a incompreensão dos filhos, que, num primeiro momento, mostram-se indignados com a separação conjugal dos pais e se revoltam com a postura da mãe que os coloca para assumir mais responsabilidades em casa.

No caso das personagens Amy e Kiki, considerando uma análise contextual, nota-se que o comportamento dos maridos é respaldado pelos padrões estabelecidos culturalmente, em que o homem não identifica a necessidade de colaborar com tarefas domésticas, nem tampouco com atividades que envolvem a educação e cuidados com os filhos, muito provavelmente por entender que naturalmente estes são “afazeres femininos”. Geralmente, após o nascimento dos filhos, o casal precisa se adequar à rotina e criar alternativas para aumentar os reforçadores na relação marido e mulher. Há na sociedade um discurso de que a mulher tem que ser “boa em tudo”, que atribui à mulher toda a responsabilidade das atividades de casa e que, ao mesmo tempo, deve ser profissionalmente bem-sucedida, mantendo um padrão de excelência inalcançável em todos os aspectos de sua vida (Oliveira, 2007).

Todas as sociedades precisam manter a organização das relações entre seus grupos constituintes e com outras sociedades (sobretudo em termos da distribuição do trabalho e dos produtos do trabalho entre indivíduos e grupos) por meio, por exemplo, da definição de uma estrutura familiar e de classe, divisão do trabalho, papéis de gênero, educação doméstica e política. Esses componentes das práticas culturais constituem a estrutura da cultura (Sampaio & Andery, 2010). A discussão sobre cultura envolve pensar sobre a complexidade dos fatores envolvidos no processo de evolução das práticas culturais.

O comportamento verbal tem influência direta na cultura, podendo ser definido como um tipo de comportamento operante, mais complexo, que altera o ambiente e é modificado por essas alterações. Por exemplo, antes de vivenciar uma gestação, dificilmente a pessoa saberia o significado da sigla DPP (data provável do parto). Nesse sentido, pode-se afirmar que o comportamento verbal é mantido pelas consequências mediadas por um ouvinte que foi treinado pela comunidade verbal, ou seja, duas pessoas que falam a mesma língua (o falante e o ouvinte), conseguem interagir, produzindo consequências (Barros, 2003). Frases como “cadê a mãe dessa criança?” ou “filho é da mãe” contribuem para a manutenção da ideia de que a mulher tem maior responsabilidade com o filho (prática cultural).

Além disso, a maternidade como algo pronto ou um roteiro cheio de regras a ser seguido, jeitos de ser e de fazer pré-estabelecidos, pode aprisionar e adoecer. É necessário que as experiências autênticas e reais de cada mulher sejam valorizadas, e que seja desfeita a ideia de um maternar único e universal. Esse conceito fechado despreza as diferenças raciais, sociais e econômicas que caracterizam a unicidade de cada mulher/mãe (Ramos, 2022). As mulheres podem se beneficiar das diferentes maternidades, escolhendo o cenário que melhor atenda às suas necessidades. Nesse sentido, convém mencionar que toda e qualquer experiência de maternidade deve ser considerada e valorizada, respeitando o direito da mulher de viver a pluralidade conforme seu próprio desejo (César et al., 2019).

É comum observar que as regras que ditam aquilo que é correto fazer aparecem, muitas vezes, por meio de conselhos, prescrições, algumas orientações, provérbios ("ser mãe é padecer no paraíso") e podem exercer diferentes funções, inclusive, funcionando como estímulo aversivo (um palpite oferecido quando a mãe deseja se aproximar do bebê e alguém diz que o contrário seria mais adequado) ou aparecer também como operação motivacional, quando há estimulação aversiva e isso evoca comportamentos de fuga-esquiva em relação à reprovação social sinalizada pela regra. Como exemplo, pode-se citar a mãe que, mesmo sem tempo, prepara o lanche do filho ao invés de comprar algo pronto, porque a escola valoriza e impõe uma alimentação saudável. Acredita-se que seja um desafio conseguir manejar as regras no sentido de desenvolver um novo repertório para as mulheres, sem afastá-las do objetivo que é uma relação saudável com o filho (Rocha et al., 2023).

As protagonistas do filme, em sua linha de base, apresentam três estilos de parentalidade distintos, que têm seus determinantes derivados da ontogênese de cada mãe e de aspectos culturais (comuns) entre eles. Ao mesmo tempo, esses determinantes – nesses sistemas – vão gerando adoecimento e sofrimento. Manter-se nesse fluxo não é sustentável e, daí, diferentes estratégias (separação, questionamento das autorregas, ampliação da rede de apoio, assertividade) vão sendo adotadas para convergir o sistema em uma maior harmonia e sustentabilidade. Em comum, essas reações ao sofrimento direcionam-se (cada qual ao seu modo), para um estilo de parentalidade mais autocrítico, *mindful* e democrático (Lawrenz, Zeni, Arnoud, Foschiera & Habigzang, 2020).

INSTINTO MATERNO: MITO OU CULTURA?

Todas as mulheres, em algum momento da vida, pensarão a respeito da maternidade. Mesmo aquelas que decidem não ser mães, irão se deparar com algum tipo de questionamento (privado ou externo/ambiente). Nos últimos anos, a maternidade tornou-se compulsória, a necessidade de ser mãe, como algo que transcende e promove o maior amor do mundo, faz com que muitas mulheres sofram quando não sentem tal desejo. Fatores culturais, sociais e históricos explicam as razões pelas quais as mulheres apresentam esse sofrimento, afinal, são muitas variáveis envolvidas (César et al., 2019).

O período perinatal engloba um conjunto de comportamentos complexos que variam de acordo com a interação de aspectos filogenéticos, ontogenéticos e culturais, considerando cada pessoa envolvida, inclusive pais e avós (Rocha et al., 2023). Dada a complexidade do fenômeno, convém também mencionar que, durante muito tempo, a maternidade foi pensada como intrinsecamente relacionada à função feminina, concernente à natureza da mulher, embora alguns autores apontem para o fato de que essa dedicação da mulher ao papel materno deve-se muito mais "a uma transposição social e cultural das suas capacidades de dar à luz e amamentar" (Moura & Araújo, 2004, p. 45). A exaltação do amor materno é um comportamento relativamente recente na história da civilização ocidental, constituindo-se esse tipo de vínculo, tradicionalmente descrito como "instintivo" e "natural", em um mito construído pelos discursos filosófico, médico e político a partir do século XVIII (Moura & Araújo, 2004).

Cada vez mais, casais limitam o número de filhos e alguns optam por não os ter e, diante disso, é comum constatar estranhamento, uma vez que a maternidade é vista como algo natural da mulher, como um desejo inato que todas as mulheres deveriam sentir. Muitos fatores explicam esse fenômeno, sendo possível discutir as influências culturais e socioeconômicas nas escolhas individuais, considerando as consequências previstas na relação com os filhos atualmente (Patias & Buaes, 2012). Na verdade, desde a década de 1970 a taxa de fecundidade no território brasileiro vem diminuindo. Da década de 1960 para 2020, o número de filhos diminuiu de seis (6) para 1,65 (IBGE, 2022).

O novo cenário mudou a perspectiva do planejamento familiar de muitos casais, as exigências da maternidade e a sobrecarga no trabalho formal transformaram a realidade e, por esse motivo, é comum encontrar famílias contemporâneas limitando o número de filhos ou optando por não os ter. Observa-se que as exigências impostas socialmente e as cobranças no mundo do trabalho inibem o desejo do casal de assumir os cuidados com uma criança. Culturalmente falando, aquilo que é esperado dos pais, em relação aos cuidados com os filhos, vai além da expectativa deles e acaba influenciando a escolha e a decisão do casal em querer ou não assumir a maternidade. Até o século XVIII, era bastante comum bebês e crianças pequenas serem cuidados por amas de leite. Em 1780, inclusive, muitos bebês em Paris não eram amamentados pelas suas mães, um comportamento que não explica, portanto, o instinto materno, já que não era um problema para as mães encontrarem os filhos já crescidos, sem fazer parte destes primeiros cuidados com o bebê. A abordagem mais atual, que prioriza um cuidado mais expressivo dos pais em relação à maternidade, afeta a escolha sobre querer ou não assumir esse desafio (Badinter, 1980/2018).

Afirmações como a de que somos "naturalmente" o que somos, que temos características biológicas que determinam nossas aptidões, são, no mínimo, bastante sedutoras. Ao se conceber mulher dotada da maternidade, fica maravilhoso pensar que o corpo feminino dá vida e isso soa incrivelmente bonito, mas há de se ter cuidado com os perigos desta visão determinista biológica. Especialmente quando se afirma que o amor maternal é, em essência, da mulher e natural do feminino (Badinter, 1980/2018). Afinal, tudo aquilo que desviar do que inevitavelmente está determinado biologicamente será negado, excluído ou desvalorizado (Ramos, 2022).

Na contramão do determinismo biológico, Skinner defende a ideia antiessencialista, antimentalista e contingente. Ou seja, dizer que existe um instinto materno é sugerir que o instinto causa comportamentos, ignorando todos os condicionantes filogenéticos, ontogenéticos e culturais. Nesta perspectiva, Skinner não acredita em verdades absolutas, acredita na mudança comportamental, considerando o contexto e as contingências³ (Silva & Laurenti, 2016). Isso já é suficiente para derrubar o mito de que a maternidade seria puramente instintiva. O viés não reducionista de Skinner sugere que a dimensão orgânica, mesmo que constituinte do humano, não o determina absolutamente. A dimensão orgânica ganha sentido a partir de uma história ontogenética contextualizada em uma dada cultura, promovendo os padrões de comportamento definidos como emitidos pelo homem e pela mulher, esclarecidos pela ontogênese e pela cultura (de Souza, 2000).

A mulher, quando passa a ser mãe, começa a sua jornada de aprendizados. Ter um filho implica conhecer uma nova realidade e, para isso, precisa da disponibilidade em aprender habilidades e adquirir repertório para dar conta do novo papel social, o de mãe. Um questionamento possível de ser realizado é: "como explicar a maternidade através de instinto?". Sabe-se que, a depender da comunidade, os cuidados com o bebê são bem diferentes. Em alguns grupos humanos, a prática do infanticídio, por exemplo, mostra claramente influências do meio e das crenças compartilhadas (regras), que afetam o modo de cuidado. Segundo Laraia (1986/2006), em tribos Tupi do Norte do Mato Grosso, por desconhecerem o anticoncepcional, mulheres matavam todos os filhos a partir do terceiro, em razão das crenças religiosas (Moreira et al., 2013).

Os papéis de mãe e pai foram e ainda são estabelecidos a partir do contexto histórico e social e passam por mudanças ao longo do tempo, incluindo, por exemplo, o que acontece hoje nas "redes sociais," o lugar em que são definidos padrões "saúdáveis" de comportamento. A propagação das regras sociais provoca a necessidade repentina de mudanças, colocando as pessoas em ação para se encaixarem nos padrões em busca do sucesso nas relações e nos papéis sociais que assumem tanto profissional, como familiar e socialmente (Marcello, 2005).

A romantização da maternidade também é um fator de influência, culturalmente falando, que provoca significativo sofrimento, produzindo, inclusive, sentimento de culpa para as mulheres que não se sentem felizes e realizadas com a maternidade, parecendo que, ao negar um filho, a mulher está fugindo de sua essência, de sua natureza. O discurso da mídia pode influenciar muito a maternidade compulsória, com falas que remetem ao século XVII, quando médicos propagavam a ideia de que a maternidade era naturalmente uma vocação feminina (César et al., 2019).

3. Contingências são regras que definem relações de dependência entre eventos ambientais ou entre eventos ambientais e comportamentais (Baum, 1994/2008; Catania, 1998/1999; Skinner, 1953/2003).

No filme, mesmo que imersas numa mesma cultura, as mães exercem diferentes maternidades. A personagem principal, Amy, mãe jovem, sobrecarregada com as tarefas de casa e do trabalho, sofre com a ausência do marido/pai nas atividades de casa e de cuidado dos filhos. Traída pelo marido, tenta a terapia de casal e passa pela separação conjugal. Já Kiki, mãe de quatro filhos, esposa dedicada, tem um marido "machista" e controlador. Sobrecarregada com as crianças em casa, ela não tem repertório social (não tem amigos) e nem tampouco tem vida própria. Não se reconhece mais como mulher e está emocionalmente adoecida. Carla, mãe solo (divorciada), é pouco romântica sobre a maternidade. Consegue manter o foco nela mesma, porém, percebe-se sutilmente no filme que, ao se priorizar, também sofre com o olhar julgador da sociedade, apresenta pouco cuidado com o filho e aparece como uma ameaça para as mulheres casadas (Marcello, 2005).

O que é determinado culturalmente organiza comportamentos para definir um modo de vida e influencia o comportamento de escolha do indivíduo, impedindo que ele decida pelo seu próprio desejo, afetando suas experiências pessoais. No caso do comportamento das mulheres, muitas delas, ao assumirem a maternidade, passam a responder às demandas sociais, atendendo às expectativas do seu meio, negligenciando suas próprias vivências e respondendo apenas em busca de aprovação social (César et al., 2019).

É comum que muitas mulheres se sintam exaustas com a rotina de mãe, mas um fator importante que costuma prejudicar a saúde mental é a falta de apoio e compreensão dos que estão à sua volta. Devido às práticas culturais, as mães são testadas e cobradas o tempo todo e um turbilhão de informações e "palpites" inundam suas vidas, trazendo sentimentos ambivalentes e intensos que provocam muito sofrimento (Ramos, 2022). A rede de apoio é um fator de proteção da saúde mental da mulher/mãe, mas nem sempre ela pode contar com essa rede. Dentro da cultura sexista, os homens têm um lugar mais confortável, de menos responsabilidade com a maternidade, pois homem não é "naturalmente" pai, como as mulheres são mães. Os discursos midiáticos que expressam a importância das mães na vida dos seus filhos podem fazê-las acreditar que são essenciais na vida da criança e que precisam se dedicar em tempo integral. Tais discursos retratam a assimetria entre as funções paternas e maternas como naturais, aumentando a sobrecarga das mulheres/mães (Marcello, 2005).

A pesquisa de Marcello (2005) mostra como a sociedade estabelece relações entre estímulos, que produzem aprendizado de que "ser mulher" equivale a seguir papéis sociais como "a", "b" e "c". É difícil dizer que o estabelecimento dessas relações de estímulos é "causa" ou "consequência" de aspectos culturais. Mas, é fato que, ao fazê-lo, essas relações de equivalência servem como contingências de suporte na manutenção da disparidade de gênero (de Souza, 2000). Esse exemplo (das orações simbólicas e o papel da mulher no cuidado) pode ser explorado em outro filme – *Kramer vs. Kramer*⁴ – no qual, o espectador pode sentir desconforto quando o pai ganha a guarda do filho (i.e., implicitamente, mesmo sem perceber ou de forma "não consciente", o quão confortável é considerar que cabe à mãe esse papel).

Espera-se da mulher que ela saiba exatamente como exercer a maternidade, considerando os comportamentos em relação aos cuidados com os filhos como sendo inatos e exclusivos da mãe. É comum ouvir a frase "nasce um bebê, nasce uma mãe"; porém, apesar dessa naturalização do amor materno como instinto, a relação da mãe com o bebê, como qualquer outra, vai sendo construída. Badinter (1980/2018) escreveu o livro intitulado "O Mito do Amor Materno" baseado na pesquisa sobre as atitudes maternas ao longo da história e mostrou que as condutas das mães não são universais. A autora constatou que o comportamento das mães mudava ao longo do tempo, considerando questões socioculturais e econômicas de cada época. Acrescentou ainda que a ideia de "amor materno" é algo especialmente novo na história da civilização ocidental (Ramos, 2022).

No período colonial e posteriormente no Império, a mulher era obrigada a assumir o papel de mãe e esposa, servindo ao marido e à casa sem nunca desejar ocupar o espaço público. Além disso, a educação das meninas era diferente da dos meninos. Apenas as que tivessem por destino o convento teriam acesso a mais leituras; as demais aprendiam o que interessava ao funcionamento de seu futuro lar, como ler, escrever, contar, coser e bordar. Nesse sentido, a maternidade foi, historicamente, representada e regulada pelo olhar masculino e da Igreja (Araújo, 2004).

4. *Kramer vs. Kramer*, filme lançado em 1979. Direção de Robert Benton. Disponível em Prime Vídeo e HBO Max.

De acordo com Oliveira (2007), a representação social da maternidade vem sendo modificada, adaptando-se à cada época e à cada sociedade em que se encontra inserida. Do mesmo modo, as representações da mulher também foram mudando ao longo dos tempos, mas nunca deixaram de estar submetidas ao olhar masculino hegemônico, que tende a compreendê-las sempre como inferiores. Desse modo, observa-se que o cenário atual apresenta padrões enraizados na história sociocultural e econômica que produziu comportamentos bem diferentes entre homens e mulheres, promovendo disparidade significativa na prática de atividades que envolvam cuidado com a família e a casa (Picoli et al., 2025).

Com relação à mulher, a partir do século XVIII e principalmente no século XIX, desenhou-se uma nova imagem de sua relação com a maternidade, segundo a qual o bebê e a criança transformam-se nos objetos privilegiados da atenção materna. A devoção e a presença vigilantes da mãe foram estabelecidos como valores essenciais e indispensáveis à preservação da criança. A ampliação das responsabilidades maternas fez crescer a valorização da mulher-mãe, a “rainha do lar”, dotada de poder e respeitabilidade, desde que não ultrapassasse o domínio doméstico (Moura & Araújo, 2004). Convém salientar que uma mulher “do lar”, ou “doméstica”, passou por um processo de “domesticação”. Deixou de ter características próprias, passando por um processo de “desumanização”; nesse caso, para atender aos propósitos “da casa”. Por princípio, estamos falando de um processo utilitarista (gerar filhos, servir ao lar) e de objetificação das mulheres e seus corpos. Se, por um lado, cumprir com as novas responsabilidades conferidas à mulher proporcionava um novo *status* na família e na sociedade, o não cumprimento destas responsabilidades gerava enorme culpa, estabelecendo um novo sentimento de “anormalidade”, visto que estavam se comportando contrariamente à natureza feminina, o que era explicado como algo patológico (Moura & Araújo, 2004).

Muitas são as pressões sofridas pelas mulheres ao longo dos anos, considerando que estão inseridas em uma sociedade patriarcal e machista (Nicolodi & Hunziker, 2021). Algumas concepções sobre ser mulher foram produzidas e reproduzidas pela sociedade, no sentido de instituir características ao feminino como uma essência, algo natural que existe em todas as mulheres e que não pode ser negado. Dentre essas características essencialistas, está a maternidade, relacionada a uma experiência exclusivamente feminina (César et al., 2019).

Se compreendermos, como dito anteriormente, que cada mulher constrói, sócio e culturalmente, suas representações acerca da maternidade, passaremos a compreender a não naturalidade desse processo e o fato de que “nem todas as mulheres desejam ser mães, respeitando as escolhas das mulheres e contribuindo, assim, para um olhar mais amplo e compreensivo sobre o tema” (César et al., 2019, p. 71). Ainda há muito o que evoluir nesse sentido, mas esperamos que o caminho não seja tão longo e que, mudando essa forma de olhar para a mulher, possamos repensar também o papel do homem na sociedade, especialmente como pai e cuidador. É preciso que homens também participem dessa desconstrução, assumindo a paternidade e quebrando paradigmas que colocam a mulher como a única responsável pelos cuidados com os filhos (Picoli et al., 2025).

DISPARIDADE NAS PRÁTICAS PARENTAIS

Fatores históricos e culturais demonstram relação direta com o sofrimento de muitas mulheres. A sobrecarga e a falta de apoio na maternidade são ainda visíveis na nossa sociedade, produzindo sofrimento e adoecimento. Marcello (2005) apresentou, em sua pesquisa, como a mídia divulga notícias diferenciando comportamentos de homens e mulheres famosos (ver, também, Nery & de-Farias, 2025). Foram comparadas famílias expostas na mídia e os comportamentos dos homens e das mulheres em relação aos filhos foram apresentados com ênfases bem opostas. Por exemplo, o homem quando cuida do filho é exaltado e, muitas vezes, visto como um “superpai”. Já a mãe, quando decide se cuidar, subentende-se que não prioriza o cuidado com seu filho. Ainda segundo a pesquisa, o papel materno não é visto isoladamente, sendo frequentemente comparado e preterido por pequenos comportamentos paternos (brincar com o filho em sua festa de aniversário). Tais resultados evidenciam uma percepção ainda comum em nossa sociedade. Imaginemos uma cena em que, num restaurante, a mãe está sentada se alimentando enquanto o pai cuida da criança. Frequentemente tal cena resultaria em percepções que poderiam incluir a mãe sendo julgada como “mãe folgada” e/ou seria percebido como “pai atencioso”. Se fosse o contrário, ou seja, se o pai estivesse se alimentando enquanto a mãe estivesse tomando conta da criança, provavelmente a cena seria percebida como natural.

Essas relações podem ser explicadas por meio de áreas de estudo da Análise do Comportamento, denominadas como equivalência de estímulos (Sidman, 1994), formação de conceitos e Teoria dos Quadros Relacionais (Hayes, Barnes-Holmes & Roche, 2001), que explicam como os estímulos apresentados em redes sociais, por exemplo, podem funcionar como mensagens importantes que determinam comportamentos específicos, especialmente diferenciando os papéis de gênero. De acordo com a Teoria de Equivalência, por exemplo, após aprender um comportamento para um estímulo (A), o organismo pode responder de maneira semelhante a outros estímulos (B e C) que são percebidos como equivalentes devido à aprendizagem prévia. Ou seja, ao aprender que dois estímulos (A – mulher, e B – mãe) estão relacionados, ele pode generalizar a resposta a outros estímulos, mesmo que sejam fisicamente diferentes, mas que pertençam à mesma categoria, tendo a mesma função (C – cuidadora/cuidar/doar-se). Nesse sentido, isso pode contribuir para o aumento da autocobrança da mulher (de Rose & Bortoloti, 2007).

Tais teorias têm importantes implicações para explicar como, culturalmente, aprendemos relações simbólicas e como as mídias sociais podem funcionar como um lugar no qual a linguagem e a propagação de informações acontecem deliberadamente, potencializando comportamentos comuns entre os grupos e aumentando a probabilidade de sofrimento (Hayes et al., 2001). É comum, por exemplo, mães serem apresentadas amamentando (imagens e vídeos) juntamente com frases como “amamentar é amar” (regras sociais, ditas por meio de textos e postagens). Tais estímulos produzem um comportamento compulsório das mulheres em amamentar seus filhos para provar seu amor e, quando esbarram em alguma dificuldade com esse processo, sentem-se culpadas e frustradas (“se não amamento, não amo”), resultando, muitas vezes, em adoecimento mental (Perez, Nico, Kovac, Fidalgo & Leonardi, 2013).

O lado bom é que a aplicação dessas teorias pode beneficiar o comportamento de novas gerações, inclusive com o uso saudável das redes sociais, por meio de estudos e esforços em relacionar novos modelos de práticas parentais, promovendo a aprendizagem de novas relações. Por exemplo, se uma criança aprende a associar o cuidado emocional com um pai (que pode ser menos frequentemente associado a esse papel tradicionalmente), a resposta dessa criança ao cuidado de ambos os pais (independentemente do gênero) pode ser tratada como equivalente, se as interações emocionais e comportamentais ocorrerem de maneira similar. Esse tipo de generalização de respostas pode ser útil para questionar as normas de gênero tradicionais e explorar o papel que pais e mães desempenham de maneira mais equitativa na educação e criação dos filhos (Schmidt, Postalli & de Souza, 2014).

De acordo com Zanello e Porto (2016), a maternidade deve ser compreendida como uma construção social, que foi se desenhando ao longo da história, com expectativas e cobranças bastante distintas e diretamente relacionadas com os meios de produção daquele período. As práticas de cuidado com o bebê, conhecidas como maternar, também foram sofrendo alterações com o passar dos anos, mas estrategicamente essa função foi associada às mulheres (Badinter, 1980/2018).

As diferentes expectativas em relação aos cuidados parentais começam antes mesmo da fecundação e, na maioria das vezes, são as mulheres que buscam profissionais da saúde para preparar o corpo ou ter informações sobre a gestação, que se preparam para a chegada do filho, bem como que planejam toda a organização logística dessa chegada (quarto, enxoval, parto e pós-parto). E muitas passam por todas as mudanças (corporais, hormonais, e ambientais, de forma geral) sozinhas, ou na companhia de outras mulheres (familiares e amigas), porque a maternidade é compreendida culturalmente como um evento feminino (Zanello & Porto, 2016).

Não é à toa que o pós-parto é considerado o período de maior risco para incidência de transtornos mentais na vida de uma mulher (APA, 2023). Além de toda mudança hormonal, é necessária uma readaptação ao corpo, rotina, interesses, e isso é seguido usualmente de cobranças e expectativas que não se resumem apenas a este período (Rocha et al., 2023). O que acontece com frequência é o adoecimento materno, que muitas vezes demora para ser diagnosticado. Um possível motivo são os aspectos culturais que reforçam comportamentos de “supermães”. É esperado que as mulheres cuidem da casa, do filho, do relacionamento e do trabalho externo (Freitas & Barbosa, 2016).

Historicamente, a função de mãe foi sendo desenhada para servir ao outro. Inclusive, a preocupação com a saúde materna tem como precursor a saúde da criança. Com os aumentos dos infanticídios e a necessidade de aumentar a população no pós-guerra, não era possível seguir negligenciando a saúde das mulheres (Zanello & Porto, 2016). Um excelente exemplo que aparece no filme é a cena em que Kiki compartilha com as amigas que sonha em sofrer um acidente para que possa se desligar um pouco da rotina de cuidado dos filhos. Ela verbaliza o desejo como se aquele pensamento fosse algo natural (como se o cansaço extremo fosse esperado). As amigas imediatamente sinalizam que não é comum pensar dessa maneira e falam sobre a importância de ela compartilhar os cuidados dos quatro filhos com o pai (que também deveria ser responsável pelas crianças).

Na maternidade, principalmente no início da chegada do filho ou quando a cuidadora está sobrecarregada, os comportamentos, em sua maioria, são mantidos por reforçamento negativo (retirada, atenuação ou adiamento de estímulos aversivos do ambiente para fortalecer uma resposta comportamental). Além disso, é recorrente a privação ou atraso de reforçadores primários, tais como sono, sexo e alimentação (Rocha et al., 2023). É preocupante pensar que pessoas chegam a esse nível de esgotamento sem ao menos questionar a estrutura patriarcal em que nossa sociedade acontece (Nicolodi & Hunziker, 2021). Outra cena que escancara a disparidade e o adoecimento das mulheres na maternidade é o momento em que a personagem Amy dirige em alta velocidade e sem prestar a devida atenção ao trânsito, para dar conta de cumprir todas as atividades, não sobrando tempo nem para almoçar e, quando chega ao último compromisso do dia (reunião na escola dos filhos), tem seu comportamento de atraso punido pela diretora da comissão de pais, que, naquele momento, ignora completamente as contingências que contribuíram para o atraso (de Souza, 2000).

É triste, porém verdadeiro, que as práticas culturais vigentes sobre os comportamentos esperados da maternidade e paternidade diferem drasticamente em nossa sociedade (Nicolodi & Hunziker, 2021). De acordo com Neff (2021/2022) e Adichie (2017), os comportamentos de cuidado vão sendo ensinados às mulheres desde a infância. É sabido que as mulheres ficam como responsáveis pela maior parte do trabalho invisível, considerando afazeres domésticos e atividades de cuidado (IBGE, 2020, 2022). Desde muito cedo, por meio da educação (em casa e na escola) e até mesmo dos brinquedos, os papéis vão sendo ensinados: o que é esperado para uma mulher e para um homem (Picoli et al., 2025). Apresentamos bonecas, materiais de cozinha e utensílios domésticos para as meninas e carrinhos, brinquedos eletrônicos e super-heróis para os meninos (Adichie, 2017).

Uma das possíveis consequências desse tipo de comportamento pode ser percebida logo no início do filme: Amy leva os filhos (Dylan e Jane) à escola, entregando o lanche para eles e o trabalho acadêmico de Dylan (que ela mesma fez). Depois, vai para o trabalho e chega à casa no final do dia, com várias sacolas do supermercado; o marido está assistindo televisão, enquanto toma uma cerveja e ri da situação, vendo a mulher chegar cheia de sacolas. Ela ainda organiza as compras e agradece a paciência da família pela sua demora ao preparar o jantar. O marido trabalha em casa, como corretor de imóveis, teve duas reuniões e conseguiu dormir um pouquinho à tarde. Para finalizar o dia, Amy encontra seu marido se masturbando em um encontro *online*.

Em nossa cultura, reforçamos a ideia de que a mulher precisa dar conta de tudo (casa, trabalho, filhos, corpo e relacionamento) e, quando alguma coisa foge do previsto, como na cena apresentada em que o jantar atrasa, aparece o sentimento de culpa (Rocha et al., 2023). É como se todas as contingências (marido em casa com tempo livre até para dormir, filhos pouco autônomos em relação às demandas da escola, excesso de atividades durante todo o dia) ficassem invisíveis, dando espaço apenas para a regra cultural de que certas atividades são responsabilidades das mulheres e elas precisam dar conta. E, para finalizar, muitas vezes traições (quebras de contrato de fidelidade em relacionamentos) são suavizadas ou até mesmo ignoradas (de Souza, 2000).

Esta regra é diariamente repassada pela comunidade, por meio de falas como: "seu marido te ajuda", "se não fizer sexo, ele vai procurar fora", "você precisa se cuidar, homem não gosta de mulher desleixada", "filho é da mãe". Esses são exemplos de regras que contribuem para mantermos uma cultura que naturaliza a submissão da mulher e contribui para o seu adoecimento (Badinter, 1980/2018). A romantização da maternidade, as imagens das mulheres como "supermães", que dão

conta de tudo e não precisam de ajuda, certamente dificultam as mudanças nas práticas culturais e contribuem para o adoecimento da mulher, que também naturaliza os cuidados como sendo apenas responsabilidade dela e não cobra dos homens uma postura diferente (Silva, 2021).

REDE DE APOIO E SAÚDE MENTAL MATERNA

A perinatalidade é caracterizada por um período composto por intensas mudanças e, como dito, tem sido demonstrada como uma fase de risco para o desenvolvimento de transtornos psiquiátricos, como depressão perinatal, que causa sofrimento psicológico e dificuldades na rotina de vida diária das mulheres/mães (Rocha et al., 2023). Segundo Maldonado (2017), esse período pode ser descrito como uma "crise do desenvolvimento" que, apesar de predispor a tais riscos, também impulsiona o desenvolvimento psicossocial. A partir do momento em que os conflitos gradativamente são resolvidos, o equilíbrio é restabelecido e a forma de resolução depende da história passada e do contexto das mulheres, considerando o momento em que engravidaram e tiveram o filho.

Todas essas mudanças têm como consequência a aquisição de novos repertórios e habilidades ou, no mínimo, um aprimoramento delas. Aprender a cuidar de um bebê é desafiador; mais desafiador ainda é conseguir manter o autocuidado quando se é mulher e mãe em nossa cultura. No estudo realizado por Rocha et al. (2023), aparece a provável dificuldade entre o repertório estabelecido antes da maternidade e após este período, por exemplo: sair com os amigos para jantar pode não ser mais reforçador como antes de se ter um filho, uma vez que dormir (privação de sono é frequente nesse período) torna-se uma prioridade. O que antes era reforçador nem sempre se mantém e novas respostas aparecem justamente para que novas consequências também se estabeleçam. Nesse caso, sair com os amigos para lanche durante a tarde pode ser uma alternativa.

Aprender uma nova maneira de se comportar, no entanto, pode ser um processo longo, difícil e até mesmo adoeceador. Como já explorado no texto, sabemos que a mulher vem ocupando historicamente funções de cuidado, e isso já está tão impregnado em nossa cultura que as ações são compreendidas como valores morais e raramente questionadas (Silva et al., 2020). Pelo contrário, muitas vezes são cobrados padrões de assistência impossíveis de serem praticados. Podemos dizer, então, que as mães aprendem a cuidar e dificilmente têm oportunidade ou contexto para serem cuidadas. No filme, isso aparece na cena em que a diretora da comissão de pais, Gwendolyn, estipula uma lista imensa de ingredientes que não podem ser ofertados nos lanches dos eventos da escola (com o suposto objetivo de melhorar a qualidade da alimentação das crianças), ação basicamente impraticável, que sobrecarrega ainda mais os cuidadores.

Observa-se que, ao recusar-se a participar das atividades exaustivas da escola dos filhos ou ao não atender às solicitações, como enviar um lanche saudável todos os dias, Amy volta o olhar para si mesma e para suas necessidades. Desta forma, também consegue identificar as necessidades dos filhos e adaptar sua rotina para vivenciar mais momentos prazerosos com eles, inclusive aproveitando momentos da própria rotina. As tarefas exigidas pela diretora eram propostas de modo a sinalizar punição: as mães ficavam horas nas reuniões e saíam com a sensação de que teriam muito a fazer. Não existia empatia e consideração à diversidade dos contextos familiares. Evidentemente, essas exigências mantinham o comportamento das mães de atendê-las com rigor, para que consequências punitivas não afetassem a vida delas e dos seus filhos. Não resultava em qualquer satisfação cumprir tais exigências, que, ao contrário, acabavam aumentando o nível de estresse das mães. Isso demonstra um dos efeitos colaterais de um sistema coercitivo influenciado pela cultura impositiva e julgadora da sociedade, que, nesse caso, mantém o comportamento do grupo por meio de reforço negativo (Glenn, 1989). Coerção foi definida, por Sidman (1995/2009), como o controle comportamental exercido pelo ambiente por meio de consequências punitivas que levam o indivíduo a se empenhar em comportamentos de modo a evitar tais consequências punitivas/aversivas. No filme, isso aparece quando as personagens tentam escapar das consequências estabelecidas no contexto, especialmente na escola.

No decorrer da trama, Amy consegue mudar seu padrão comportamental, enfrentando situações aversivas de um modo mais assertivo, com menos sofrimento.

As regras de como ser uma boa mãe muitas vezes são tão rígidas e arraigadas que tornam o maternar mais pesado do que poderia ser, e com menos tempo para coisas importantes na relação com o filho, como brincar e a busca por novos ou antigos reforçadores, como sair com os amigos (Rocha et al., 2023). A personagem Kiki, em diversas situações nas quais recebe convite para se divertir, em um primeiro momento fala que não pode, em função de tarefas da casa (*e.g.*, supermercado, passar cueca do marido), como se a casa fosse apenas responsabilidade dela. Em uma das vezes que ela resolve sair com as amigas, seu marido a encontra em um restaurante, e cobra que retorne para casa para cuidar das crianças, pois é trabalho dela. A personagem imediatamente acata a ordem do companheiro, validando a fala dele que "a coloca no seu devido lugar como esposa".

Uma das contingências do provável adoecimento psicológico de Kiki e da exaustão de Amy foi estabelecida pela ausência de suporte de suas redes de apoio. Em ambas as famílias, os companheiros não auxiliavam nas atividades de cuidado com os filhos e com a casa. As duas personagens, em um primeiro momento, não questionavam a sobrecarga, pois, por influência cultural (regras e autorregras), era esperado que dessem conta de tudo. A escola também não era um lugar para compartilhar as dificuldades do maternar: atrasos, trabalho externo, não participação na reunião da comissão de pais, e questionamentos sobre as imposições referente aos lanches eram comportamentos punidos socialmente (de Souza, 2000).

Sair com as amigas é um reforçador de alta magnitude para Amy, Kiki e Carla. Poder falar e dividir os desafios sobre maternidade, mas não apenas isso, relaxar, pensar em como podem modificar os comportamentos que entendem como inadequados, ter modelos de habilidades que ainda não possuem, são práticas de apoio social que possivelmente minimizam o estresse parental (Coltro, Paravent & Vieira, 2020). A sensação de estar sendo cuidada contribui para a melhoria da qualidade de vida da mãe durante esse período de transição, incluindo a diminuição da probabilidade de ocorrência de depressão pós-parto (Oliveira & Dessen, 2012).

A personagem Kiki mostra-se sensível às regras de que a mulher obrigatoriamente deve cuidar da casa, dos filhos e do marido, e mostra-se insatisfeita com as consequências que encontra na sua rotina, já que não conseguia cuidar de si, ter momentos de lazer, vida social, nem sequer investir minimamente na sua saúde física e emocional. No caso dela, algumas situações são também fruto da dificuldade do homem em assumir a sua parte nos cuidados com a casa e os filhos, além de proibir a mulher de trabalhar fora de casa. No cenário contemporâneo, algumas mudanças podem ser observadas, como a possibilidade de a mulher olhar para si como profissional além de mãe, podendo fazer suas próprias escolhas em relação a como vai conduzir sua maternidade. Ao contrário de um padrão único e homogêneo de maternidade, emergiram várias faces interpostas, permeáveis, passíveis de transformação em um movimento dinâmico e contínuo de ser-mãe (Lemos, 2017).

Tudo indica que Carla também não tinha rede de apoio e nem auxílio do pai de seu filho. No entanto, seus comportamentos evidenciam maior flexibilidade psicológica, termo definido por Hayes e colaboradores como a capacidade de estar presente no momento, com abertura e aceitação aos comportamentos encobertos (como pensamentos, emoções e sensações), e agir de acordo com os próprios valores, mesmo diante de situações difíceis. Em outras palavras, é a habilidade de não ficar preso ao sofrimento, às crenças limitantes ou à necessidade de controle, mas sim de adaptar-se às circunstâncias e agir com coerência com o que realmente importa para a pessoa. A flexibilidade psicológica é o núcleo da saúde mental – quanto mais flexível uma pessoa é, mais capaz ela se torna de lidar com o estresse, as mudanças e os desafios da vida (Hayes, Strosahl & Wilson, 2016/2021).

Ela criou sozinha seu filho, fazendo o que era possível dentro de suas limitações, levando em conta o que era real e, por vezes, entendendo que os erros são inerentes ao maternar. Além disso, não cumpria "exigências" externas advindas de regras estabelecidas socialmente, quando, por exemplo, saía para se divertir enquanto o filho estava na escola ou quando claramente não atendia às demandas da diretora da escola.

Entre os anos de 2011 e 2012, foi realizada no Brasil uma pesquisa sobre nascimento, sendo um dos temas estudados a saúde mental materna. Os resultados apontaram que 26% das mulheres apresentaram diagnóstico de depressão perinatal (Leal et al., 2014). Ao analisar esta temática, observam-se os fatores de risco para o adoecimento, tais como falta de apoio da família, condições socioeconômicas desfavoráveis, gravidez não desejada, pouca idade, depressão anterior e problemas obstétricos. Fica evidente a necessidade de uma rede de apoio funcional na tentativa de viabilizar a saúde materna (Freitas & Barbosa, 2016).

Quando se fala de apoio, estamos nos referindo à toda rede que circunda essa mulher, de profissionais da saúde (obstetra, pediatra, enfermeiro, psicólogo) à família e amigos. Entende-se a oferta de apoio social como um conjunto de diversas variáveis que envolvem desde conforto, assistência, vínculos sociais, informações, recursos disponíveis e, até mesmo, carinho (Macedo, Dimenstein, Sousa, Costa & Silva, 2018). De acordo com Thiengo, Santos, Fonseca, Abelha, e Lovisi (2012), essa variável (apoio social, ou sua falta) é de grande relevância, já que desde 1960 os estudos indicam a possibilidade de que ela esteja na origem, precipitação, andamento e recuperação dos transtornos psiquiátricos.

Os modelos de Bronfenbrenner (1995), Belsky (1984) e Hoghughi (2004) destacam a parentalidade como uma atividade processual e multideterminada, em contínua interação com variáveis pessoais, contextuais, sociais e históricas de cada indivíduo. Além disso, esses modelos enfatizam os efeitos que as estratégias e os comportamentos específicos das figuras parentais exercem sobre os desfechos no desenvolvimento da criança, a depender de como afetam suas competências sociais e emocionais. Tais modelos preconizam, assim como a ótica comportamental, a análise contextual que está relacionada às condições históricas e culturais vivenciadas em cada sociedade e comunidade, e que exerce influência nas interações dentro das redes sociais que se formam entre os membros, como um recurso essencial para o exercício da parentalidade (Coltro et al., 2020).

Infer-se ainda que o apoio social, nas suas dimensões estrutural e funcional, pode afetar diretamente a parentalidade quando os pais com maior apoio conseguem favorecer a socialização de seus filhos com maior qualidade, por meio da exposição a contextos de interação social (Barroso & Machado, 2015). E, também, quando o apoio social funciona como um fator de proteção para a parentalidade positiva, ou seja, atenuando os efeitos negativos de fatores como estresse parental ou depressão materna. Na pesquisa de Coltro et al. (2020), os resultados apontaram aspectos positivos em relação ao apoio social durante a perinatalidade; dentre os efeitos positivos, a diminuição nos sintomas de depressão materna e mais afeto e carinho na relação com os filhos. Pais que recebem apoio também apresentaram redução no estresse parental.

Sabendo disso, o papel do psicólogo é imprescindível nos cuidados com a saúde mental. A psicoterapia oferece um espaço privilegiado de acolhimento que pode claramente funcionar como um fator de proteção e cuidado. O autoconhecimento e esforços para analisar o contexto são condutas necessárias para o bem-estar, em se tratando da maternidade. Pode-se afirmar que, apesar da cultura e das regras sociais mais impositivas, a psicoterapia pode transportar a mulher para um lugar mais confortável, por meio do treino de habilidades que podem torná-la mais forte emocionalmente. A flexibilidade psicológica, viver no momento presente (*mindful*) e conseguir analisar o contexto são ferramentas valiosas no processo psicoterapêutico (Hayes et al., 2016/2021). Esses elementos são ferramentas que auxiliam significativamente para que as mulheres tenham repertório de enfrentamento diante de situações nas quais se faz necessário exigir dos parceiros maior participação na parentalidade, defendendo que as funções sociais dos pais independem de gênero. O papel da psicoterapia é, também, desconstruir regras, estabelecendo novos significados e valores para a adequação de regras mais consonantes com as realidades das mulheres/mães.

Além do psicólogo, os demais profissionais que participam do período perinatal podem contribuir com apoio social por meio da assistência prestada, garantindo informações e uma assistência técnica de qualidade. Segundo Guimarães e Melo (2011), eles devem levar em consideração o contexto social a que a família pertence, identificando os possíveis riscos existentes, sejam eles biológicos ou psicossociais. Uma assistência de qualidade colabora para um aumento no repertório de enfrentamento de situações difíceis que podem ocorrer, como no caso de uma gravidez não planejada na adolescência. Formar vínculo e buscar integrar a gestante em grupos de cuidado social são formas de atuar em prol dessa assistência (Schwartz et al., 2011).

A sobrecarga na perinatalidade encontra ainda mais um fator que aumenta os riscos de problemas psiquiátricos: a separação conjugal do casal com filhos. O impacto deste evento vai depender, logicamente, de fatores econômicos, sociais, culturais e religiosos, mas afetará os envolvidos, uma vez que, quando ocorre a separação, muitas adaptações são necessárias, podendo agravar as dificuldades do período perinatal. Por exemplo, o enfrentamento da complexidade no desempenho das tarefas desenvolvimentais pode envolver a definição das funções conjugais e parentais, separando-as para que sejam desempenhadas agora em lugares diferentes pelos pais que não estarão mais juntos (Pereira & Leitão, 2020).

É comum, após a separação, a divisão da guarda dos filhos. No Brasil, existem dois tipos de guarda: a unilateral e a compartilhada (Pereira & Leitão, 2020). No filme, isso pode ser retratado pelas personagens Amy e Carla. A primeira com a guarda compartilhada, e Carla que assumiu a guarda unilateral do filho. Na trama, observa-se como esse evento demanda ajustes e paciência, até que a vida se alinhe novamente em um novo formato. Essa situação exige cuidado e carinho para que os efeitos desta mudança não sejam danosos à saúde mental dos filhos e do ex-casal. Na pesquisa de Pereira e Leitão (2020), os relatos das mães divorciadas revelaram sofrimento emocional expresso como solidão, tristeza, insegurança e desamparo, aumentando a dependência das mulheres em relação à sua família como rede de apoio.

Geralmente, após o nascimento dos filhos, o casal precisa se adequar à rotina e criar alternativas para aumentar os reforçadores na relação marido e mulher, uma vez que o bebê vai ocupar tempo significativo de suas vidas e consumir suas energias. Nesse contexto a comunicação entre o casal é fundamental (Araújo, 2025). No filme, a relação de Amy e seu marido, já desgastada, fica ainda mais fragilizada com a traição dele. Uma boa comunicação, a divisão de tarefas e a escolha em fazer dar certo são peças fundamentais para a saúde na relação. No entanto, o marido de Amy não oferece ocasião para que ela possa se aproximar e, mesmo com a tentativa de terapia de casal, proposta por ela, eles não conseguem resgatar a relação e se separam. A mãe passa a viver o drama de preparar os filhos para a nova situação sozinha.

Diante dos desafios que os relacionamentos enfrentam, a flexibilidade psicológica nos oferece um lugar mais saudável, permitindo maior repertório de ação, habilidade para lidar com a frustração e melhores estratégias de enfrentamento de situações-problema, considerando que imprevistos acontecem e não temos controle. O termo flexibilidade psicológica refere-se ao manejo de situações desafiadoras, a partir da capacidade de se adaptar (Hayes et al., 2016/2021). A adaptabilidade humana contribui para a saúde emocional e inclui elementos como aceitação, reconhecer valores de vida, estar atento ao momento presente e autoconhecimento, considerando sua história e ambiente (*self contextual*).

A personagem Kiki, como já mencionado, imagina-se sendo atropelada, pensando que assim conseguiria passar um tempo internada longe dos estressores. Isso evidencia a sobrecarga de tarefas, a necessidade de autocuidado e a sua dificuldade em assumir uma postura mais assertiva com seu marido, entendendo que é responsabilidade dele também os cuidados com os filhos, exigindo ações nesse sentido (César et al., 2019). As regras que Kiki compreende daquilo que é ser mãe (ações voltadas para manutenção da casa e cuidado com os filhos) produzem exaustão física e emocional, colocando a personagem à beira de um quadro de estresse e possivelmente de depressão. Ao longo das cenas, considerando seu contexto e com a ajuda das amigas (suporte social), Kiki começa a se comportar de modo contingente e altera seu padrão verbal, passa a falar o que quer e sente, manifestando suas necessidades ao marido e o incluindo nas tarefas com os filhos. Desta forma, ela consegue diminuir a sobrecarga das atividades, incluindo o marido/pai nos cuidados com os filhos e adquire novas e reforçadoras consequências, podendo descansar mais e sair de casa para momentos de autocuidado. A assertividade, uma habilidade social que possibilita melhor convivência e menos prejuízos para a saúde mental, é um elemento muito importante para a saúde das relações. A pessoa que se comunica de modo assertivo é, geralmente, hábil para expressar o que pensa e sente, de modo a não incitar conflitos, respeitando suas vontades e os limites do outro na interação (Del Prette & Del Prette, 2016).

Já Carla, ao contrário das amigas, é mãe solo e não tem marido ou companheiro. Tendo em vista a perspectiva da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), pode-se dizer que ela apresenta maior flexibilidade psicológica e consegue relaxar mais, respondendo menos às regras sociais impostas (Hayes et al., 2016/2021). Porém, observa-se dificuldade de apresentar comportamentos mais adequados em se tratando dos cuidados com o filho. Ela relata, em alguns momentos, que não sente prazer em acompanhar a vida escolar do filho, preparar o lanche dele ou acompanhá-lo nas atividades, como no futebol. Carla

mostra-se intolerante às funções de mãe, assumindo, inclusive, que algumas dificuldades do filho podem estar associadas a essa ausência de cuidados. Nas cenas finais, ela expressa seu sentimento pelo filho e apresenta mais cuidado, preparando seu lanche e dizendo que iria assistir ao seu jogo. A reação do filho incluiu estranheza diante da postura da mãe, mas também a manifestação de carinho e gratidão, dando-lhe um abraço. Nesse momento, ela demonstrou satisfação e a cena retratou a expressão de sentimentos como uma habilidade social aprendida, que pode resultar no fortalecimento das relações, tornando-as mais saudáveis, inclusive fora dos padrões pré-estabelecidos socialmente (Del Prette & Del Prette, 2016).

Um trabalho em rede é fundamental para que se melhore os índices de adoecimento mental no período perinatal, como diz o provérbio africano: "é preciso uma aldeia inteira para educar uma criança". Essa prática coletiva foi se perdendo em meio às mudanças culturais e sociais. Em nossa sociedade, as relações interpessoais e de trabalho foram se tornando cada vez mais solitárias e individualizadas, contribuindo para o enfraquecimento das redes comunitárias (Rocha et al., 2023). Família, instituições, amigos, equipe de saúde, todos são importantes e indispensáveis.

Portanto, a ajuda pode ser bem-vinda no período perinatal e até antes dele. O suporte financeiro, apoio emocional, auxílio com as tarefas domésticas, cuidado com os filhos, todas as formas de apoio ajudam a proteger a família das consequências advindas do estresse que se instala diante da mudança significativa que implica uma gestação e a chegada de um filho (Araújo, 2025; Oliveira & Dessen, 2012). Então, pode-se inferir que trabalhar em prol da saúde mental materna é buscar uma mudança cultural na forma de compreender a perinatalidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O filme apresenta apenas um recorte da realidade com tons exagerados, específicos da comédia, mas, trazendo à tona reflexões importantes e necessárias sobre os desafios da maternidade, incluindo a sobrecarga materna e a importância da rede de apoio como fator de proteção para a saúde mental perinatal.

A trama escancara a problemática da disparidade parental, enfatizando a urgência de se incluir "os pais" (referindo-se ao gênero masculino) na rotina diária de uma família, assumindo cuidados com os filhos, com a casa e com as atividades que os envolvem, como a escola, por exemplo. Este cenário, no qual a mulher é vista como a única responsável pelos cuidados com os filhos, pode ser questionado e problematizado por meio de novas pesquisas e esforços de profissionais que trabalham com esse público.

As práticas culturais mudam, a cultura evolui e nossa intenção, enquanto profissionais, é enfatizar os fenômenos e processos que tornam mais saudáveis as relações, e, deste modo, contribuir para a modificação de padrões culturais ou ao menos questionar tais padrões. Mantendo conformidade com o Código de Ética Profissional do Psicólogo (Conselho Federal de Psicologia, CFP, 2005), convém incentivar atitudes igualitárias na divisão de responsabilidades entre homens e mulheres, evitando sobrecarga e problemas emocionais advindos da violência de gênero que massacram as mulheres e fortalecem a desigualdade na prática dos cuidados parentais.

Este ensaio apresentou a disparidade parental, mostrando que a cultura machista, patriarcal, com suas expectativas pré-definidas sobre os papéis de gênero, vai constituindo uma engrenagem, na qual a disparidade parental, sendo produto desta cultura, é valorizada e mantida como prática cultural, retroalimentando a própria cultura.

A expectativa com este trabalho é alcançar um público de profissionais interessados em modificar ambientes e práticas para melhorar as condições de vida das mulheres/mães. Como já defendia Skinner (1953/2003), por meio de sua visão pragmática, é importante que o conhecimento seja utilizado para modelar novos comportamentos e produzir mudanças significativas no contexto social.

Deve-se lembrar que o treinamento e a capacitação de profissionais de saúde acerca da dinâmica da saúde mental da mulher na gestação e no pós-parto é uma ferramenta essencial na política de promoção e apoio à saúde mental perinatal e à prevenção de problemas, inclusive o suicídio (Rozas & Pasqualini, 2023).

O que há de novo no cenário atual, que forneceu maiores informações para as mulheres, é a internet. Por meio das redes sociais, um espaço foi aberto para a luta das mulheres em busca de condições igualitárias. Este lugar possibilitou a ampliação das reflexões sobre o feminismo, sobre ser mulher, sobre a cultura patriarcal e o machismo, sobre o feminicídio e sobre a maternidade compulsória (César et al., 2019). Não se pode negar que muitas mulheres hoje se beneficiam com a divulgação destas informações, uma vez que o conhecimento sobre tais fenômenos já as deixam mais fortalecidas para enfrentar os desafios inerentes do feminino. O alerta fica para as publicações que influenciam, negativamente, aquelas que idealizam o período perinatal, enfatizando regras, comparando e enquadrando as mulheres num mesmo padrão de comportamento em prol de uma maternidade normativa e universal que preconiza formas específicas de exercer a função de mãe (Rocha et al., 2023).

Destaca-se a necessidade de abordar a saúde mental durante o planejamento reprodutivo, o pré-natal, o puerpério e ao longo da parentalidade. Nesse contexto, os programas de educação familiar trariam contribuições efetivas para a melhoria da qualidade de vida das famílias, especialmente no Brasil. O desafio, porém, é atuar sobre os fatores de risco e prevenir tais impactos na saúde mental e suas consequências na maternidade (Oliveira & Dessen, 2012).

Concluindo, convém mencionar a dificuldade na busca por publicações e pesquisas sobre maternidade/perinatalidade e Análise do Comportamento, sugerindo-se maiores esforços para ampliar a literatura sobre o tema. Do mesmo modo, é necessário apontar que maiores investimentos em saúde pública possuem grande possibilidade de contribuir para o desenvolvimento de políticas públicas e intervenções voltadas para a promoção de práticas parentais positivas, o que pode potencializar o desenvolvimento infantil e a redução de fatores de risco para as famílias. Além disso, pode melhorar as condições de saúde mental das mulheres/mães por meio de programas e espaços privilegiados de escuta, acolhimento e serviços de cuidado para atender às necessidades emocionais deste contingente populacional. É de extrema relevância um trabalho preventivo e protetivo de cuidado, que atenua os efeitos colaterais da sobrecarga emocional de mulheres que se encontram vulneráveis física e emocionalmente em suas relações.

REFERÊNCIAS

- Adichie, C. N. (2017). *Para educar crianças feministas: um manifesto*. São Paulo: Companhia das Letras. ISBN 978-8535928518.
- Andery, M. A. P. A. (2017). Comportamento e cultura na perspectiva da Análise do Comportamento. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 2(2), 203-217. <https://doi.org/10.18761/perspectivas.v2i2.69>.
- Andery, M. A. P. A. (2011). Comportamento e cultura na perspectiva da Análise do Comportamento. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 2(2), 203-217. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-35482011000200006&lng=pt&tlng=pt.
- American Psychiatric Association (APA) (2023). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-5-TR: Texto Revisado*. 5th ed. Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-6558820932
- Araújo, E. (2004). A arte da sedução: Sexualidade feminina na colônia. Em M. Del Priore, & C. Bassanezi (Orgs.), *História das mulheres no Brasil* (7ª ed., pp. 89-115). São Paulo: Contexto. ISBN 978-8572443208
- Araújo, K. V. de (2025). Relação conjugal e as mudanças com a chegada do filho: Uma perspectiva analítico-comportamental. Em L. B. Nery, & M. B. de O. Borges (Orgs.), *Relações amorosas, terapia de casais e Análise do Comportamento* (pp. 315-334). Curitiba: Appris. ISBN 978-6525064703.
- Badinter, E. (1980/2018). *Um amor conquistado: O mito do amor materno* (W. Dutra, trad.). Rio de Janeiro: Nova Fronteira. ISBN 978-8520906033

- Barros, R. da S. (2003). Uma introdução ao comportamento verbal. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 5(1), 73-82. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452003000100008&lng=pt&tlng=pt.
- Barroso, R. G., & Machado, C. (2015). *Definições, dimensões e determinantes da parentalidade*. Em G. A. Pluciennik, M. C. Lazzari, & M. F. Chicaro (Orgs.), *Fundamentos da família como promotora do desenvolvimento infantil: Parentalidade em foco: Vol. I* (pp. 16-33). São Paulo: Fundação Maria Cecília Souto Vidigal. https://doi.org/10.14195/1647-8606_52-1_10
- Baum, W. M. (1994/2018). *Compreender o Behaviorismo: Comportamento, cultura e evolução* (M. T. A. Silva, M. A. Matos, & G. Y. Tomanari, trans.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582715239.
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55(1), 83. doi 10.2307/1129836
- Bronfenbrenner, U. (1995). Developmental Ecology through Space and Time: A Future Perspective. Em P. Moen, G. H. Elder Jr., & K. Lüscher (Eds.), *Examining Lives in Context: Perspectives on the Ecology of Human Development* (pp. 619-647). Washington: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10176-018>
- César, R. C. B., Loures, A. F., & Andrade, B. B. S. (2019). A romantização da maternidade e a culpabilização da mulher. *Revista Mosaico*, 10(2, Suplemento), 68-75. <https://doi.org/10.21727/rm.v10i2Sup.1956>
- Coltro, B. P., Paravent, L., & Vieira, M. L. (2020). Relações entre Parentalidade e Apoio Social: revisão Integrativa de Literatura. *Contextos Clínicos*, 13(1), 244-269. <https://dx.doi.org/10.4013/ctc.2020.131.12>
- Conselho Federal de Psicologia. (2005). Código de Ética Profissional do Psicólogo. Brasília: CFP. Disponível em <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/codigo-de-etica-psicologia.pdf>
- de Rose, J. C. de, & Bortoloti, R. (2007). A equivalência de estímulos como modelo do significado. *Acta Comportamentalia*, 15(spe), 83-102. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-81452007000400006&lng=pt&tlng=pt.
- de Souza, D. das G. (2000). O conceito de contingência: Um enfoque histórico. *Temas em Psicologia*, 8(2), 125-136. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2000000200002&lng=pt&tlng=pt
- Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2016). *Psicologia das relações interpessoais: Vivências para o trabalho em grupo*. Petrópolis: Vozes. ISBN 978-8532625960
- Freitas, M., Silva, F.P., Barbosa L. R. (2016). Análise dos fatores de risco associados à depressão pós-parto: revisão integrativa. *Revista de Atenção à Saúde*, 14(48), 99-105. <https://doi.org/10.13037/rbcs.voll4n48.3351>
- Glenn, S. S. (1989). Verbal behavior and cultural practices. *Behavior Analysis and Social Action* (Online), 7(1, 2). <https://doi.org/10.1007/BF03406102>
- Glenn, S. S., Dinsmoor, J. A., Balcazar, F. E. et al. (2001). Commentaries on "The Design of Cultures". *Behavioral and Social Issues*, 11, 14-30. <https://doi.org/10.5210/bsi.v11i1.98>
- Guimarães, E. da C., & Melo, E. C. P. (2011). Características do apoio social associados à prematuridade em uma população de puérperas de baixa renda. *Escola Anna Nery*, 15(1), 54-61. <https://doi.org/10.1590/S1414-81452011000100008>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2016/2021). *Terapia de Aceitação e Compromisso: O Processo e a Prática da Mudança Consciente* (M. Valentim, & S. M. M. da Rosa, trans.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-6581335281
- Hayes, S. C., Barnes-Holmes, D. & Roche, B. (Orgs.) (2001). *Relational frame theory: A post-Skinnerian account of human language and cognition*. New York: Plenum Press. ISBN 978-0306466007.

- Hoghugh, M. (2004). Parenting – an introduction. Em M. Hoghugh, & N. Long (Eds.), *Parenting – An introduction* (pp. 2–18). SAGE Publications Ltd. <https://doi.org/10.4135/9781848608160.n1>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2020). *Censo Demográfico de 2020*. <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/27877-em-media-mulheres-dedicam-10-4-horas-por-semana-a-mais-que-os-homens-aos-afazeres-domesticos-ou-ao-cuidado-de-pessoas>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2022). *Censo Demográfico de 2022*. <https://www12.senado.leg.br/radio/1/noticia/2023/06/29/ibge-divulga-primeiros-dados-do-censo-demografico-de-2022#:~:text=0%20Instituto%20Brasileiro%20de%20Geografia,anterior%20da%20pesquisa%2C%20em%202010.>
- Laraia, R. B. (1986/2006). *Cultura – Um conceito antropológico*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editora. ISBN 978-8571104387.
- Lawrenz, P., Zeni, L. C., Arnoud, T. de C., Foschiera, L. N., & Habigzang, L. F. (2020). Estilos, práticas ou habilidades parentais: como diferenciá-los? *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 16(1), 2–9. <https://doi.org/10.5935/1808-5687.20200002>
- Leal, M. C. et al. (2014). *Sumário Executivo Temático da Pesquisa Nascer no Brasil*. Rio de Janeiro: Fiocruz. Disponível em <https://nascernobrasil.ensp.fiocruz.br/wP-content/uploads/2020/05/Sum%C3%Alrio-executivo-I.pdf>.
- Lemos, R. F. S., & Kind, L. (2017). Mulheres e maternidade: Faces possíveis. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 17(3), 840–859. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=SI808-42812017000300003&lng=pt&tlng=pt.
- Macedo, J. P., Dimenstein, M., Sousa, H. R., Costa, A. P. A., & Silva, B. I. B. M. (2018). A produção científica brasileira sobre apoio social: Tendências e invisibilidades. *Revista Gerais*, 11(2), 258–278. <https://doi.org/10.36298/gerais2019110206>
- Maldonado, M. T. (2017). *Psicologia da gravidez: Gestando pessoas para uma sociedade melhor*. São Paulo: Ideias & Letras. ISBN 978-8555800245
- Manente, M. V., & Rodrigues, O. M. P. R. (2016). Maternidade e Trabalho: Associação entre Depressão pós-parto, Apoio Social e Satisfação Conjugal. *Pensando famílias*, 20(1), 99–111. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=SI679-494X2016000100008&lng=pt&tlng=pt.
- Marcello, F. A. de. (2005). Dispositivo da maternidade: Mídia e a produção pedagógica de sujeitos, práticas e normas. *Educar*, 26, 81–98. Curitiba: Editora UFPR. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/er/n26/n26a07.pdf>
- Moreira, M. B., Machado, V. L. S., & Todorov, J. C. (2013). Cultura e Práticas Culturais. Em M. B. Moreira (Org.), *Comportamento e Práticas Culturais* (pp. 14–23). Brasília: Instituto Walden4. ISBN 978-8565721011
- Moura, S. M. S. R., & Araújo, M. F. (2004). *A Maternidade na História e a História dos Cuidados Maternos*. *Psicologia, Ciência e Profissão*, 24(1), 44–55. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932004000100006>
- Neff, K. (2021/2022). *Autocompaixão feroz: Como as mulheres podem fazer uso da bondade para se manifestar livremente, reivindicar seu poder e prosperar* (B. M. Flores, trad.). Teresópolis: Lúcida Letra. ISBN 978-6586133523
- Nery, L. B., & de-Farias, A. K. C. R. (2025). Modelos midiáticos e seus possíveis impactos nas relações amorosas. Em L. B. Nery, & M. B. de O. Borges (Orgs.), *Relações amorosas, terapia de casais e Análise do Comportamento* (pp. 167–219). Curitiba: Appris. ISBN 978-6525064703
- Nicolodi, L., & Hunziker, M. (2021). O patriarcado sob a ótica analítico-comportamental: Considerações iniciais. *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, 17(2). <http://dx.doi.org/10.18542/rebac.v17i2.11012>. ISSN 1807-8338 Versão Impressa / 2526-6551 Versão Eletrônica.
- Oliveira, P. B. (2007). *A mulher atual e a representação da maternidade*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica. Recife: Universidade Católica de Pernambuco Pró-Reitoria de Ensino, Pesquisa e Extensão. Disponível em <http://livros01.livrosgratis.com.br/cpl31225.pdf>

- Oliveira, M. R. d., & Dessen, M. A. D. S. C. (2012). *Alterações na rede social de apoio durante a gestação e o nascimento de filhos*. Disponível em <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2012000100009>
- Patias, N. D., & Buaes, C. S. (2012). "Tem que ser uma escolha da mulher!" Representações de maternidade em mulheres não-mães por opção. *Psicologia & Sociedade*, 24(2), 300-306. <https://doi.org/10.1590/S0102-71822012000200007>.
- Pereira, V. B; Leitão, H. A. L. (2020). Sobrecarga e rede de apoio: A experiência da maternidade depois da separação conjugal. *Pesquisa e práticas psicossociais*, 15(1), 1-12. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082020000100014&lng=pt&nrm=iso.
- Perez, W. F., Nico, Y. C., Kovac, R., Fidalgo, A. P., & Leonardi, J. L. (2013). Introdução à Teoria das Molduras Relacionais (Relational Frame Theory): Principais conceitos, achados experimentais e possibilidades de aplicação. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 4(1), 33-51. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-35482013000100005&lng=pt&tlng=pt.
- Picoli, A., Aggio, N. N. M., & Zanello, V. (2025). A perspectiva de gênero na Terapia Analítico-comportamental: A importância do olhar genêdro sobre diferentes contingências e aprendizagens sociais. Em L. B. Nery, & M. B. de O. Borges (Orgs.), *Relações amorosas, terapia de casais e Análise do Comportamento* (pp. 27-45). Curitiba: Appris. ISBN 978-6525064703
- Ramos, C. (2022). *Desmanual materno: Palavras de uma psicóloga para maternidades possíveis*. Curitiba: Matrescência. ISBN 978-6587056289
- Rocha, C. N. da, Linares, I. M. P., & Weiss, J. V. P. (2023). Entendimento da perinatalidade a partir do modelo de seleção por consequências. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 14(1), 3-18. <https://doi.org/10.18761/PACasdj44a6>
- Schmidt, A.; Postalli, L. M. M; de Souza, D. G. (2014). Equivalência de estímulos e o controle instrucional. Em J. C. de Rose, M. S. C. A. Gil, & D. G. de Souza (Orgs.), *Comportamento simbólico: Bases conceituais e empíricas* (pp. 309-334). Marília: Oficina Universitária; São Paulo: Cultura Acadêmica. ISBN 978-8579835162
- Rozas, F. F. de O, & Pasqualin, J. B. (2023). Perinatalidade e saúde mental. Uma travessia fragilizante: relato de dois casos. *Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba [Internet]*, 13 de outubro de 2023, 25(Supl.). <https://revistas.pucsp.br/index.php/RFCMS/article/view/63862>
- Sampaio, A. A. S., & Andery, M. A. P. A. (2010). Comportamento social, produção agregada e prática cultural: Uma análise comportamental de fenômenos sociais. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26(1), 183-192. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000100020>
- Schwartz, T., Vieira, R., & Geib, L. T. C. (2011). Apoio social a gestantes adolescentes: Desvelando percepções. *Ciência & Saúde Coletiva*, 16(5), 2575-2585. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232011000500028>
- Sidman, M. (1995/2009). *Coerção e suas implicações* (M. A. P. A. Andery, & T. M. Sérgio, trans.). Campinas: Livro Pleno. ISBN 978-8587622228
- Sidman, M. (1994). *Equivalence relations and behavior: A research story*. Boston: Authors Cooperative, Inc. ISBN 978-0962331169
- Silva, E. C., & Laurenti, C. B. F. (2016). Skinner e Simone de Beauvoir: "A mulher" à luz do modelo de seleção pelas consequências. *Perspectivas*, 7(2), 197-211. <https://doi.org/10.18761/pac.2016.009>
- Silva, M. S. L. da (2021). *Um olhar para além da beleza da maternidade: Burnout materno – exaustão e sobrecarga de mães*. Trabalho de Conclusão de Curso de Bacharelado em Enfermagem. Centro de Educação e Saúde, Universidade Federal de Campina Grande. Disponível em <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/46828>

- Silva, J. M. S., Cardoso, V. C., Abreu, K. E., & Silva, L. S. (2020). A feminização do cuidado e a sobrecarga da mulher-mãe na pandemia. *Revista Feminismos*, 8(3). Disponível em <https://lepesufrj.org.br/2024/12/22/a-feminizacao-do-cuidado-e-a-sobrecarga-da-mulher-mae-na-pandemia/>
- Skinner, B. F. (1953/2003). *Ciência e Comportamento Humano* (J. C. Todorov, & R. Azzi, Trans.). São Paulo: Martins Fontes. ISBN 978-8533619357
- Skinner, B. F. (1957/1992). *Verbal Behavior*. Cambridge: Appleton-Century-Crofts/Cambridge, MA; B. F. Skinner Foundation. ISBN 978-1583900215
- Skinner, B. F. (1986). The evolution of verbal behavior. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 41(1), 217-222. <https://doi.org/10.1901/jeab.1986.45-115>
- Skinner, B. (1981/2007). Seleção por conseqüências. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 9(1), 129-137. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v9i1.150>
- Thiengo, D. L., Santos, J. F. de C., Fonseca, D. L., Abelha, L., & Lovisi, G. M. (2012). Depressão durante a gestação: Um estudo sobre a associação entre fatores de risco e de apoio social entre gestantes. *Cadernos Saúde Coletiva*, 20(4), 416-426. ISSN <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/X4kFDCZgyYjmVV9C9c3VQ5c/?format=html&lang=pt>
- Todorov, J. C. & de-Farias, A. K. C. R. (2009). Desenvolvimento e modificação de práticas culturais. Em A. L. F. Dias, A. C. P. M. Passarelli, F. L. Melo, & M. A. S. Morais, *Ciência do Comportamento: Conhecer e avançar* (Vol. 7, pp. 79-90). Santo André: ESETec. ISBN 978-8579180101
- Zanello, V. (2016). Dispositivo materno e processos de subjetivação: Desafios para a psicologia. Em V. Zanello, & M. Porto (Orgs.), *Aborto e (não) desejo de maternidade(s): questões para a psicologia* (pp. 103-122). Brasília: Conselho Federal de Psicologia. https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2016/11/CFP_Livro_Aborto-2.pdf. ISBN 978-8589208789



GÊNERO E RELAÇÕES AMOROSAS NAS COMÉDIAS ROMÂNTICAS: DIFERENTES MODELOS EM BRIDGET JONES E SEX AND THE CITY – O FILME

Lorena Bezerra Nery¹

Ana Karina Curado Rangel de-Farias²

Filme 1.

Título do Filme: O Diário de Bridget Jones

Título Original: "Bridget Jones's Diary"

Ano de lançamento: 2001

Direção: Sharon Maguire

Produção: Tim Bevan, Eric Fellner e Jonathan Cavendish

Lançado por: Miramax Films (EUA) e Universal Pictures

Filme 2.

Título do Filme: Sex and The City – O Filme

Título Original: "Sex and The City – The Movie"

Ano de lançamento: 2008

Direção: Michael Patrick King

Produção: Sarah Jessica Parker, Darren Star, John P. Melfi, Michael Patrick King

Lançado por: HBO Films

Mesmo que um filme em preto e branco seja maravilhoso, quando se trata de relacionamentos, há uma enorme diversidade de cores e opções para se explorar
Carrie Bradshaw

As relações amorosas vêm passando por intensas transformações em um curto período. Contudo, apesar das grandes mudanças sociais ocorridas nas últimas décadas, observa-se que o modelo que ainda predomina, tanto na mídia quanto na socialização primária, é o de uma família tradicional (Del Priore, 2005; Holmes, 2009; Jablonski, 1994; Nery & de-Farias, 2025). Nesse contexto, o sonho de se casar e ter filhos em um relacionamento monogâmico estável e permanente continua sendo almejado por grande parte das pessoas, embora as complexas contingências atuais transformem os relacionamentos amorosos contemporâneos em um quebra-cabeça difícil de solucionar. Assim, os ideais de família e casamento geralmente ensinados nas escolas, nos lares e na mídia desde o início da infância são, muitas vezes, contraditórios em relação aos ensinamentos da própria realidade atual, de modo que se estabelece uma série de incompatibilidades entre o que foi idealizado para o relacionamento amoroso e as possibilidades reais oferecidas pela convivência conjugal, o que, não raro, gera sofrimento para as pessoas que vivem esses desafios relacionais.

1. lorenanery.psi@gmail.com

2. Instagram: [@camtosmultiprofissional](https://www.instagram.com/camtosmultiprofissional)

Destaca-se, portanto, que o conflito entre antigos e novos valores resultante das repentinas mudanças sociais ocorridas nas últimas décadas é aspecto central das dificuldades enfrentadas pelas pessoas em seus relacionamentos amorosos hoje em dia (Ansari, 2016; Diniz, 2009; Jablonski, 1994; Nery, 2022; Nery & de-Farias, 2025; Perlin & Diniz, 2005). Assim, comportamentos antes bem estabelecidos em função das características estereotipicamente atribuídas a cada sexo/gênero agora têm menor probabilidade de serem reforçados diante das novas contingências em vigor, as quais demandam maior variabilidade comportamental³ tanto de homens quanto de mulheres, cis ou trans (Johnson & Homes, 2009; Nery, 2012, 2013; Nery & de Farias, 2025; Passinato, 2009; Perlin & Diniz, 2005). Contudo, sob controle de modelos⁴ e regras⁵ aprendidos a partir da exposição à mídia, os comportamentos dos espectadores podem ficar menos sensíveis às contingências em vigor, levando um período maior para se adaptarem. As regras e os modelos presentes nos filmes podem estabelecer novos comportamentos, restringir a variabilidade comportamental, reduzir a sensibilidade dos comportamentos às contingências em vigor e alterar a função de estímulos do cotidiano de quem os assiste.

Para exemplificar como a análise de modelos, regras e contingências envolvendo relações amorosas em filmes pode nos ajudar a compreender os desafios dos casais da vida real, foram selecionadas duas películas com perspectivas diferentes. Na primeira parte deste capítulo, serão analisados modelos, regras e contingências em que, de maneira geral, os papéis do homem e da mulher são estereotipados, e os relacionamentos são idealizados por meio do filme: “O Diário de Bridget Jones”. Posteriormente, as análises envolverão uma mídia que propõe discussões mais realistas e compatíveis com a complexidade dos relacionamentos amorosos atuais: “Sex and the City – O Filme”.

O DIÁRIO DE BRIDGET JONES

O filme conta a história de Bridget Jones (interpretada por Renée Zellweger), uma mulher inglesa de 30 e poucos anos, a partir de um diário que ela decide escrever como uma de suas resoluções de Ano Novo. No início do filme, a protagonista está solteira (para desespero de sua família, que não a deixa em paz por isso), acima do peso (segundo sua autodescrição) e expressa seu desconforto pela dificuldade de lidar com os comportamentos frequentes de fumar e beber. Mudar todas estas características é uma meta da desajeitada jornalista para o ano que se inicia. Dessa vez, ela espera finalmente encontrar o amor de sua vida.

-
3. Contingências de reforçamento e punição referem-se a regras que descrevem relações de dependência entre eventos ambientais ou entre eventos ambientais e eventos comportamentais. Nesse sentido, o papel principal de um analista do comportamento é investigar contingências históricas (que estabeleceram) e atuais (que mantêm ou diminuem a probabilidade de uma resposta/um comportamento). Variabilidade comportamental consiste em ter aprendido a emitir respostas diferentes em seu ambiente, o que permite se adaptar melhor a variados contextos, e é um dos objetivos de intervenções analítico-comportamentais. Mais informações sobre esses conceitos podem ser acessadas em Moreira e Medeiros (2019) e Skinner (1953/2003).
 4. Pessoas que emitem comportamentos que podem ser observados/aprendidos (Moreira & Medeiros, 2007/2019; Skinner, 1953/2003).
 5. Estímulos verbais antecedentes às respostas que descrevem/especificam uma contingência, mesmo que de forma incompleta ou inacurada (Moreira & Medeiros, 2007/2019; Skinner, 1953/2003).

Ao longo do ano, Bridget se envolve com seu chefe, Daniel Cleaver (Hugh Grant), mas o relacionamento não evolui, já que ele é um clássico cafajeste⁶. Simultaneamente, a mãe se dedica a empurrar para ela “um advogado bem-sucedido”, Mark Darcy (Colin Firth), filho de um casal amigo da família. As anotações de Bridget no diário retratam de maneira divertida seus conflitos e suas peripécias em busca do homem ideal.

O filme da personagem Bridget Jones foi escolhido por apresentar inúmeras regras e idealizações sobre parceiros e relacionamentos, de modo que as análises poderão ser aplicadas a diversas outras comédias românticas. É interessante que o material para a análise deste filme começa na primeira frase da protagonista: “Tudo começa no Ano Novo, no meu 32º ano solteira. Mais uma vez, eu estava sozinha, indo ao jantar anual de peru ao *curry* da minha mãe. Todo ano, ela me apresenta um cabeludo chato de meia-idade, e temo que este ano não seja exceção”. E não foi. Logo que a recebe, a mãe avisa que Mark Darcy, que é advogado, divorciado e muito rico, estará presente. Em seguida, a mãe começa a perguntá-la como ela vai se vestir, já que um possível pretendente estará lá. Quando Bridget diz que permanecerá com a roupa que está vestindo, a mãe retruca: “Não seja estúpida, Bridget, não arranjará ninguém nesse estilo. Suba. Deixei uma coisa linda para você usar na sua cama”. Ao longo do jantar, diferentes pessoas vêm até a personagem principal fazer a temida pergunta (que se repete em diversos momentos posteriores do filme): “Como está sua vida amorosa?”. Nessa ocasião, a mãe se intromete: “Não pode pensar só na carreira. Tique-taque, tique-taque (como um relógio passando)”.

Nesses cinco minutos iniciais de filme, já são exemplificadas contingências sociais que favorecem o estabelecimento de “conseguir um relacionamento estável” como o reforçador condicionado de maior magnitude na vida de uma mulher, uma vez que outros reforçadores, como sucesso profissional e amizades, não são considerados tão importantes. Ademais, simultaneamente, são exemplificadas as contingências aversivas relacionadas ao “estar solteira”, principalmente para uma mulher com mais de 30 anos, favorecendo que esta condição adquira a função de estímulo aversivo condicionado (Carvalho & Medeiros, 2008; Nery, 2022; Zanello, 2018, 2022). Esse dado é coerente com a análise de conteúdo dos 40 filmes hollywoodianos selecionados por Johnson e Holmes (2009): embora “estar solteiro(a)(e)” tenha sido uma categoria pouco frequente nas comédias românticas analisadas pelos autores, em suas raras ocorrências, estava sempre associada a sentimentos socialmente considerados negativos, como tristeza, solidão, insegurança, frustração, fracasso, o que pode contribuir para a formação de relações de equivalência⁷ entre esses sentimentos e a condição de estar solteiro(a) (ver Hayes, Barnes-Holmes & Roche, 2001).

As contingências apresentadas nesse início do filme podem, portanto, favorecer o controle exercido pela regra “antes mal acompanhado do que só”, discutida por Carvalho e Medeiros (2008), uma vez que dão destaque ao reforço social (*e.g.*, atenção, admiração) contingente ao “estar em um relacionamento estável”, ao mesmo tempo em que o “estar solteiro” produz cobranças e críticas sociais. A “solteirice” como um estímulo condicionado (aprendido) aversivo pode funcionar como operação

6. É interessante analisar funcionalmente o padrão cafajeste/enganador do personagem Daniel, uma vez que esse tipo de repertório permite ao indivíduo acesso a uma série de reforçadores, como sexo, afeto e atenção, assim como evita o contato com possíveis estímulos aversivos associados a um relacionamento mais estável, tais como impossibilidade de conhecer outras pessoas, perda de reforçadores individuais, cobranças/controlado pelo(a) parceiro(a), vulnerabilização. Frequentemente, os comportamentos cafajestes/enganadores do homem são reforçados/fortalecidos/mantidos pelas mulheres, que aceitam esse tipo de comportamento, a despeito de sua incoerência com as expectativas femininas em relação ao parceiro ideal/padrão de homem fiel e companheiro para toda a vida. Diferentes variáveis podem contribuir para que algumas mulheres aceitem esse tipo de comportamento, envolvendo-se com homens “cafajestes”, por exemplo, privação de afeto, punição por estar solteira, acesso restrito a diferentes fontes de reforçamento, a regra “antes mal acompanhada do que só”, pressão de familiares e amigos para ter um parceiro etc., conforme será descrito ao longo do filme da personagem Bridget Jones. Dessa maneira, destaca-se a importância de desprender-se de julgamentos e preconceitos (regras e modelos) ao observar os comportamentos dos personagens, buscando analisá-los funcionalmente, de acordo com as contingências históricas e atuais em que estão inseridos.
7. Equivalência de estímulos consiste em responder de forma funcionalmente semelhante a estímulos arbitrariamente relacionados (diferentemente de estímulos física ou funcionalmente similares). Algumas relações entre uma classe (conjunto) de estímulos modelo e de estímulos comparação são diretamente treinadas, enquanto outras relações emergem sem treino direto (propriedades de reflexividade, simetria e transitividade). Dessa forma, podemos treinar relação entre palavras orais e figuras, figuras e palavras escritas, e observar emergência de relações entre palavras orais e palavras escritas sem treino direto (de Rose, McIlvane, Dube, Galpin & Stoddard, 1988; França, Cardoso & de-Farias, 2018; Paula & Haydu, 2010; Sidman & Tailby, 1982; Sidman, 2000).

estabelecidora⁸ condicionada, contribuindo para que a pessoa se mantenha em um relacionamento estável mais em função de reforçamento social (positivo no caso da admiração e do respeito, negativo no caso da esquiva de críticas, julgamentos e cobranças) e menos em função das próprias propriedades reforçadoras ou aversivas do relacionamento em si, por exemplo, o contato com o outro, atividades realizadas em comum, afinidades, proximidade física, qualidade do sexo etc.⁹ Um exemplo disso acontece em seguida, quando Bridget se envolve com seu chefe, Daniel Cleaver, um canalha declarado, que obviamente não tinha os mesmos objetivos que ela em um relacionamento. Os dois ainda nem haviam saído juntos, e Bridget já imaginava sua festa de casamento com ele.

Pouco tempo depois, quando Daniel convida Bridget para sair, ela comenta com uma amiga, que lhe diz: “Sem querer pressionar, mas agora todo o seu futuro feliz depende de como você se comportará nesse evento”, ou seja, felicidade é equivalente a conquistar um homem, conseguir um relacionamento amoroso. Além de ser uma regra importante, associações sistemáticas e recorrentes estabelecidas entre felicidade e relacionamento estável e/ou casamento pode favorecer a formação de relações de equivalência de estímulos entre elas, contribuindo para a noção de que, especialmente para as mulheres, não é possível ser feliz de outras maneiras que não em um relacionamento amoroso (Nery, 2013, 2022; Nery & de-Farias, 2025; Passinato, 2009; Zanello, 2018, 2022, 2025). Zanello (2018, 2022, 2025) destaca que, em nossa cultura, os homens aprendem a desenvolver diversos interesses e a amar várias coisas, enquanto as mulheres aprendem a amar os homens. De acordo com a autora, a relação amorosa é estabelecida como identitária para as mulheres, assumindo frequentemente a centralidade de suas vidas. Desse modo, a regra descrita no filme pode inclusive favorecer uma baixa sensibilidade a outros importantes reforçadores não relacionados a um relacionamento estável (*e.g.*, saídas com amigos, paqueras, contato com pessoas novas, *hobbies*, viagens, atividades físicas, novos conhecimentos, desenvolvimento da carreira profissional).

No dia do evento, Bridget e Daniel se envolvem e começam a sair. A importância do reforço social, nesse caso, fica ainda mais clara quando a protagonista atende ao telefone de sua casa com a seguinte frase: “Bridget Jones, a deusa devassa do sexo, com um homem muito mau entre as pernas”, evidenciando que não era suficiente se relacionar sexualmente com um homem interessante, mas era importante também que outras pessoas (amigos, familiares, quem quer que estivesse ligando) soubessem que ela “conseguiu”. Da mesma maneira, posteriormente, ela conta ao pai que artimanhas utilizou para conseguir um namorado. Este, surpreso, diz: “Você tem um namorado? Um de verdade?”, ao que ela responde: “Sim, pai, eu tenho. E ele é perfeito!”. E continua em seu diário: “Não sou mais uma solteirona trágica, mas a namorada de um autêntico deus do sexo. É tão sério que ele me convidou para viajarmos no fim de semana... Ele concordou em me proteger na festa à fantasia do tio Geoffrey. Não é só sexo, um fim de semana juntos significa amor verdadeiro”.

Essa frase da protagonista ilustra a regra idealizada que ela tem sobre o parceiro e o relacionamento que deve encontrar: perfeitos. Destaca-se que, em nossa cultura, ter um relacionamento amoroso estável, romântico, intenso e sexualmente satisfatório é um indicador de sucesso pessoal para o indivíduo. Contudo, parece pouco provável que muitos atinjam esse ideal. Quanto mais idealizadas são as regras sobre relacionamentos, maiores as chances de que as pessoas se desapontem com seus relacionamentos reais. A ideia de que o destino trará uma alma-gêmea predestinada que se encaixa perfeitamente nos padrões do outro é uma regra irrealista, que desconsidera todo o empenho necessário para desenvolver e manter uma relação amorosa satisfatória (Holmes 2004, 2007; Nery & de-Farias, 2025). Vale ressaltar que não há nada de errado em ser criterioso, exigente e desejar uma relação amorosa de boa qualidade, desde que regras pouco realistas não impeçam a construção desse relacionamento.

8. Operação estabelecidora (OE) é uma mudança ambiental antecedente à resposta que produz dois efeitos momentâneos: mudança no valor do reforçador (efeito estabelecedor do reforço) e, desse modo, mudança na probabilidade da classe de respostas que produzem esse reforçador (efeito evocativo) (Michael, 1982, 1993; Miguel, 2000).

9. Se levado ao extremo, esse tipo de OE pode promover um relacionamento abusivo, que traz prejuízos em médio e longo prazo para, ao menos, um dos envolvidos. A literatura analítico-comportamental vem abordando, mais recentemente, este tema em português (ver, por exemplo, Borghi & de-Farias, 2021, reeditado neste volume, e o capítulo de Silva, Oliveira e Abreu (no prelo), sobre a série “Maid”, para maiores informações). No entanto, pouco se fala a respeito de relacionamentos amorosos de forma mais geral, em periódicos ou livros científicos (recomendamos ver Nery & Braga, 2025).

Outro ponto importante do relato de Bridget na referida cena é a confirmação do estereótipo encontrado em revistas femininas e masculinas analisadas por Babo e Jablonski (2002): mulheres frequentemente fazem sexo não pelos reforçadores naturais do contato íntimo com o outro, mas como forma de manter o relacionamento amoroso, enquanto os homens, em geral, fazem sexo pelas propriedades reforçadoras do contato sexual em si, o que não raro envolve a sedução e a conquista de várias mulheres. Ademais, nessa cena do filme, fica clara a função do reforçamento negativo na manutenção do relacionamento: quando diz que Daniel vai lhe proteger na festa do tio, refere-se às cobranças e críticas da família por ter mais de 30 e estar “encalhada”. Assim, apresentar um namorado à família tem a função de esquiva dos julgamentos (reforçadores negativos), além da admiração e do reconhecimento social (reforçadores positivos) (Carvalho & Medeiros, 2008; Zanello, 2018, 2022, 2025).

Contudo, Daniel volta da viagem antes do esperado sob o argumento de que tem uma reunião de trabalho, deixando Bridget sem companhia para a festa da família. Quando os dois se encontram novamente, ela descobre que, na verdade, Daniel estava com outra pessoa, confirmando, mais uma vez, o estereótipo de que é mais reforçador para os homens ter casos com diferentes mulheres. Daniel a troca por uma mulher, segundo ele, mais jovem e mais bonita, de quem ele fica noivo. Destacam-se aqui a aparência física e a juventude como aspectos determinantes para que uma mulher seja escolhida e valorizada por um homem (Wolf, 2018; Zanello, 2018, 2022). Então, Bridget escreve em seu diário: “Em momentos como esse, continuar a viver parece impossível e comer tudo que há na geladeira parece inevitável. Tenho duas opções: desistir e aceitar o estado permanente de solteira e, eventualmente, ser comida por cães... ou não. E dessa vez eu escolhi não”. Esse relato de Bridget enfatiza, uma vez mais, o caráter aversivo de “estar solteira”, como se essa condição equivalesse a não ter nada na vida. Ao mesmo tempo, a cena ilustra a pobreza de fontes de reforçamento característica da vida da personagem, que, em vez de investir apenas na busca do homem ideal, poderia, por exemplo, sair mais com amigos, praticar esportes, buscar um emprego mais desafiador e prazeroso (i.e., poderia variar seu comportamento, como exposto acima). Ela, então, escolhe realmente mudar de emprego, distanciando-se do ex.

Paralelamente a tudo o que foi relatado, Bridget vive encontrando, em diferentes situações, Mark, o advogado de quem sua mãe tanto falava, a quem foi apresentada no jantar de Ano Novo. Ao avistá-lo pela primeira vez, Bridget comenta: “Nossa, pode ser que dessa vez mamãe tenha acertado. Talvez seja o homem perfeito que esperei encontrar a vida toda”, frase em que fica evidente, outra vez, a idealização do parceiro. Contudo, ao conversarem brevemente, os dois se desentendem e, pouco tempo depois de serem apresentados, Mark comenta com a mãe: “Não preciso que me arranje uma solteirona, com incontinência verbal, que fuma feito uma chaminé, bebe como um peixe e se veste como a mãe”.

Certamente, Bridget não se enquadra no estereótipo da mulher princesa: magra, meiga, agradável, submissa, tímida e passiva (Nery, 2012, 2013; Nery & de-Farias, 2025; Passinato, 2009; Rael, 2003). Ao contrário, ela se considera acima do peso, fuma e bebe, fala o que pensa, é desengonçada, atrapalhada, engraçada, inteligente e divertida. Embora isso pudesse ser considerado um avanço do filme por quebrar estereótipos, já que ela se revela uma pessoa que, como qualquer outra, tem qualidades e desafios, diversas contingências punitivas se relacionam a essas características de Bridget, que está sempre buscando se enquadrar nos padrões socialmente estabelecidos como ideais para uma mulher, o que lhe traz muito sofrimento. Nery (2022) analisa como a solteirice, o distanciamento em relação aos estereótipos socialmente estabelecidos e a frustração pela impossibilidade de concretizar o mito do amor romântico podem caracterizar experiências de luto para as pessoas, especialmente as mulheres, ao vivenciarem relações reais e suas inevitáveis imperfeições.

Exemplificando as contingências aversivas que impõem que Bridget se adeque ao padrão social, na ocasião do jantar do Ano Novo, a mãe a recebe com a seguinte frase: “Aí está você, barrilzinho”. Em outra situação, quando vai se encontrar com Daniel pela primeira vez, a amiga a aconselha a estar linda e a mostrar-se inteligente, então Bridget passa o dia inteiro se produzindo e estudando para impressioná-lo. Vale comentar que Bridget sempre inicia seus relatos contabilizando o peso, a quantidade de calorias e álcool ingeridos, quantos cigarros fumou e quantas ligações recebeu. Destaca-se, novamente, que, em nossa cultura, a aparência da mulher é supervalorizada como atributo para se conquistar um homem, em detrimento de outras qualidades, o que pode contribuir para que se engajem constantemente em atividades para se tornarem estereotipicamente

mais belas, como dietas que duram a vida inteira, maquiagens, roupas, cosméticos, o que é bem exemplificado pelos comportamentos de Bridget Jones (Passinato, 2009; Wolf, 2018; Zanello, 2018, 2022). Ao contrário, homens costumam ser valorizados por diferentes características além da beleza, como sucesso profissional, coragem, dinheiro e *status*, atributos destacados em Mark Darcy, quando a mãe de Bridget decide tentar unir os dois.

Algum tempo depois de terminar o relacionamento com Daniel Cleaver, Bridget encontra Mark em um jantar em que havia apenas casais (mais uma contingência frequentemente aversiva para quem está solteira). Na ocasião, ele diz que está feliz por ela não estar mais com Daniel, e ela responde que ele não precisa se incomodar em fazê-la se sentir idiota, pois ela já se sente suficientemente idiota a maior parte do tempo. Ele então responde: “Eu não acho que você seja nem um pouco idiota. Quer dizer, há elementos ridículos em você: é uma péssima oradora em público e deixa sair pela boca tudo que vem à sua mente sem considerar as consequências. Percebi que, quando te conheci, fui imperdoavelmente grosso e usava aquele suéter de rena que minha mãe me deu um dia antes. Mas a questão é... O que estou tentando dizer é que, na verdade, apesar das aparências, eu gosto de você, muito! Gosto de você simplesmente do jeito que você é”. Essa parte do filme é interessante, pois mostra que Mark poderia se envolver com Bridget e se apaixonar por ela, reconhecendo que ela tem dificuldades e pontos fortes, assim como ele e qualquer pessoa.

Quando Bridget e Mark começam a se aproximar, Daniel reaparece e diz que quer Bridget de volta: “Você me conhece, sou um terrível desastre, com voz metida, e mau-caráter. Você é a única que pode me salvar. Preciso de você. Sem você, em 20 anos estarei num bar com uma loira decadente”. Aqui está presente outro importante mito: o de que o amor muda as pessoas ou de que uma boa mulher pode salvar um homem desvirtuado. Neste momento, Bridget já estava decidida a reatar com Daniel, quando Mark e ele começam a brigar no meio da rua, modelo que fortalece o estereótipo de que a agressividade e a competitividade são o meio pelo qual homens resolvem grande parte dos problemas (Corsi, 2006; Moreno, 1986/1999). Mark o agride. O comportamento agressivo dos dois é socialmente reforçado, pois todos param para assistir à briga, considerando-a o máximo. Depois da briga, Daniel justifica à Bridget que Mark, que era seu amigo, o traiu, anos atrás, fugindo com sua esposa. Apesar de Daniel dizer tudo o que supostamente uma mulher quer ouvir, como “Fomos feitos um para o outro”, Bridget decide não reatar com ele.

Na noite de Natal, a mãe de Bridget pede que ela se arrume para ir a uma comemoração em que Mark estará presente e conta à filha que Mark é que foi traído por Daniel e não o contrário, como este havia contado para ela. Depois disso, dessa vez quebrando estereótipos esperados para o papel de mulher, Bridget toma a iniciativa de ir atrás dele, desculpar-se e dizer que também gosta dele como ele é. E acrescenta: “Você usa coisas idiotas que a sua mãe compra (e hoje é outro clássico), é arrogante e sempre diz a coisa errada em todas as situações... E creio que devia repensar o comprimento das suas costeletas, mas você é um homem bom, e eu... Gosto de você. Se quiser aparecer um dia, vai ser legal... Mais que legal...”. Contudo, na mesma festa, o pai de Mark anuncia que ele vai deixar Londres para ser sócio de uma empresa em Nova Iorque.

Então, ela volta para casa, arrasada, e escreve o título de seu diário: “Bridget Jones, solteirona e lunática”. Os amigos de Bridget decidem levá-la para um fim de semana em Paris para esquecer Mark. Quando estão saindo, Bridget perde as chaves para trancar a casa e, devido a esse atraso, Mark a encontra a tempo. Ele diz que voltou da América porque, ao chegar lá, percebeu que havia se esquecido de uma coisa: dar um beijo de despedida nela. Os amigos de Bridget vibram muito com o lindo reencontro dos dois, que desistem de suas viagens para ficarem juntos. O filme termina com um beijo longo e apaixonado de Bridget e Mark.

Essas cenas finais do filme envolvem mais alguns mitos sobre relacionamentos. O primeiro é que o destino inevitavelmente une os casais apaixonados, já que Mark só encontra Bridget a tempo porque ela perdeu alguns segundos procurando as chaves de casa. O mito de que o destino une ou afasta os casais pode contribuir para o estabelecimento de padrões passivos nos indivíduos, que acreditam que nada precisa ser feito para começar ou manter um relacionamento com alguém, já que, se forem realmente feitos um para o outro, tudo acontecerá naturalmente e, por sua vez, quando surgirem problemas, ao invés de tentarem resolver, podem justificar apenas que “não era para ser” (Hefner, 2011; Holmes, 2007; Johnson & Holmes, 2009).

Ademais, o fim do filme mostra a centralidade (alta magnitude do valor reforçador) do relacionamento amoroso em nossa cultura, uma vez que ambos abrem mão de reforçadores importantes para ficarem juntos: Bridget da viagem com os amigos, e Mark do progresso na carreira profissional. Esse aspecto pode favorecer ainda a formação de classes de equivalência de estímulos entre “amar” e “fazer grandes sacrifícios” ou “dar grandes provas de amor”. Nesse caso, a comparação entre o relacionamento real do espectador de comédias românticas com os modelos idealizados apresentados nos filmes pode ser muito discrepante, contribuindo para que os indivíduos se sintam frustrados e/ou insatisfeitos com seus próprios relacionamentos, já que, nos filmes, pequenas demonstrações de afeto típicas do dia a dia dos relacionamentos amorosos reais frequentemente são pouco valorizadas (Holmes, 2004).

“SEX AND THE CITY” – O FILME

O filme “Sex and the City” conta a história de quatro amigas inseparáveis, todas com idade na faixa de 40 anos: Carrie Bradshaw (Sarah Jessica Parker), Charlotte York (Kristin Davis), Samantha Jones (Kim Cattrall) e Miranda Hobbes (Cynthia Nixon). Elas vivem em Nova Iorque e, embora se conheçam há cerca de 20 anos e sejam extremamente íntimas e companheiras, têm características bastante diferentes.

Carrie, protagonista e narradora das histórias, é uma escritora de sucesso, obcecada por moda. Ela está em um relacionamento marcado por idas e vindas com Big há mais de 10 anos. Os dois decidem viver juntos, embora não tenham se casado formalmente, e tomam uma decisão: não querem filhos. Assim como suas amigas, Carrie tenta equilibrar a vida pessoal, a carreira e seus relacionamentos amorosos.

Charlotte é a mais romântica, conservadora e tradicionalista entre as amigas. Sonhava em encontrar o homem de seus sonhos, casar-se, ter filhos e ser feliz para sempre. Foi casada uma vez, mas o casamento não evoluiu bem, e o casal se separou. Então, ela se casa novamente com um bem-sucedido advogado, homem que a ama muito e por quem ela desenvolve também grande afeto. O relacionamento dos dois é ótimo. Contudo, ao tentarem ter o primeiro filho, eles descobrem problemas de fertilidade e, então, vão até a China e adotam uma bebê, chamada Lily. Charlotte trabalhava como curadora de arte, mas decidiu deixar a carreira quando se casou pela primeira vez.

Samantha é a mais velha do grupo e, também, a mais sedutora e sexualmente livre, evitando envolvimento emocional com os homens com quem se relaciona. Ao contrário de Charlotte, ela privilegia a luxúria em detrimento do amor, sendo capaz de seduzir praticamente qualquer homem, de qualquer idade. É sexualmente insaciável. Nas palavras de Carrie: “O amor da Samantha era o sexo... muito sexo. Até ela encontrar um homem que combinava sexo e amor”. Samantha trabalha como relações públicas independente. Ela ajuda o namorado a deslanchar na carreira de ator e é muito bem-sucedida profissionalmente.

O namorado de Samantha é um rapaz bem mais jovem que ela. Para agenciar sua carreira de ator, ela se mudou com ele há alguns anos para Hollywood, embora vá frequentemente a Nova Iorque encontrar as amigas. Contudo, como foi dito, tem pavor de compromissos sérios. Um episódio interessante que exemplifica essa sua aversão ocorre quando ela vai a um leilão de joias com as amigas e decide arrematar um anel de flor pelo qual é apaixonada. Contudo, antes de dar seus lances pela joia, ela pergunta às amigas: “Vocês têm certeza de que esse anel não é de casamento, né? Então, eu realmente gostei!”. Apesar de seus vários lances, Samantha não consegue comprar o anel, que é arrematado por um comprador misterioso via telefone. Em seguida, descobre-se que foi o namorado dela quem o comprou para lhe fazer uma surpresa.

Miranda, por sua vez, é uma advogada de sucesso, a qual coloca a carreira acima de tudo e de todos. É casada e tem um filho. Diversos conflitos entre Miranda e o marido são motivados pelo pouco tempo que lhe sobra para dedicar à família, uma vez que ela prioriza frequentemente o trabalho.

Logo no início do filme, Carrie e Big saem em busca de um apartamento em que possam viver juntos. Acabam se decidindo por uma grande e luxuosa cobertura. A moça afirma não poder pagar pelo apartamento, mas Big diz que ele mesmo resolve isso. Carrie fica incomodada, quer ajudar na compra do apartamento ou não sentirá como se pertencesse a ela também. Esse trecho exemplifica a complexidade das contingências dos relacionamentos de duplo trabalho ou dupla carreira em que ambos

os membros do casal trabalham (Perlin & Diniz, 2005), de modo que tanto o homem quanto a mulher contribuem para a construção do patrimônio em uma relação mais igualitária no que se refere aos poderes, deveres e direitos de cada um. Ademais, o papel estereotipado do homem como provedor e da mulher como vulnerável e subserviente é questionado. Carrie trata a questão como se viver em um apartamento comprado apenas por Big fosse deixá-lo em uma posição confortável e superior, enquanto ela ficaria em uma situação de vulnerabilidade, como se o apartamento não fosse de fato dela e pudesse lhe ser tomado, no caso de algum conflito do casal. Assim, o trecho deixa claro que Carrie teme tornar-se dependente do namorado, o que, algumas décadas atrás, era bastante comum para o papel social da mulher.

Diante disso, o casal conversa sobre a possibilidade de casamento, e Big pergunta à amada, de forma prática e não glamourosa, se ela quer se casar com ele, se vai se sentir mais segura em relação ao apartamento se os dois forem casados. Antes de Carrie responder, ela desenvolve o assunto, os dois conversam, e ambos perguntam um ao outro se querem se casar. Desse modo, mais uma vez, o filme questiona valores antigos e papéis estereotipados: a possibilidade de casamento é discutida pelo casal, de modo que nem Carrie espera passivamente por um pedido de casamento super-romântico, nem Big tem a responsabilidade pela iniciativa da proposta de casamento sozinho. Ambos avaliam juntos a importância do casamento, de acordo com as necessidades deles.

Quando a escritora pergunta ao namorado, ele responde: “Eu não me importaria em ser casado com você. Você se importaria em ser casada comigo? Eu quero você... Então tudo bem, vamos nos casar... Devo te comprar um anel?”. Carrie responde que não. Holmes (2007) e Johnson e Holmes (2009) destacam que são raros na mídia modelos de comunicação aberta e honesta em relacionamentos amorosos sem explorar as habilidades dos parceiros de “ler a mente” um do outro, adivinhando seus desejos e necessidades. Assim, um ponto forte do filme é que os personagens, de maneira geral, têm habilidades de comunicação bastante desenvolvidas, o que pode funcionar como um modelo importante para os espectadores aplicarem a seus próprios relacionamentos. Diferentemente do que acontece em grande parte das comédias românticas, neste filme, o casal conversa abertamente sobre suas expectativas, desejos, necessidades e insatisfações quanto ao relacionamento, o que contribui para o desenvolvimento de uma relação madura e satisfatória, e, ao mesmo tempo, para que diminuam as chances de que um se comporte de maneira a magoar o outro.

Depois da conversa com o namorado, Carrie liga para as amigas para contar que Big e ela decidiram se casar, e as reações são diversas. Charlotte, sempre muito romântica, fica em êxtase, acha tudo o máximo, uma vez que o casal já está há 10 anos junto. Samantha, por sua vez, não esconde seu desapontamento. Deixa claro que não acredita em casamento e que pensava que Carrie não seria do tipo que se casaria; porém, acaba apoiando a amiga em sua decisão quando Carrie explica que não se trata de um clichê romântico, mas de dois adultos que decidem passar a vida juntos.

Essa parte do filme é interessante por mostrar que há diversos pontos de vista sobre a importância do casamento para a mulher, e nenhum é mais adequado que o outro por si só, mas sim em função das contingências históricas e atuais da vida das pessoas envolvidas. Assim, para Charlotte, que sempre sonhou com casamento e filhos e que vive um relacionamento feliz ao lado do homem que ama, a notícia de que Carrie e Big iriam se casar foi motivo de alegria e entusiasmo. Por sua vez, para Samantha, que sempre primou por sua liberdade e independência como mulher e que gosta de se relacionar sexualmente com homens diferentes sem compromisso, a notícia de que a amiga vai se casar é inicialmente frustrante. Ademais, chama a atenção no relato de Carrie, a ênfase no aspecto de que a decisão do casamento foi de ambos os membros do casal, os quais avaliaram juntos a conveniência do casamento para o relacionamento deles.

Inicialmente, a escritora decide fazer uma cerimônia simples, com poucos convidados e nada de vestido de luxo. Contudo, ela começa a ser alvo de manchetes em revistas e jornais, por exemplo: “A última solteirona se casa após os 40”. Nessas circunstâncias, Carrie é convidada a posar para uma revista como “A noiva de 40 anos”, e acaba ganhando um vestido majestoso, digno de uma grande festa. Uma coisa leva à outra, e, de repente, Carrie se vê preparando um evento memorável, cheio de glamour. Diante disso, Big questiona se é aquilo tudo mesmo o que eles gostariam de fazer, e a preparação do casamento começa a gerar alguns conflitos entre o casal.

Esse trecho do filme, de forma semelhante ao que ocorre na película de Bridget Jones, mostra o quanto a sociedade, de maneira geral, ainda hoje valoriza em excesso a importância do casamento para a mulher, ao mesmo tempo em que atribuiu um caráter aversivo à condição de solteira (Zanella, 2018). As pressões sociais são tantas, que Carrie acaba transformando o casamento simples que havia combinado com o noivo em um grande evento, cheio de glamour e tradicionalismo. Nesse contexto, é como se a função do casamento fosse mais mostrar à sociedade que ela, aos 40, conseguiu “um homem para chamar de seu” do que realmente oficializar sua decisão de compartilhar a vida com o homem que ama e garantir seus direitos legais quanto ao que for construído a partir do relacionamento dos dois.

Com a aproximação do grande dia, Carrie começa a fazer pressão para que Big escreva os votos, pois terá que declará-los na frente de muita gente. O noivo argumenta que não era esse o acordo dos dois, que já será seu terceiro casamento, e uma festa glamourosa lhe fará parecer ridículo. Destaca que o que ele realmente quer é estar com Carrie ao seu lado e que poderia ir apenas ao cartório oficializar a união dos dois, mas que aceitou fazer uma cerimônia de casamento porque era o que ela queria; entretanto, não sabia que o evento assumiria proporções tão grandes. Esse relato é interessante por enfatizar que o mais importante para Big não era a cerimônia de casamento ou mostrar para a sociedade que ele tem uma mulher maravilhosa ao seu lado, mas sim os reforçadores naturais do relacionamento amoroso: a interação reforçadora em si com a mulher que ele ama, o convívio diário com Carrie, compartilhar a vida com ela.

A despeito do destaque dado por Big aos reforçadores naturais da relação com a amada, a festa de casamento é muito valorizada em nossa sociedade, especialmente no que concerne às mulheres; então, a escritora faz uma expressão triste e diz que está tarde para irem somente ao cartório. Big responde que essa era a carinha que ele estava tentando evitar, o que mostra que o comportamento dele de aceitar a festa de casamento teve função de esquiva, à medida que a consequência esperada era evitar o desapontamento/a decepção da amada (reforçamento negativo).

Essa discussão do casal exemplifica o aspecto ao qual Fêres-Carneiro (1998, 2001) atribui o fascínio e, ao mesmo tempo, a dificuldade dos relacionamentos amorosos: o desafio de conciliar duas individualidades na construção de uma identidade conjugal, a qual se constitui a partir da interação complexa entre dois sujeitos com desejos, percepções de mundo, histórias, valores e projetos de vida diferentes. Carrie é mulher e, como tal, sofre pressões sociais para se casar, especialmente porque ela tem 40 anos e nunca foi casada (Del Priore, 2005; Zanella, 2018). Como já foi discutido, o casamento é um reforçador condicionado muito valorizado ainda hoje em nossa sociedade, de maneira ainda mais intensa no caso das mulheres. No entanto, Big já foi casado anteriormente duas vezes, e suas experiências foram malsucedidas, de modo que um casamento glamouroso provavelmente tem uma função bem diferente para ele. Assim, os dois têm um impasse, um conflito de interesses, e, inicialmente, tentam chegar a um meio-termo: um casamento simples. Contudo, o acordo inicial dos dois começa a desandar com as pressões para que Carrie faça do casamento um grande evento.

No que se refere às amigas de Carrie, Miranda está numa fase totalmente *workaholic*. Tem pouquíssimo tempo disponível para o marido e o filho, vive para os compromissos de trabalho. Certa vez, após 6 meses sem fazer sexo com o marido, os dois estão no meio de uma relação sexual, quando ela pede que o marido termine logo, pois ela tem que acordar cedo no dia seguinte para trabalhar. Ele fica chateado, e os dois interrompem o ato sexual. Posteriormente, em conversa com as amigas, ela justifica que tem uma rotina muito corrida e anda cansada para sexo. As amigas discutem sobre o assunto e, então, comentam que consideram que o marido de Miranda tem razão, 6 meses é muito tempo de privação.

Assim, o filme mostra que, apesar de serem bastante diferentes, as quatro amigas têm um vínculo de muita cumplicidade, oferecendo um modelo em que a diferença de pontos de vista pode ser extremamente rica em um relacionamento, seja ele amoroso ou de amizade, o que favorece a quebra da regra de que conflitos ou opiniões discordantes nunca são bem-vindos no convívio entre as pessoas. Ao contrário, “Sex and the City” mostra que conflitos podem ser muito produtivos em algumas circunstâncias ao promoverem autoconhecimento e reflexões sobre regras e comportamentos “pouco funcionais” (i.e., que trazem prejuízos) dos personagens, benefícios estes que poderiam não ocorrer se não houvesse um espaço de confiança e amizade em que diferentes temas podem ser expostos, discutidos e questionados, ainda que não se chegue a um consenso.

Algum tempo depois, o marido de Miranda conta a ela que fez sexo com outra pessoa. Ele diz que foi uma única vez, que não significou nada para ele e que está extremamente arrependido. Ela encontra as amigas e conversa sobre o que aconteceu, enfatizando que não será capaz de perdoá-lo. Samantha pondera que foi só uma vez e que deslizes podem acontecer com qualquer um. Pede que a amiga reconsidere sua decisão de se separar. Contudo, Miranda avalia que não conseguirá superar a traição de sua confiança e se separa. Assim, a todo momento, o filme contrapõe opiniões e modos de vida diferentes e, não raro, divergentes, e isso não impede que as personagens desenvolvam relacionamentos profundos, íntimos e maduros, seja entre elas ou com seus parceiros. Além disso, diferentemente do que acontece na maioria dos contos de fadas e das comédias românticas, ninguém é totalmente bom ou mau, cada personagem tem grandes qualidades e, também, limitações, dificuldades, desafios.

Finalmente, chega a véspera do casamento de Carrie e Big. Há um jantar e, nessa ocasião, Miranda, ainda muito chateada com o marido que insiste em reatar o relacionamento, diz a Big: “Vocês são loucos de se casarem! O casamento estraga tudo”. Depois do jantar, as amigas se reúnem para uma noite das garotas e ficam conversando durante horas. Big telefona para Carrie e diz que precisa conversar. Ele questiona se é realmente aquilo o que eles querem fazer e mostra dúvidas em relação à decisão de se casarem com uma grande festa, enfatizando que já passou por isso duas vezes e não deu certo. Afirma que, para ele, as coisas estão ótimas como estão. Carrie tenta acalmá-lo, diz que, dessa vez, será diferente porque é com ela que ele irá se casar. Contudo, no dia seguinte, Big, ainda com muitas dúvidas, tenta falar com a noiva, mas não consegue, então a deixa na porta da igreja, e o casamento não acontece.

As três amigas, ao verem Carrie devastada por ter sido deixada no dia de seu casamento, decidem ir com ela para a viagem de lua de mel no México. Carrie passa dias trancada no quarto, até que acaba se levantando. Certa vez, enquanto as quatro jantam juntas, Carrie diz: “Após 20 anos de tudo que aprendemos, joguei tudo fora pela emoção de ter o nome dele na minha suíte de lua de mel. Se me conhecesse agora, não diria que era eu”. Samantha então comenta: “Não dá pra acreditar que minha vida gira em torno de um homem. Em que planeta eu permitiria que isso acontecesse?”. Charlotte argumenta: “Mas você o ama!”. Samantha questiona: “Isso significa dizer o nome dele 50 vezes mais que o meu próprio nome por dia? Significa me preocupar com ele e suas necessidades antes de mim e das minhas necessidades? É sempre sobre o outro? Isso é o amor?”. Então Miranda responde: “Não! Isso é casamento!”. E Samantha continua: “Olhe esse anel. Eu mesma queria comprá-lo para mim, significaria que fui capaz de fazer isso por mim mesma... Mas ele foi e o comprou para mim”. Charlotte: “Porque sabia o quanto você tinha gostado!”. Samantha: “Sim, mas agora sempre que olho para o anel, eu o vejo e não a mim”.

Nesse trecho, as amigas questionam a regra de que a felicidade se resume a um relacionamento amoroso ou ao casamento, bem como o papel passivo da mulher valorizado socialmente, enfatizando aspectos negativos da dedicação excessiva ao relacionamento afetivo em detrimento de outras áreas também importantes de suas vidas. Questionam, portanto, o foco privilegiado no parceiro, quando a responsabilidade de cuidar das próprias necessidades é muitas vezes negligenciada. Destaca-se, ainda, que, durante a viagem, as quatro conversam muito, divertem-se juntas, trocam confidências, mas também discutem e brigam. Assim, esse filme mostra que relacionamentos verdadeiramente íntimos com frequência envolvem discordâncias e desentendimentos, não são feitos somente de bons momentos, mas o importante é lidar com esses desafios de forma respeitosa com os próprios sentimentos e necessidades, assim como com os do(s) outro(s). Crises podem ser também oportunidades para o aprendizado de novos repertórios e novas perspectivas, assim como de fortalecimento das conexões entre as pessoas (Bucay & Salinas, 2000/2006; Perel; 2017; Rosenberg, 2003/2006; Santos, 2020).

Quando voltam da viagem, Charlotte descobre que está grávida, o que a deixa extremamente feliz, mas com receio de que algo de mal lhe aconteça. Ela chega a se sentir culpada por estar tão bem enquanto as amigas passam por dificuldades diversas. Assim, Charlotte consegue transformar sua vida no conto de fadas que sempre sonhou: casada com o homem que ama, ela tem duas filhas maravilhosas. Contudo, faz-se relevante comentar, que, no segundo filme (“Sex And The City 2”), surge uma realidade um pouco diferente do sonho: as filhas dão um trabalhão, e Charlotte fica assustada ao tentar manejar as demandas sem fim no cuidado com elas. Assim, o segundo filme mostra que a maternidade não é só amor, pois envolve também diversas concessões, sobrecargas e dificuldades (Homem & Calligaris, 2019).

Há um trecho do segundo filme em que a personagem se desespera com uma infinidade de tarefas ao mesmo tempo: enquanto segura a filha mais nova que não para de chorar no colo, ela tenta preparar *cupcakes* para um evento da outra filha na escola, e a última solicita a sua atenção a todo o momento ao mesmo tempo em que faz uma pintura com as mãos. Charlotte tenta manejar a situação, até que a filha mais velha passa as mãos sujas de tinta em sua saia branca exclusiva. Então, ela dá uma bronca nas filhas e, exausta, vai para a dispensa chorar. Assim, o filme mostra que mesmo a concretização do idealizado conto de fadas envolve dificuldades em sua transição para a realidade. Ser mãe também é enfrentar diversos desafios, o que inclui, muitas vezes, sobrecarga de tarefas, abrir mão de reforçadores individuais, como tempo, dinheiro, contato com o parceiro e os amigos ou simplesmente a perda de uma saia de estimação, em prol dos novos reforçadores e das infindáveis demandas que surgem com a interação mãe-filho(s).

Esse trecho exemplifica a discussão de um tema raramente abordado: a dificuldade de ser mãe, atribuição idealizada com frequência como a maior realização da vida de uma mulher, juntamente com o casamento. Em outros momentos do filme, a personagem destaca que, embora a maternidade seja realmente uma experiência de amor única e gratificante, o conto de fadas envolve sim grandes desafios e momentos de desgaste, exaustão e sofrimento. Contudo, expressar essas dificuldades é um comportamento malvisto socialmente, como se uma boa mãe não pudesse reclamar de tão divina função. Falar sobre os desafios ou aspectos negativos da maternidade ainda é tabu, um tema difícil de ser abordado, devido à sua relação com críticas, censuras, avaliações e julgamentos (punição positiva) (Araújo, 2025; Leal & Zanella, 2022; Homem & Calligaris, 2019; Manus, 2026; Zanella, 2018, 2022, 2025). Nesse contexto, muitas mulheres se calam ou expressam apenas os aspectos positivos da maternidade, comportamento este mantido por reforçamento negativo ao evitar possíveis críticas e condenações. Esse silêncio pode contribuir para que muitas mães se sintam péssimas, fracassadas, culpadas ao avaliarem erroneamente que somente elas vivenciam momentos ruins, enquanto a sociedade espera que sejam sempre gratas pela dádiva da maternidade.

Samantha, por sua vez, conversa com o namorado e lhe conta que não está satisfeita com a vida que os dois estão levando. Eles então decidem passar mais tempo juntos nos fins de semana na tentativa de salvar a relação. Contudo, Samantha percebe que não consegue mais negar seu interesse por outros homens e começa a ter dificuldades para manter-se no relacionamento monogâmico com o namorado. Nesse sentido, Samantha quebra estereótipos quanto ao papel de mulher: ela tem aversão a relacionamentos estáveis, adora relacionar-se sexualmente com homens bonitos de diferentes idades, é independente econômica e afetivamente. Manter-se comprometida em um relacionamento amoroso com o mesmo homem por muito tempo é, para ela, tedioso, monótono. Ela prefere relações temporárias, casuais e intensas.

Carrie, de volta à rotina, vê a publicação da revista Vogue para a qual posou como noiva. No final da reportagem, há uma nota do editor que diz: “O casamento de Carrie Bradshaw e John James Preston (Big) foi cancelado assim que a revista foi para impressão. Bradshaw ainda está solteira e morando em Nova Iorque”. Diante disso, todos se compadecem da escritora. Por exemplo, quando sai com Charlotte e a filha Lily para pedir doces no Dia das Bruxas, uma das moradoras diz: “Carrie, vi você na Vogue... Sinto muito!”. Destaca-se, portanto, assim como no filme da personagem Bridget Jones, o caráter aversivo socialmente imposto à solteirice, especialmente para as mulheres.

No Dia dos Namorados, Carrie e Miranda saem para jantar. Nessa ocasião, Carrie, ao conversar com a amiga, percebe que também cometeu erros em relação a Big enquanto preparava o casamento. Ela diz: “Eu mereço o que aconteceu comigo. Viver em Nova Iorque acreditando que finalmente terei meu final feliz, como se estivesse dizendo ‘veja, o amor vem para todos. Olhem para mim com o meu vestido de casamento, casando-me com o amor da minha vida’. Miranda, no artigo não usei a palavra ‘nós’ uma única vez. O artigo inteiro era só ‘eu acho’ e ‘eu quero’. O casamento inteiro era o meu ponto de vista. Deixei o casamento ser mais importante que o Big. Eu sou o motivo de ele não ter saído do carro”.

Assim, é interessante que, ao se deparar com a entrevista que deu para a revista, a escritora percebe que Big não pode ser responsabilizado sozinho pelo trágico fim de seu relacionamento, pois ela também errou ao desconsiderar os gostos e desejos dele quanto ao casamento dos dois. A visão maniqueísta, portanto, é quebrada nesse filme, uma vez que não há vilões ou mocinhos de maneira dicotômica, mas sim personagens complexos, inseridos em um contexto, comportando-se muitas vezes de maneira tida como adequada, mas também sujeitos a cometerem erros. Ademais, em diferentes momentos, os personagens

avaliam os efeitos da maneira como se comportam sobre os comportamentos daqueles com quem convivem, como o fez Carrie nessa cena em que questiona seu egoísmo na preparação do casamento simplesmente como ela queria sem contemplar as preferências do noivo.

Nesse momento, Miranda conta à amiga o que disse a Big na véspera do casamento e se desculpa. Carrie fica extremamente chateada por Miranda ter guardado isso em segredo durante 5 meses. As duas discutem, e Carrie vai embora. Apesar de todas as tentativas de aproximação de Miranda, a amiga e ela passam alguns dias sem se falar. Depois de muita insistência de Miranda, as duas conversam, e Carrie mostra a Miranda que esta quer o seu perdão em 3 dias, mas foi incapaz de perdoar o marido que a traiu uma única vez 6 meses atrás e se mostrou extremamente arrependido. As amigas fazem as pazes. Nesta cena, o filme mostra, uma vez mais, que conflitos frequentemente fazem parte de relacionamentos e nem sempre implicam seu rompimento, embora as pessoas envolvidas possam se sentir chateadas ou decepcionadas por algum tempo. Portanto, diferentemente da maioria dos outros filmes românticos, “Sex and the City” também representa um avanço ao oferecer o modelo de que sentimentos considerados negativos, como tristeza, frustração, decepção e mágoa, são naturais e inevitavelmente estão presentes em alguns momentos dos relacionamentos entre as pessoas, de modo que é importante aprender a lidar com eles (Bucay & Salinas, 2000/2006; Hayes, Strosahl & Wilson, 1999; Holman, Kanter, Tsai & Kohlenberg, 2017; Perel, 2006/2018; Perel, 2017; Santos, 2019, 2020; Rosenberg, 2003/2006; Tsai, Kohlenberg, Kanter, Holman & Loudon, 2009/2012; Tsai, Kohlenberg, Kanter, Kohlenberg, Follete & Callaghan, 2009/2011). Além disso, o filme oferece diferentes modelos de solução de problemas e de assertividade (ver Elias & Britto, 2007; Mundim, 2010; Otero & Guerrelhas, 2003). No caso de Miranda e Carrie, bastou que as amigas acolhessem/validassem seus desconfortos e conversassem abertamente sobre o que aconteceu para resolverem a situação.

Contudo, com Miranda e Steve, seu ex-marido, uma conversa dos dois não foi suficiente, então eles decidem fazer terapia de casal. Perel (2017) descreve um caso extraconjugal como um ato transgressivo simples capaz de comprometer uma relação em diferentes aspectos, minando a confiança e a identidade de um casal. De acordo com a autora e experiente terapeuta de casais, uma traição, assim como qualquer crise, pode se tornar também uma oportunidade para o desenvolvimento de conversas profundas e necessárias ao fortalecimento da relação, tornando-a potencialmente mais honesta e resiliente, seja para a decisão de separação ou para a construção de uma nova relação para aquele casal. Assim, depois de pesarem prós e contras de reatar o relacionamento e de conversarem muito a partir da mediação de uma terapeuta, Miranda e Steve acabam se reconciliando. Além de apresentar modelos de solução de problemas em relacionamentos, o filme mostra que cada problema demanda estratégias de solução diferentes, de modo que é importante analisar o contexto de cada dificuldade para avaliar o grau de adequação das alternativas de solução possíveis de acordo com a situação.

Miranda se definia por seu trabalho, destacando que esta era uma importante fonte de reforçamento para seus comportamentos, além da família e dos amigos, o que se contrapõe ao modelo apresentado no filme de Bridget Jones, em que nenhum outro reforçador era tão importante quanto arrumar um namorado, de modo que a vida da protagonista girava em torno do relacionamento amoroso. Embora o excesso de dedicação a apenas uma área da vida possa trazer dificuldades, como quando Miranda negligenciou o casamento e se dedicou somente ao trabalho, atenção exclusiva ao relacionamento também pode gerar problemas. Uma maior variabilidade de fontes de reforçamento pode contribuir para que a pessoa se sinta mais satisfeita e tenha mais assuntos interessantes, o que, por sua vez, favorece que o relacionamento também se mantenha interessante, reforçador e com novidades por mais tempo (Perel, 2006/2018, 2017).

Também no Dia dos Namorados, Samantha prepara sushi para comemorar a data com seu namorado. Contudo, ele só volta do trabalho bem mais tarde do que havia combinado com ela, e Samantha fica chateada. Assim que o namorado chega, ela conta que havia preparado uma surpresa para ele, e este questiona o motivo de a namorada estar tão brava, ao que ela responde: “Você acha engraçado eu ter passado o dia inteiro preparando uma refeição maravilhosa para você?”. Ele faz pouco caso, diz que ela fez sushi e isso não é nada demais. Samantha então retruca “Não é grande coisa... Aqui (começa a jogar a comida nele)... Não sou o tipo de mulher que fica em casa o dia inteiro esperando por um homem”.

De acordo com a narração de Carrie, “Samantha tinha dinheiro, uma carreira e um homem que a amava, mas, ainda assim, sentia que algo estava faltando em sua vida”. Esse relato de Carrie, portanto, questiona a relação direta entre ter um relacionamento amoroso estável e ser automática e completamente feliz. A ideia de que os parceiros de um casal se complementam perfeitamente, como duas metades de uma laranja, e suprem todas as necessidades um do outro para sempre é mais um mito romântico, desfavorável a uma compreensão das relações amorosas em sua complexidade (ou seja, uma regra que pode levar à insensibilidade às contingências). Samantha é mulher e tinha em seus braços um homem que a amava e a quem ela também amava, entretanto, ela sentia interesse por outros homens, como seu vizinho, e privar-se do contato com eles era difícil para ela, não era natural.

Pouco tempo depois, ao encontrar novamente as amigas, com alguns quilos a mais do que em seu último encontro, Samantha confessa: “Eu como para não trair”. Então, elas começam a discutir sobre felicidade no relacionamento, e Samantha se dá conta de que não se sente feliz com o namorado há 6 meses. Com isso, ela decide romper o relacionamento. Nessa ocasião, Carrie diz: “Algumas histórias de amor não são romances épicos, algumas são histórias curtas, mas isso não as torna menos cheias de amor”. Assim, questiona-se o mito do amor eterno e do “felizes para sempre”, muito frequente nos contos de fadas e nas comédias românticas (Navarro, 1997/2012; Nery, 2013, 2022; Nery & de-Farias, 2025). Carrie destaca que nem todos os relacionamentos amorosos duram para sempre e isso não faz deles menos importantes ou significativos para quem os experienciou.

Ademais, há aqui um exemplo de conflito no relacionamento que não pôde ser resolvido, apesar da tentativa de Samantha e do namorado de salvar a relação passando mais tempo juntos. Assim, a tentativa não foi suficiente para que Samantha avaliasse que permanecer naquele relacionamento seria mais reforçador/satisfatório para ela que voltar à vida de solteira, da qual ela sentia falta. Além de propor que a “solteirice” pode ser uma boa opção para a mulher em determinadas circunstâncias, o filme mostra, portanto, que, da mesma maneira como acontece nos relacionamentos da vida real, nem todos os conflitos podem ser resolvidos, e, às vezes, é mais saudável ou adequado o casal se separar. Holmes (2004) e Babo e Jablonski (2002) destacam que, em geral, o ideal do amor romântico eterno e indestrutível é estabelecido como uma meta para todos por meio de diferentes tipos de mídia. Contudo, em “Sex and the City”, a quebra desse ideal acontece de maneira natural, sem que a não concretização do mito romântico represente um fracasso, como de costume, mas sim a melhor alternativa para a personagem naquele momento e contexto.

É interessante observar que, entre as comédias românticas, esta se destaca como uma exceção ao mostrar a condição de solteira como a mais adequada para uma mulher em determinado momento de sua vida, enfatizando a importância de reforçadores aos quais ela não tinha acesso mantendo-se em um relacionamento estável com um único homem: o contato afetivo e sexual com pessoas diferentes, a novidade, a maior liberdade, mais tempo livre para estar com as amigas e para cuidar de si. Desse modo, o modelo de Samantha é importante, pois ela é uma mulher de quase 50 anos que troca um relacionamento amoroso estável pela vida de solteira, questionando a regra de que o casamento é a fórmula da felicidade para todas as mulheres.

Samantha é uma personagem forte e assertiva, quebrando estereótipos no que se refere ao papel social da mulher. Sem qualquer pudor, toma a iniciativa nos relacionamentos, é direta na abordagem com os homens e não tem qualquer problema em assumir o quanto gosta de sexo, o que, mais uma vez, nesse filme, questiona o estereótipo das mulheres como carentes, vulneráveis, passivas e subservientes. Conforme Babo e Jablonski (2002), de acordo com a análise de revistas masculinas e femininas, este ainda é um padrão socialmente esperado para homens, mas não para mulheres.

Nas últimas décadas, com a emancipação feminina, tem havido uma gradativa diminuição da denominada dupla moral, a qual confere amplas liberdades ao homem ao mesmo tempo em que restringe essa mesma liberdade para a mulher. Essa mudança de cenário certamente representa um avanço social no que se refere a uma maior igualdade de direitos entre os sexos/gêneros. Entretanto, Jablonski (1994) critica a “masculinização do sexo”, com mulheres adotando um padrão até então tipicamente masculino, caracterizado pela primazia do sexo “novo” e sem compromisso, sem laços afetivos. Segundo o autor, apesar de historicamente haver uma tendência à supervalorização do masculino em detrimento do feminino, nem todas as

características estereotipicamente relacionadas ao masculino merecem ser adotadas, como esta que trata os relacionamentos como descartáveis, da mesma forma que copos, pratos e equipamentos eletrônicos nos dias atuais. Com o estabelecimento da cultura do descartável, a qual atinge não apenas bens materiais, mas também relacionamentos interpessoais, pouco se aprende sobre como “consertar” problemas nos relacionamentos e, com isso, os vínculos tendem a se tornar cada vez mais fugazes e superficiais (Bauman, 2004).

A crítica de Jablonski (1994) é um aspecto que merece reflexão. De qualquer maneira, a despeito de ser mais ou menos adequado o comportamento sexual promíscuo de Samantha, destaca-se no filme a possibilidade de uma personagem feminina ter a opção de escolher sexo sem compromisso, direito este restrito somente aos homens algum tempo atrás. Mesmo assim, não raro, mulheres sexualmente mais livres, como Samantha, ainda são alvo de críticas por seu comportamento sexual liberal, por exemplo, são chamadas de “fáceis”, “vulgares”, “periguetes”, “vagabundas” (punição positiva), além de serem excluídas, muitas vezes, da possibilidade de um relacionamento sério, pois são “só pra pegar” (punição negativa).

Ademais, vale ressaltar que a falta de comprometimento nos relacionamentos interpessoais não é um padrão comportamental característico da personagem, uma vez que, como pode ser observado ao longo dos dois filmes, ela tem um vínculo de profunda intimidade e cumplicidade com as amigas. Contudo, Samantha, depois de ter se exposto às contingências de um relacionamento amoroso estável, avalia que, para o seu estilo de vida, esse tipo de relação envolve mais perdas do que benefícios, o que não deixa de constituir um modelo interessante por se diferenciar dos padrões tradicionalmente atribuídos ao feminino. Nesse contexto, os modelos do filme questionam as limitações impostas pelos estereótipos ao mostrar que há múltiplas possibilidades de ser feminino e de ser masculino nos dias atuais. Diniz (2003, 2009) ressalta a relevância de desmistificar/desnaturalizar as restrições impostas culturalmente ao masculino e ao feminino, pois há diferentes maneiras de ser homem e de ser mulher.

Voltando ao relacionamento de Carrie e Big, após o episódio do casamento que não se consumou, Big tenta se reaproximar da escritora, mas esta não aceita qualquer contato com o homem que a deixou no altar. Contudo, os dois se encontram no dia de entregar ao novo comprador o apartamento em que pretendiam viver juntos. Eles se beijam e, em seguida, enquanto abraça o amado, Carrie pergunta: “Por que decidimos nos casar?”. Big responde: “Acho que tínhamos medo de que não nos casarmos significaria algo ruim. Sinto muito por ter feito aquilo com você”. Carrie também pede desculpas e diz: “Sabe o que é engraçado? Nós éramos perfeitamente felizes até decidirmos ser felizes para sempre”. Big comenta: “Acho que a graça está na gente!”. Ele, então, questiona a maneira como decidiram se casar, afirma que parecia mais um negócio que um romance, e então pede Carrie em casamento novamente. Ela aceita, e os dois se casam no cartório, de maneira muito simples. Ao final, quando já estão saindo do cartório, Big pergunta: “Tudo bem ter sido só nós dois?”. Ela responde que foi perfeito, mas ele tem uma surpresa: convidou as amigas dela para comemorarem com eles. De acordo com o próprio comentário de Carrie, “Não foi uma recepção chique feita por um *designer*. Foi só comida e amigos”, mas era isso de que os dois precisavam para ficarem bem.

Mais uma vez, o filme quebra estereótipos ao questionar o excesso de valorização da festa suntuosa de casamento, como se fosse um aspecto essencial à felicidade de qualquer casal. Esse trecho enfatiza que a variável de controle central do casamento de Carrie e Big consiste nos reforçadores que um provê para o outro na interação diária, o convívio com a pessoa amada. A festa chique por meio da qual se mostra à sociedade a decisão de compartilhar a vida com o outro poderia ser um fator a mais, caso ambos concordassem, o que não era o caso. Carrie destaca, ainda, nessa breve conversa, que os problemas dos dois começaram quando ela tentou se adequar às expectativas sociais sobre como deve ser um casamento ideal, deixando de contemplar as características únicas do relacionamento que ela tinha com Big, e isso acabou por afastá-los. Em diferentes momentos do filme, por sua vez, Big destaca: “Eu quero você”, chamando a atenção para o fato de que o reforçador de maior magnitude para ele no relacionamento é estar com Carrie, independentemente de qualquer cerimônia oficial que legitime o amor dos dois ou do que a sociedade pense sobre o relacionamento deles.

O filme termina com as quatro amigas andando pelas ruas de Nova Iorque rumo a um restaurante para comemorarem o aniversário de 50 anos de Samantha. Carrie diz: “Talvez algumas marcas fiquem melhor dentro do armário. Noiva, noivo, marido, esposa, solteiro, casado... Nos esquecemos de olhar além do rótulo, para a pessoa”. Com essa frase, a personagem

claramente critica a força social desses rótulos, que tendem a simplificar interações complexas. Assim, destaca-se a importância de se atentar para cada indivíduo ou relacionamento como único, com características peculiares, que merecem ser contempladas.

É relevante comentar também que, neste filme, embora as amigas tenham suas atividades profissionais e seus relacionamentos amorosos, as quatro se encontram frequentemente para conversarem, trocarem confidências, conhecerem lugares diferentes, saírem pela noite, viajarem e divertirem-se juntas. Ademais, ainda que sejam mulheres financeiramente bem-sucedidas, elas são independentes e trabalham para sustentar seus luxos, com exceção de Charlotte, que tomou a decisão de deixar o trabalho fora de casa para se dedicar prioritariamente à família, o que é também uma alternativa para algumas mulheres de hoje.

Assim, o filme apresenta modelos de mulheres bastante diferentes, mas que, além da amizade, têm outra coisa em comum: uma vida com acesso a fontes variadas de reforçamento. O contato com diferentes fontes de reforçamento é importante para o aumento de variabilidade comportamental e para a produção de sensações prazerosas, como felicidade, alegria, satisfação. Ademais, fontes variadas de reforço permitem maior autonomia no relacionamento, de modo que o indivíduo só se mantém nele enquanto for suficientemente reforçador, sem se tornar dependente, já que tem acesso a outras fontes de prazer, alegria e diversão.

Carrie encerra o segundo filme da série com a frase: “Mesmo que um filme em preto e branco seja maravilhoso, quando se trata de relacionamentos, há uma enorme diversidade de cores e opções para se explorar”, destacando, portanto, que não há regras gerais que especifiquem o que é melhor ou mais adequado para todos os casais, mas sim uma infinidade de possibilidades a serem experimentadas e descobertas para cada relação, seja de amor ou amizade. Destaca-se nos filmes “Sex and the City”, portanto, a importância do respeito à diversidade, à riqueza do encontro com as diferenças.

Laurenti e Lopes (2022) complementam ao enfatizar o potencial contracultural da Análise do Comportamento, ressaltando a necessidade de que se questionem práticas culturais excludentes e opressivas. Nesse contexto, faz-se relevante uma análise crítica de mídias que estabeleçam como modelos referências estereotipadas, sexistas, racistas e lgbtfóbicas. Observa-se que o modelo de relacionamento amoroso veiculado tradicionalmente pela mídia é caracterizado por um amor romântico, sem conflitos, monogâmico, cisheterossexual e sexualmente satisfatório. Ademais, os membros do casal, em geral, são pessoas jovens, brancas, estereotipicamente bonitas, saudáveis, sempre muito alegres. Sabe-se que, ao se estabelecer esse ideal como meta de felicidade para todos, desconsiderando-se a grande diversidade entre as pessoas, os estereótipos sobre os relacionamentos amorosos são fortalecidos, o que contribui para que aquelas/aqueles que não se enquadram nos padrões estabelecidos sejam alvo de sofrimento, decepções e discriminações (Holmes, 2004; Nery, 2022; Nery & de-Farias, 2025).

Diniz (2003, 2009) enfatiza a importância desse movimento do simples para o complexo no que se refere a papéis de gênero e aos relacionamentos humanos. Os filmes “Sex and the City”, nesse sentido, podem ser de grande contribuição por abordarem temas coerentes com a complexidade das contingências dos relacionamentos atuais, como namoro; relações LGBTQIAPN+; sexo; casamento; variedade de repertórios necessários à manutenção de um relacionamento duradouro; modelos de assertividade e de resolução de problemas; traição; separação; reconciliação; recasamento; adoção; dificuldades da maternidade; envelhecimento; desafios ao conciliar vida profissional, conjugal e maternidade e desafios ao conciliar relacionamento amoroso e outros reforçadores, por exemplo, contato com amigos. A transição do singular para o plural, do simples para o complexo é um desafio que merece atenção para que se possa lidar adequadamente com os dilemas entre os velhos e os novos papéis sociais que homens e mulheres estão vivendo em seus relacionamentos nos dias atuais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A mídia, atualmente um dos maiores mecanismos de difusão de valores, tem um papel fundamental no processo de transformação sociocultural no que se refere às relações afetivo-sexuais, exercendo diferentes funções de estímulos antecedentes que controlam comportamentos dos espectadores (Babo & Jablonski, 2002; Bachen & Illouz, 1996; Diniz, 2009; Nery & de-Farias, 2025; Rakos, 1993). Nesse contexto, o presente trabalho buscou a realização de uma análise funcional de

regras, modelos e contingências presentes em duas comédias românticas. O objetivo foi estabelecer relações entre os diferentes modelos apresentados pelos filmes “O Diário de Bridget Jones” e “Sex And The City” e seus possíveis impactos no comportamento afetivo/sexual das pessoas que os assistem, cuja aprendizagem pode ser favorecida pela exposição a esse tipo de mídia.

No que se refere à contribuição da mídia para o estabelecimento das incompatibilidades ideal *versus* real, Holmes (2004, 2007) e Johnson e Holmes (2009) descrevem estudos que mostram a existência de correlação positiva entre a exposição a mídias com conteúdo romântico e expectativas (regras) idealizadas sobre relacionamentos amorosos. Ademais, os resultados desses estudos indicam que, quanto maior a percepção de discrepância entre os modelos idealizados dos filmes e os seus relacionamentos reais, maior a insatisfação dos participantes com seus próprios relacionamentos. Nesse sentido, enquanto o filme de Bridget Jones parece favorecer a manutenção de estereótipos de gênero e o fortalecimento de alguns mitos românticos, “Sex And The City” apresenta modelos mais variados, contemplando um recorte maior da riqueza e diversidade de possibilidades para as relações afetivas.

Muitos são os dilemas quando se fala em relacionamentos amorosos nos dias atuais: monogamia *versus* liberdade sexual/ diferentes arranjos não-monogâmicos; a perspectiva idealizada do amor *versus* a realidade da convivência diária, com todas as suas dificuldades; os estereótipos de gênero *versus* a emancipação feminina; a permanência em um relacionamento estável *versus* o convite à novidade e a efemeridade das paixões; a tradição *versus* novas e diferentes alternativas de relacionamento amoroso; casamento monogâmico indissolúvel *versus* o apelo à experiência descomprometida com diferentes pessoas; a escolha de um parceiro dentre uma infinidade de diferentes possibilidades. Nota-se, portanto, que a sociedade atual, frequentemente, impõe demandas antagônicas aos casais, favorecendo o surgimento de grandes conflitos e inseguranças (Ansari, 2015; Jablonski, 1994; Singly, 2007).

Diante das inúmeras possibilidades oferecidas pelas complexas e variadas contingências atuais, conclui-se que namorar ou ficar solteiro(a), casar ou não casar, ter filhos ou não, namorar Fulano ou Beltrano, permanecer no casamento ou se separar são todos exemplos de comportamentos de escolha¹⁰ e, como tais, envolvem interações complexas de contingências, muitas vezes, conflitantes. Trata-se de situações de escolha entre esquemas concorrentes, ou seja, situações em que há duas ou mais fontes de reforço diferentes disponíveis ao mesmo tempo, de modo que a escolha por uma das alternativas implica abrir mão da outra, pelo menos momentaneamente. Quantidade, qualidade e frequência dos reforçadores disponíveis em cada esquema contribuirão para a opção por um ou por outro (Moreira & Medeiros, 2007/2019). Desse modo, esquemas concorrentes são caracterizados por alternativas excludentes: como elas atuam simultaneamente, não é possível escolher mais de uma ao mesmo tempo, por exemplo, o acesso aos reforçadores de namorar (em uma relação monogâmica), em tese, exclui a possibilidade de acesso aos reforçadores de ficar solteiro(a), do mesmo modo que o contato com os reforçadores decorrentes da maternidade está relacionando à perda de alguns reforçadores obtidos quando não se tem filhos, e vice-versa.

Em situações de escolha, portanto, há, com frequência, contingências reforçadoras positivas e negativas, bem como punitivas positivas e negativas atuando simultaneamente nas diferentes alternativas, de modo que é perfeitamente natural que surjam dúvidas ao se optar por uma delas em detrimento de outras em certos momentos. Quando a discrepância entre as magnitudes dos reforçadores e punidores é grande e facilmente discriminável, a escolha por uma delas se torna mais simples, gerando menos dúvidas. Não raro, entretanto, surgem demandas por escolhas entre alternativas com reforçadores e punidores diferentes em curto, médio e longo prazo, de modo que a decisão por uma delas se torna mais complexa e, nesse caso, efeitos como dúvida e indecisão são quase sempre inevitáveis. Moreira e Medeiros (2019) descrevem diferentes aspectos relativos às

10. Desde que a pessoa tenha condições mínimas de autonomia para realizar essas escolhas, pois sabe-se que, não raro, variáveis socioeconômicas e culturais podem estabelecer limitações significativas às opções disponíveis para que sejam tomadas estas decisões, como, aspectos étnico-raciais, classe, gênero, idade, territorialidade, entre outros fatores (ver sobre interseccionalidade em; Henning, 2015; Mizael, 2019; Nogueira, 2001, 2017; Zanello, 2018). Por exemplo, uma mulher negra, dependente financeiramente e mais velha provavelmente terá menos oportunidade para deixar uma relação de baixa qualidade que um homem branco, jovem e autônomo financeiramente.

características de cada fonte de reforçamento que contribuem para a escolha de uma ou de outra alternativa: a quantidade de reforço produzido por cada ocorrência da resposta, a qualidade e a magnitude do reforço, o atraso do reforço (período entre a emissão da resposta e o acesso ao reforço), o esquema de reforçamento em vigor em cada alternativa de escolha, entre outros.

No filme “Sex And The City”, por exemplo, a indecisão de Samantha ao avaliar se mantinha o relacionamento ou rompia retrata uma experiência comum das pessoas em relações amorosas mais duradouras. No início, quando se está privado dos reforçadores típicos de um namoro, como segurança, contato físico, conversas com uma pessoa com quem se tem afinidade e que traz assuntos novos etc., o valor reforçador dessas consequências é potencializado. Entretanto, com o passar do tempo, a tendência é que surjam novas privações: autonomia e liberdade para fazer escolhas sem precisar negociar com o(a) parceiro(a), necessidade de contato com amigos e/ou pessoas novas, interesses profissionais, entre outros. Nesse momento da relação, é comum que surjam dúvidas sobre quanto vale à pena seguir investindo na manutenção do vínculo, e a avaliação sobre a qualidade da relação pode ser importante ao se tomar essa decisão (ver Perel, 2006, 2018; Pergher 2010).

Mesmo diante de tantas possibilidades de escolha, não raro os restritos e idealizados modelos de relacionamento apresentados pela mídia geram sofrimento e frustrações quando comparados aos relacionamentos da vida real ou à situação de ausência de um relacionamento. Nesse contexto, destaca-se a importância de que adultos e crianças assistam a mídias com conteúdos mais variados sobre relacionamentos, em que essas diferentes possibilidades de escolha sejam representadas e valorizadas¹¹. “Sex and the City – O Filme” é um dos filmes sugeridos neste trabalho por apresentar contingências mais complexas e coerentes com a vida cotidiana. Os diferentes modelos representados pelas quatro amigas questionam mitos (regras) e modelos estabelecidos como ideais, apresentando outras diferentes maneiras de se comportar e se relacionar, as quais também podem ser reforçadoras/produzir momentos de felicidade, daí a relevância da exposição a mídias mais condizentes com a multiplicidade das contingências atualmente em vigor.

Vale ressaltar que o presente trabalho constituiu uma análise de conteúdo de filmes específicos, então, há que se ter cautela ao generalizar as análises ou afirmar conclusivamente qualquer tipo de efeito da exposição a esse tipo de mídia sobre o comportamento dos espectadores. Embora este capítulo tenha se proposto a estabelecer possíveis relações entre modelos e regras de comédias românticas e seus potenciais efeitos no comportamento amoroso dos espectadores, destaca-se que são necessários mais estudos que investiguem sistematicamente como esse tipo de mídia pode, de fato, afetar o comportamento das pessoas em seus relacionamentos afetivo-sexuais em curto, médio e longo prazos (sugerimos ver Nery, 2012, sobre os efeitos da exposição a filmes infantis nos comportamentos de crianças em brincadeiras).

Coerentemente, Johnson e Holmes (2009) referem que as influências específicas de mídias com conteúdo romântico nos relacionamentos amorosos ainda são um tema subestudado, enfatizando-se a importância de que estudos futuros investiguem essa relação, dada a sua relevância clínica e social. Nesse sentido, destaca-se a necessidade de realização de pesquisas empíricas que investiguem mais precisamente quais são, de fato, os efeitos da exposição a mídias televisivas de caráter romântico sobre os comportamentos das pessoas que as assistem e, também, quais variáveis podem afetar essa relação, como gênero, idade, *status* de relacionamento, nível de escolaridade, perfil socioeconômico, aspectos étnico-raciais etc. Além disso, estudos com mídias diferentes daquelas abordadas neste trabalho, como novelas, programas de auditório, livros, noticiários, jornais, redes sociais, também podem ser de grande contribuição.

Para finalizar, a escritora nigeriana Chimamanda Ngozi Adichie, em sua palestra “O Perigo de Uma História Única”, posteriormente transformada em livro (2019), afirma:

11. de-Farias (2012) ilustra, brevemente, essa discussão ao descrever um filme infantil, em versão brasileira e “alternativa”, em que Rapunzel e sua amiga Cinderela fogem aos estereótipos das princesas. A autora aponta a necessidade de apresentar às nossas crianças diferentes regras e modelos – modificando, inclusive, roteiros de contos de fadas, que nos ensinam a nos vestir, conversar, trabalhar e, principalmente, esperar pelo Príncipe Encantado.

A história única cria estereótipos, e o problema com estereótipos não é que sejam mentira, mas que são incompletos... As histórias importam. Muitas histórias importam. As histórias foram usadas para espolar e caluniar, mas também podem ser usadas para empoderar e humanizar. Elas podem despedaçar a dignidade de um povo, mas também podem reparar essa dignidade despedaçada.

Diante desta reflexão, considerando o compromisso da Análise do Comportamento com a construção de uma sociedade mais justa, respeitosa, inclusiva e amorosa, faz-se necessária a ampliação do nosso olhar restrito a estereótipos para contemplar, acolher e compreender a diversidade, em suas múltiplas histórias. Ao se analisar a contribuição do Behaviorismo Radical para a transformação da cultura, destaca-se a importância dada por Skinner a intervenções sociais que objetivem a promoção de um mundo melhor. Para que essa transformação aconteça, é necessário um movimento contracultural que se proponha a enfrentar ativamente práticas culturais opressivas – como o sexismo, o racismo e a LGBTfobia –, violentas e/ou excludentes (Andery e Sério, 2001/2006; Laurenti, 2023; Laurenti & Lopes, 2022). Laurenti (2023, 2025) ressalta que uma ciência do comportamento orientada pelo amor é benéfica não apenas para a própria ciência, mas também para a sociedade e a humanidade. Nesse cenário, produções culturais que contemplem a representação da diversidade podem ter um papel importante no desenvolvimento de repertórios respeitosos com as diferenças no contexto das relações afetivas. “Sex And The City”, “Shrek”, “Grey’s Anatomy”, “Private Practice”, “The Good Doctor”, “Atypical”, “Glee”, “This is us”, “Amor no Espectro”, “Grace and Frankie”, “The Big Bang Theory”, “Modern Family” e “Anne with an E” são alguns exemplos de mídias que oferecem modelos inúmeros, compatíveis com a pluralidade do amor, em todas as suas cores e formas (algumas dessas obras são analisadas no presente projeto de análise comportamental de obras artísticas, com um volume publicado pela Artmed e cinco volumes pelo Instituto Walden⁴).

REFERÊNCIAS

- Adichie, C. N. (2019). *O perigo de uma história única* (C. A. Medeiros, trad.). São Paulo: Companhia das Letras. ISBN 9788535932539
- Andery, M. A., & Sério, T. M. (2001/2006). A violência urbana: aplica-se a análise da coerção? Em R. A. Banaco (Org.), *Sobre Comportamento e Cognição: Vol. 1. Aspectos teóricos, metodológicos e de formação em Análise do Comportamento e Terapia Cognitivista* (pp. 382-392). Santo André: ESETEC. ISBN 978-8588303041
- Ansari, A. (2016). *Romance moderno: uma investigação sobre relacionamentos na era digital* (C. Schwartz, trad.). São Paulo: Editora Paralela. ISBN 978-8584390199
- Araújo, K. V. (2025). Relação conjugal e mudanças com a chegada do filho: Uma perspectiva analítico-comportamental. Em L. B. Nery, & M. B. O. Borges (Orgs.), *Relações Amorosas, Terapia de Casais e Análise do Comportamento* (pp. 315-334). Curitiba: Appris. ISBN 978-6525064703
- Babo, T., & Jablonski, B. (2002). Folheando o amor contemporâneo nas revistas femininas e masculinas. *ALCEU*, 4, 36-53. ISSN 2175-7402
- Bachen, C. M., & Illouz, E. (1996). Imagining romance: Young people's cultural models of romance and love. *Critical Studies in Mass Communication*, 13, 297-308. ISSN 0739-3180
- Bauman, Z. (2004). *Amor líquido: Sobre a fragilidade dos laços humanos* (C. A. Medeiros, trad.). Rio de Janeiro: Jorge Zahar. ISBN 978-8571107953
- Borghi, B. F., & de-Farias, A. K. C. R. (2021). Relacionamentos Abusivos: Uma análise comportamental do filme “Namorados para sempre”. *Psicologia em Processo*, 1(1), 14-27. ISSN 2763-5988 [Republicado neste volume].
- Bucay, J., & Salinas, S. (2000/2006). *Amarse com los ojos abiertos*. Buenos Aires: Del Nuevo Extremo. ISBN 978-9509681880

- Carvalho, M. C. G. B., & Medeiros, C. A. (2008). Determinantes do seguimento da regra: “Antes mal acompanhado do que só”. *Universitas Ciências da Saúde*, 1, 47-64. ISSN Impresso: 1678-5398; Online 1981-9730
- Corsi, J. (2006). Masculinidad y violencia. Em J. Corsi (Org.), *Violencia masculina em la pareja: Una aproximacion al diagnostico y a los modelos de intervencion* (pp. 27-40). Buenos Aires: Paidós. ISBN 978-9501231519
- de-Farias, A. K. C. R. (2012). “Jogue suas tranças, Rapunzel”: Modelos e regras. Portal Comporte-se (comportese.com); https://comportese.com/2012/12/27/jogue-suas-trancas-rapunzel-modelos-e-regras/#google_vignette
- Del Priore, M. (2005). *História do Amor no Brasil*. São Paulo: Contexto. ISBN 978-8572443043
- de Rose, J. C., McIlvane, W. J., Dube, W. V., Galpin, V. C., & Stoddard, L. T. (1988). Emergent simple discrimination established by indirect relation to differential consequences. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 50, 1-20. <https://doi.org/10.1901/jeab.1988.50-1>.
- Diniz, G. (2003). Gênero e Psicologia: Questões teóricas e práticas. *Revista Psicologia Brasil*, 1, 16-21. ISSN Impresso 0104-7841; Online 2594-4363
- Diniz, G. (2009). O casamento contemporâneo em revista. Em T. Féres-Carneiro (Org.), *Casal e família: Permanências e rupturas* (pp. 135-155). São Paulo: Casa do Psicólogo. ISBN 978-8573966398
- Elias, P. V. O., & Britto, I. A. G. S. (2007). A função da assertividade no relacionamento afetivo. Em R. R. Starling (Org.), *Sobre Comportamento e Cognição: Vol. 19. Temas Aplicados* (pp. 23-36). Santo André: ESETEC. ISBN 978-8588303041
- Féres-Carneiro, T. (1998). Casamento contemporâneo: O difícil convívio da individualidade com a conjugalidade. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 11, 379-394. ISSN 1678-7153
- Féres-Carneiro, T. (2001). Casamento contemporâneo: Construção da identidade conjugal. Em T. Féres-Carneiro (Org.), *Casamento e família: Do social à clínica* (pp. 67-80). Rio de Janeiro: NAU Editora. ISBN 978-8585936426
- França, T. P., Cardoso, A. L., & de-Farias, A. K. C. R. (2018). Transferência de função aversiva em classes de equivalência: uma visão analítico-comportamental dos transtornos de ansiedade. Em A. K. C. R. de-Farias, F. N. Fonseca, & L. B. Nery (Orgs.), *Teoria e formulação de casos em Análise Comportamental Clínica* (pp. 284-293). Porto Alegre: Artmed. ISBN: 978-8582714737
- Hayes, S. C., Barnes-Homes, D., & Roche, B. (2001). *Relational Frame Theory: a Post-Skinnerian Account of Human Language and Cognition*. Nova Iorque: Springer Nature BV. ISBN 978-0306466007
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and Commitment Therapy: An experiential approach to behavior change*. New York: Guilford Press. https://doi.org/10.1007/978-0-387-29681-4_8
- Hefner, V. (2011). *From love at first sight to soul mate: Romantic ideals in popular films and their association with young people's beliefs about relationships*. Tese de Ph.D, University of Illinois at Urbana-Champaign, Urbana, Illinois.
- Holman, G., Kanter, J., Tsai, M., & Kohlenberg, R. (2017). *Functional Analytic Psychotherapy made simple – A clinician's guide to using the Awareness-Courage-Love (ACL) model in session*. Oakland: New Harbinger. ISBN 978-1626253513
- Holmes, B. M. (2004). *Romantic partner ideals and dysfunctional relationship beliefs cultivated through popular media messages: Implications for relationship satisfaction*. Tese de Ph.D, University of Massachusetts, Massachusetts, Estados Unidos.
- Holmes, B. M. (2007). In search of my “one-and-only”: Romance-oriented media and beliefs in romantic relationship destiny. *Electronic Journal of Communication*, 3, 1-24. ISSN 1183-5656
- Holmes, B. M., & Johnson, K. R. (2009a). Advice, self-help and media advice about relationships. Em H. T. Reis, & S. Sprecher (Orgs.), *Encyclopedia of Human Relationships*. Thousand Oaks: Sage. <https://doi.org/10.4135/9781412958479.n13>

- Holmes, B. M., & Johnson, K. R. (2009b). Where fantasy meets reality: Media exposure, relationship beliefs and standards, and the moderating effect of a current relationship. Em E. P. Lamont (Org.), *Social Psychology: New research* (pp. 117-132). Edinburgh: Nova Science Publishers. ISBN 978-1607410881
- Homem, M., & Calligaris, C. (2019). *Coisa de Menina? Uma conversa sobre gênero, sexualidade, maternidade e feminismo*. Campinas: Papirus 7 Mares. ISBN 978-8595550254
- Jablonski, B. (1994). Até que a vida nos separe: O enfoque psicossocial. *Temas em Psicologia*, 2, 65-73. ISSN 1413-389X
- Johnson, K. R., & Holmes, B. M. (2009). Contradictory messages: A content analysis of Hollywood-produced romantic comedy feature films. *Communication Quarterly*, 3, 352-373. <https://doi.org/10.1080/01463370903113632>
- Laurenti, C. (2023). Por uma feminização da Análise do Comportamento. Em R. Pinheiro, & T. Mizael (Orgs.), *Debates Sobre Feminismo e Análise do Comportamento* (pp. 13-35). São Paulo: Instituto Par. ISBN 978-6599201684
- Laurenti, C., & Lopes, C. E. (2022). Uma Análise do Comportamento Contracultural: Perspectivas e desafios. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 13(1), 25-40. <https://doi.org/10.18761/DH00024.jan22>
- Laurenti, C. (2025). Prefácio. Em L. B. Nery, & M. B. O. Borges (Orgs.), *Relações Amorosas, Terapia de Casais e Análise do Comportamento* (pp. 9-11). Curitiba: Appris. ISBN: 978-6525064703
- Leal, D. F. da S., & Zanello, V. (2023). “Não tenho filhos e não quero”: Questões subjetivas implicadas na opção pela não maternidade. *Revista Psicologia e Saúde*, 14(3), 77-92. <https://doi.org/10.20435/pssa.v14i3.1949>
- Lins, R. N. (1997/2012). *A cama na varanda. Arejando nossas ideias a respeito de amor e sexo: novas tendências*. Rio de Janeiro: Best Seller. ISBN 978-8546500320
- Manus, R. (2026). *Ter ou não ter filhos: Histórias, dados e reflexões sobre uma das decisões mais complexas da vida*. Rio de Janeiro: Sextante. ISBN 978-8543111834
- Michael, J. (1982). Distinguishing between discriminative and motivational functions of stimuli. *Journal of Experimental Analysis of Behavior*, 37, 149-155. <https://doi.org/10.1901/jeab.1982.37-149>
- Michael, J. (1993). Establishing operations. *The Behavior Analyst*, 16, 191-206. <https://doi.org/10.1007/BF03392623>
- Miguel, C. F. (2000). O conceito de operação estabelecadora na Análise do Comportamento. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 16, 259-267. ISSN 0102-3772 (impresso) e 1806-3446 (online)
- Moreira, M. B., & Medeiros, C. A. (2019). *Princípios básicos de Análise do Comportamento*. Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582715154
- Moreno, M. (1986/1999). *Como se ensina a ser menina – O sexismo na escola* (A. V. Fuzatto, trad.). Campinas: Editora Unicamp. ISBN 978-8516023638
- Mundim, C. P. O. (2010). *O papel da comunicação disfuncional no relacionamento de casal*. Monografia de Conclusão de Graduação, Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC-GO), Goiânia, GO.
- Nery, L. B. (2012). *Estereótipos de gênero: O efeito da exposição à mídia filme sobre brincadeiras de crianças*. Dissertação de Mestrado, Universidade de Brasília, Brasília, DF.
- Nery, L. B. (2013). *Relacionamentos amorosos e casamento nas comédias românticas e suas possíveis implicações na prática clínica – Uma abordagem analítico-comportamental*. Monografia de especialização, Instituto Brasiliense de Análise do Comportamento (IBAC), Brasília, DF.
- Nery, L. B. (2022). “O luto é o preço do amor”: Diferentes lutos nas relações amorosas. Em F. N. Fonseca, L. B. Santos, & A. L. L. Freire (Orgs.), *Luto: Teoria e intervenção em Análise do Comportamento* (pp. 267-300). CRV. ISBN 978-6525125145

- Nery, L. B., & de-Farias, A. K. C. R. (2025). Modelos midiáticos e seus possíveis impactos nas relações amorosas. Em L. B. Nery, & M. B. O. Borges (Orgs.), *Relações amorosas, Terapia de Casais e Análise do Comportamento* (pp. 167-219). Curitiba: Appris. ISBN: 978-6525064703
- Otero, V. R. L., & Guerrelhas, F. (2003). Saber falar e saber ouvir: A comunicação entre casais. Em F. C. Conte, & M. Z. S. Brandão (Orgs.), *Falo ou não falo?* (pp. 71-84). Arapongas: Mecenaz. ISBN 978-8589687065
- Paula, J. B. C. D., & Haydu, V. B. (2010). Revisão bibliográfica de pesquisas brasileiras sobre equivalência de estímulos. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26(2). <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000200010>
- Passinato, V. (2009). *Análise comportamental de contos de fada: Uma questão de gênero*. Monografia de Conclusão de Graduação, Centro Universitário de Brasília (UniCEUB), Brasília, DF.
- Pergher, N. K. (2010). Variáveis que devem ser consideradas na avaliação da qualidade do relacionamento conjugal. *Revista Perspectivas em Análise do Comportamento*, 2, 116-129. ISSN 2177-3548
- Perel, E. (2006/2018). *Sexo no cativeiro: Como manter a paixão nos relacionamentos* (A. C. Silva). São Paulo: Objetiva. ISBN 978-85-4700-069-1
- Perel, E. (2017). *The State of Affairs: Rethinking Infidelity*. London: Yellow Kite. ISBN 978-1473673540
- Perlin, G., & Diniz, G. (2005). Casais que trabalham e são felizes: Mito ou realidade. *Psicologia Clínica*, 17, 15-29. <https://doi.org/10.1590/S0103-56652005000200002>
- Rael, C. C. (2003). Gênero e sexualidade nos desenhos da Disney. Em G. L. Louro, J. F. Neckel, & S. V. Goellner (Orgs.), *Corpo, gênero e sexualidade: Um debate contemporâneo na educação* (pp. 160-171). Petrópolis: Vozes. ISBN 978-8532629142
- Rakos, R. (1993). Propaganda as stimulus control: The case of Iraqi invasion of Kuwait. *Behavior and Social Issues*, 3, 35-62. <https://doi.org/10.5210/bsi.v3il.198>
- Rosenberg, M. B. (2003/2006). Comunicação Não-Violenta: Técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais (M. Vilela, trad.). São Paulo: Ágora. ISBN 978-8571838260
- Santos, E. (2019). *Educação não violenta – Como estimular autoestima, autonomia, autodisciplina e resiliência em você e nas crianças*. São Paulo: Paz & Terra. ISBN 978-8577534036
- Santos, E. (2020). *Por que gritamos: Como fazer as pazes consigo e educar filhos emocionalmente saudáveis*. São Paulo: Paz & Terra. ISBN 978-6555480009
- Sidman, M., & Tailby, W. (1982). Conditional discrimination vs. matching to sample: An expansion of the testing paradigm. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 37(1), 5-22. <https://doi.org/10.1901/jeab.1982.37-5>.
- Sidman, M. (2000). Equivalence relations and the reinforcement contingency. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 74(1), 127-146. <https://doi.org/10.1901/jeab.2000.74-127>
- Silva, E. M. N., Oliveira, & Abreu, P. (no prelo). “Maid”: Reflexões sobre relacionamento abusivo e Análise do Comportamento. Em A. K. C. R. de-Farias, A. A. Bravin, & N. Chiapetti (Orgs.), *Do Encanto às Contingências: O olhar analítico-comportamental sobre as séries*. Porto Alegre: Artmed.
- Singly, F. (2007). *Sociologia da família contemporânea* (C. E. Peixoto, trad.). Rio de Janeiro: Editora FGV. ISBN 978-6555480009
- Skinner, B. F. (1953/2003). *Ciência e Comportamento Humano* (J. C. Todorov, & R. Azzi, Trans.). São Paulo: Martins Fontes. ISBN 978-8533619357

- Tsai, M., Kohlenberg, R. J., Kanter, J. W., Holman, G. I., & Loudon, M. P. (2012). *Functional Analytic Psychotherapy*. Cornwall: TJ International Ltd. ISBN 978-0415604048
- Tsai, M., Kohlenberg, R. J., Kanter, J. W., Kohlenberg, B., Follete, W. C., & Callaghan, G. M. (2009/2011). *Um guia para a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP): Consciência, coragem, amor e behaviorismo* (F. Conte, & M. Z. Brandão, trads.). Santo André: ESETEc. ISBN 978-8579180279
- Wolf, N. (2018). *O mito da beleza: Como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres* (W Barcellos, trad.). Curitiba: Rosa dos Tempos. ISBN 978-8501113528
- Zanello, V. (2018). *Saúde mental, gênero e dispositivos: Cultura e processos de subjetivação*. Curitiba: Appris. ISBN 978-8547310288
- Zanello, V. (2022). *A prateleira do amor – Sobre mulheres, homens e relações*. Curitiba: Appris. ISBN 978-6525033723
- Zanello, V. (2025). *Scripts culturais, gênero e emoções*. Curitiba: Appris. ISBN 978-6525086095

VI

RELACIONAMENTOS ABUSIVOS: UMA ANÁLISE COMPORTAMENTAL DO FILME “NAMORADOS PARA SEMPRE”¹

Bárbara Ferreira Borghi²

Ana Karina C. R. de-Farias³

Título do Filme: Namorados para sempre

Título Original: “Blue Valentine”

Ano de lançamento: 2010

Direção: Derek Cianfrance

Produção: Lynette Howell, Alex Orlovsky, e Jamie Patricof

Lançado por: Paris Filmes

Os seres humanos se relacionam uns com os outros, e é nessas interações que se encontram grandes fontes de reforçadores. E nesse contato com o outro também surgem muitas estimulações aversivas, que podem ser alvos de intervenções em um consultório de Psicologia. Pensando nisso, propomo-nos, nesse capítulo, a abordar as relações interpessoais a partir da filosofia do Behaviorismo Radical, passando por conceitos importantes de sua visão científica, a Análise do Comportamento, tais como o de análises funcionais (análises moleculares e molares), para compreender o comportamento humano e suas interações. A abordagem aqui proposta será realizada a partir da observação das relações estabelecidas entre os personagens do filme “Namorados para Sempre”, a fim de retratar os conceitos discutidos no corpo do presente trabalho e estender as análises derivadas ao contexto clínico, reservadas as devidas limitações. Será feito um recorte a respeito de relacionamentos abusivos, tema presente na longa-metragem em questão. Não é intuito dos autores esgotar a abordagem do problema, mas levantar discussões e mostrar a possibilidade de diálogos com recursos do entretenimento.

O Behaviorismo Radical, termo referente à filosofia da ciência Análise do Comportamento, se opõe às explicações mentalistas, bastante presentes em outras abordagens da Psicologia. Tais correntes afirmam que a ação humana é resultado de processos e/ou agentes internos, de natureza distinta daquilo que se deseja explicar. É comum justificar comportamentos com afirmações como “foi agressivo, porque sentiu raiva”, “saiu de casa, porque quis sair”, ou “beijou a menina, pois havia o desejo de beijar”. Tais explicações não esclarecem a pergunta “por que o homem se comporta de determinada maneira?” e levantam ainda outras questões como “onde está a vontade?”, ou “onde se aloja o sentimento que controla o homem?”, e “se sentimentos e/ou pensamentos se encontram na mente, o que é a mente e como analisá-la?”. O Behaviorismo Radical se apresenta como a filosofia que busca embasar uma explicação do comportamento, sem cair no dualismo mente-corpo (Baum, 1994/2018; Skinner, 1953/2003, 1957/1978; Zilio & Carrara, 2008).

1. Este capítulo é uma reimpressão da publicação, em 2021, na Revista “Psicologia em Processo”, volume 1, pp. 14–27. É aqui publicado com o consentimento das autoras e do editor da Revista (Prof. Dr.º Cristiano Coelho).

2. E-mail: bfborghi@gmail.com. Instagram: [@psi.barbaraborghi](https://www.instagram.com/psi.barbaraborghi)

3. Instagram: [@camtosmultiprofissional](https://www.instagram.com/camtosmultiprofissional)

Para cessar esta contradição, o Behaviorismo Radical propõe uma ciência baseada no comportamento humano em suas interações com o ambiente, de acordo com um modelo seletcionista de causalidade. Isso quer dizer que toda ação de um organismo (variável dependente) é função de estímulos externos a essa ação (variáveis independentes). Padrões comportamentais são selecionados e mantidos a partir de relações de contingência (dependência) entre o organismo e eventos ambientais antecedentes e/ou consequentes às respostas emitidas por ele (Baum, 1994/2018; Leão & Carvalho Neto, 2016; Marçal, 2010; Millenson, 1967/1975; Skinner, 1953/2003, 1957/1978; Todorov, 1989/2007). Nesse sentido, falamos em multideterminação do comportamento. Inúmeros eventos interagem com o organismo ao mesmo tempo – questões biológicas, eventos ambientais atuais e eventos históricos (tanto do ponto de vista individual quanto cultural). Não há uma linearidade entre causa e efeito, mas sim relações funcionais construídas ao longo do tempo, em que variáveis dependentes (respostas) são função de variáveis independentes (ambiente, o que inclui o próprio organismo, sua história de vida e condições atuais, físicas, biológicas e socioculturais). Portanto, cada padrão comportamental de um indivíduo é fruto de uma construção única (Marçal, 2010; Skinner, 1953/2003, 1974/2006, 1981/2007).

As respostas de um organismo podem ser classificadas basicamente em dois grupos: comportamentos respondentes (ou reflexos) e operantes. A classe dos respondentes refere-se a relações em que estímulos antecedentes (ambientais, externos à resposta em ação) eliciam/provocam uma resposta (mudança no organismo) relativamente imediata. Por exemplo, encontrar uma pessoa por quem está apaixonada (estímulo) pode eliciar aumento da frequência cardíaca (resposta) (Leonardi & Nico, 2012; Skinner, 1953/2003).

Em contrapartida, um comportamento operante diz respeito a uma classe de respostas do organismo que tem sua probabilidade futura aumentada ou diminuída de acordo com as mudanças que provoca no ambiente (consequências). Diferente do comportamento respondente, em que o estímulo antecedente elicia/provoca uma resposta, nas respostas operantes são as consequências de cada ação que irão fortalecê-la (mantê-la) ou não. As consequências passadas explicam a emissão futura, a não emissão ou a diminuição da emissão da classe de respostas quando em situações (contextos, estímulos ambientais) semelhantes. Como exemplo, pode-se citar que, quando se encontra alguém por quem se está apaixonado, a pessoa se aproxima e conversa (respostas) e obtém atenção e carinho (consequências), há um provável aumento dessas respostas em situações semelhantes. Nesse processo, ocorre a aprendizagem de novos operantes, ampliando o repertório comportamental de cada indivíduo (Botomé, 2013; Skinner, 1953/2003; Todorov, 2002).

As consequências produzidas por uma ação podem ser tanto reforçadoras, quanto punitivas/aversivas. As primeiras, ao serem produzidas pela resposta, aumentarão a probabilidade de ocorrência futura daquela classe de respostas. Chamamos de reforçamento positivo o processo em que a resposta tem como consequência a adição de um estímulo que aumenta a probabilidade futura da classe de respostas. Por exemplo, na presença de uma pessoa interessante (estímulo antecedente), o indivíduo se arruma e conversa sobre vários assuntos (respostas) e isso produz uma aproximação (consequência). O reforçamento negativo ocorre quando, na presença de um estímulo aversivo, o organismo emite uma resposta que irá atenuar ou eliminar este estímulo, aumentando a probabilidade de uma classe de respostas ocorrer novamente em uma mesma ocasião (processo denominado fuga). Por exemplo, na presença de um ex-namorado que tente atrapalhar a conversa com a nova pessoa (estímulo aversivo), o indivíduo pede licença e muda de lugar (resposta) retirando a presença do ex (consequência de eliminar o estímulo aversivo). Quando, em uma situação futura, o ex-namorado inconveniente aparecer, é provável que esta mesma pessoa emita respostas da classe descrita, de modo a produzir as mesmas consequências. Ao se tratar de reforçamento negativo, pode-se também falar em esquiva, que ocorre quando o estímulo aversivo ainda não está presente e a resposta adia o contato com o mesmo. Por exemplo, fica-se sabendo que este ex estará em um bar e, por isso, convida-se o “paquera” para outro local (Moreira & Medeiros, 2007/2019; Skinner, 1953/2003).

Por sua vez, a consequência é descrita como punitiva quando diminui a probabilidade futura de uma classe de respostas ocorrer. Da mesma forma, há a punição positiva, em que um estímulo consequente é apresentado e diminui ou elimina a probabilidade de um comportamento, e a punição negativa, quando um estímulo é retirado, tendo o mesmo fim de enfraquecer um comportamento (Moreira & Medeiros, 2007/2019; Skinner, 1953/2003).

Além desses processos, Skinner (1953/2003) também descreve a extinção, em que um comportamento que, no passado, produzia reforçadores, deixa de ser consequenciado por esses estímulos, diminuindo sua probabilidade de emissão com o passar do tempo. Este pode ser o exemplo do namoro anterior: o ex era engraçado e risonho no início, mas isso foi se perdendo ao longo do tempo e não surgiram novos reforçadores para a manutenção do namoro.

É importante relembrar que um mesmo comportamento pode produzir, simultaneamente, consequências tanto reforçadoras como punitivas, sendo determinado por múltiplas variáveis (Botomé, 2013; Marçal, 2010; Nery & Fonseca, 2018; Skinner, 1953/2003; Todorov & Henriques, 2013).

O analista do comportamento utiliza o termo contingência para se referir a regras que especificam as relações de dependência entre eventos ambientais e comportamentos. Quando se fala em contingência de reforço (ou contingências de reforçamento e punição), é necessário especificar três termos (contingência tríplice) que interrelacionam: a descrição da ocasião em que a resposta ocorreu (contexto ou antecedentes), a resposta (ação do organismo) e a consequência (mudança ambiental externa à ação). Nesse sentido, deve-se ressaltar que o comportamento não tem significado quando separado do contexto e que uma mesma resposta (topograficamente) pode assumir funções diferentes, dependendo das variáveis ambientais a ela contingentes em determinado momento (Moreira & Medeiros, 2007/2019; Nery & Fonseca, 2018; Skinner, 1953/2003; Todorov, 1989/2007; Tsai, Kohlenberg, Kanter, Kohlenberg, Follette & Callaghan, 2008/2011).

Para identificar as relações presentes entre o indivíduo e seu mundo, é necessário realizar análises funcionais. Essas consistem na observação e descrição de um comportamento, identificando o tipo de interação presente entre os três termos da contingência, tanto as atuais, como as que atuaram ao longo da história do indivíduo. Por especificar as operações que agem sobre o comportamento, a análise funcional é tida como instrumento básico de trabalho dos analistas do comportamento. Ou seja, a partir de observações ou relatos verbais, é possível levantar hipóteses sobre variáveis das quais o comportamento é função, e como determinado padrão comportamental foi adquirido e mantido ao longo do tempo (Delitti, 2001; Meyer, 2001; Nery & Fonseca, 2018; Quinta, 2018).

Para uma análise completa, faz-se necessária a realização tanto de uma análise molecular dos dados, como de uma análise molar. Em um estudo no âmbito molecular, são apontadas respostas específicas, acompanhadas do contexto em que ocorreram e quais são suas consequências, além de especificar os processos envolvidos (reforçamento positivo ou negativo, punição positiva ou negativa, ou extinção) e os possíveis efeitos (tanto emocionais, como de frequência de resposta) (Marçal, 2005; Nery & Fonseca, 2018).

A análise molar investiga padrões comportamentais do indivíduo, associando a história de vida e o contexto atual. A proposta é explorar comportamentos topograficamente diferentes que provavelmente tenham a mesma função (classes funcionais ou classes equivalentes), levantando hipóteses de quais variáveis do passado contribuíram para a instalação e manutenção de tal repertório, e quais provavelmente estão exercendo influência no momento atual. Além disso, busca descrever o que a pessoa obtém como consequência reforçadora por seguir esses padrões e o que, ao mesmo tempo, perde ao se comportar de tal forma (Marçal, 2005; Nery & Fonseca, 2018).

A probabilidade de ocorrência de determinado comportamento também pode ser influenciada por operações motivadoras (e.g., privação, saciação e estimulação aversiva), eventos que modulam, momentaneamente, as propriedades reforçadoras das consequências do comportamento. Assim, um estímulo não possui sempre a mesma propriedade reforçadora, oscilando de acordo com o contexto em que a consequência é apresentada. Por exemplo, uma pessoa que esteve em casa, ciceroneando pessoas durante uma semana, e tendo como efeitos cansaço físico e emocional, provavelmente, não verá como reforçador, naquele momento, a presença de um novo grupo de pessoas para ciceronear. Em contrapartida, um indivíduo que fica muito tempo em casa sozinho, sentindo saudade do tempo em que saía com os amigos, provavelmente verá grande valor reforçador na presença de um grupo de pessoas (Miguel, 2000; Millenson, 1967/1975; Verneque, Moreira & Hanna, 2015).

As operações motivadoras provocam efeitos nos três termos de uma contingência tríplice ($S^D : R > S^R$). Pense no exemplo de um rato em situação de laboratório que é treinado para que, em uma caixa experimental que contém uma barra (S^D), a pressão nesta barra (R) produza água (S^R). Caso esteja em privação de água (i.e., “sede”), o valor reforçador da água é alto, a

presença da barra sinaliza possível reforço (água) e a resposta de pressão se torna bastante provável. Tudo isso mudaria, caso estivesse saciado. A chance de emitir a resposta de pressionar a barra é momentaneamente alterada dependendo de suas necessidades biológicas. Nesse sentido, a operação motivadora afeta, momentaneamente, tanto o valor reforçador da consequência (água) quanto a probabilidade de emissão da resposta (pressão à barra) (Miguel, 2000; Millenson, 1967/1975; Verneque et al., 2015).

Levando em conta que os indivíduos vivem em sociedade e que grande parte do ambiente se refere à interação com o outro, tanto estímulos antecedentes como consequências são disponibilizados por outro(s) ser(es) humano(s) com quem a pessoa se relaciona. Desse modo, assim como água ou comida, em certas situações, são altamente reforçadores e não o são em outras, o afeto e o envolvimento social podem apresentar função reforçadora em determinados contextos e serem estímulos aversivos em outros (Baum, 1994/2018; Millenson, 1967/1975; Skinner, 1953/2003).

Como cada indivíduo está constantemente em interação com diversos estímulos ambientais, a necessidade de cada um oscila em função das operações motivadoras em vigor. Aquilo que, no passado, dentro de uma interação social, foi reforçador, pode não exercer a mesma função em um contexto atual ou diferente. Nesse sentido, muitas relações que inicialmente são bastante reforçadoras não permanecem dessa maneira com o passar do tempo, sendo necessário reinventar a relação constantemente, a fim de produzir novos reforçadores. Miguel (2000) afirma que “muitas vezes o problema não está na falta de consequências para o comportamento, mas na ineficácia de tais consequências” (p. 259). Tal ideia está diretamente ligada às operações motivadoras, ou seja, ao que está em falta ou em excesso no ambiente (físico, biológico e cultural) do outro. Estudar variáveis motivadoras é de suma importância dentro do contexto clínico, para compreender e intervir sobre os comportamentos-alvos de quem procura ajuda.

Para ilustrar o que foi fundamentado até aqui, será apresentada a análise do filme “Namorados para Sempre”, mostrando possíveis análises de contingências às quais as personagens estão expostas.

ANÁLISE DO FILME “NAMORADOS PARA SEMPRE”

“Namorados para Sempre” é um filme do diretor Derek Cianfrance e retrata a história de Cindy (representada por Michelle Williams) e Dean (Ryan Gosling), casados há 5 anos e pais de Frankie (Faith Wladyka), de 5 anos. O longa-metragem, lançado nos Estados Unidos pela *The Western Company*, em dezembro de 2010, mostra paralelamente duas fases do relacionamento do casal, oscilando entre o período em que se conheceram e se apaixonaram, e o momento atual, quando estão passando por conflitos.

Foram selecionadas para as análises cenas com informações mais completas, ou seja, aquelas que permitem levantar dados do contexto, respostas e prováveis consequências que possibilitam avaliações moleculares. Algumas cenas também trazem elementos da história de vida dos personagens, permitindo análises molares (Nery & Fonseca, 2018). Desse modo, podem ser observados os padrões comportamentais dos personagens principais e são sugeridas possíveis intervenções clínicas.

Antes de se conhecerem, Cindy cursava o ensino médio e almejava fazer faculdade de Medicina fora da cidade em que morava. Havia terminado recentemente um relacionamento que apresentava características de uma relação abusiva (assunto que será abordado adiante). Presenciava brigas entre seus pais, ocasiões em que o pai agia de modo grosseiro com a mãe. Por exemplo, durante um jantar feito pela esposa, quando estão todos reunidos em família (Cindy, os pais e sua avó), o pai grita com a esposa, dizendo que o prato preparado não o agradou. Em seguida, levanta-se e sai da mesa, deixando os demais membros da família constrangidos. Cenas como essa sinalizam que Cindy estava exposta a um contexto aversivo (Botomé, 2013; Skinner, 1953/2003; Todorov, 2002), envolvendo contingências de punição positiva e negativa, e reforçamento negativo (quando o pai grita, nota-se que os demais diminuem a frequência dos comportamentos que estavam emitindo, por exemplo, param de conversar e param de jantar, momentaneamente).

Por outro lado, ao conhecer Cindy, Dean havia parado os estudos antes de concluir o ensino médio e trabalhava em uma transportadora de mudanças. Não tinha se relacionado romanticamente até então. Passava a maior parte do tempo com os colegas de trabalho, o que provavelmente demonstra que não havia muitas interações sociais, a não ser com esses.

O encontro entre os dois ocorreu enquanto Dean realizava a mudança de um senhor para o asilo no qual Cindy estava visitando sua avó, que lá residia. Dean é quem dá o primeiro passo para conversar com Cindy e, neste contato, entrega seu cartão de visitas, solicitando que ligue para ele. Dean se mostra ansioso pela ligação, perguntando às pessoas com quem trabalha se ela telefonou ao longo do dia, além de comentar com seus amigos que acredita ter encontrado uma mulher especial. Cindy não realiza a ligação neste primeiro momento.

Levando em conta o contexto de Dean, podemos afirmar que este não apresentava muitas relações sociais, pois aparentemente se relacionava apenas com os colegas de trabalho, não tinha contato com a família e era recém-chegado a Nova Iorque. Então, provavelmente havia privação de interações reforçadoras, o que aumentou a probabilidade de se interessar por uma mulher que acabou de conhecer, além de tornar qualquer atenção de Cindy uma consequência reforçadora. Como pontuado anteriormente, quando em privação de determinado estímulo, o valor reforçador deste aumenta, ou seja, se há baixo convívio social, qualquer comportamento que produza interação será reforçado (Miguel, 2000; Millenson, 1967/1975; Verneque et al., 2015).

Este não era o caso de Cindy, e relacionar-se com Dean, no primeiro momento, não apresentou alto valor reforçador, podendo-se levantar algumas hipóteses para isso: a personagem havia recentemente saído de uma relação marcada por agressões, ou seja, poderia estar receosa de se envolver com outro homem devido ao histórico de punição e aos efeitos colaterais das consequências aversivas. Segundo Mayer e Gongora (2011), a punição pode ter efeitos indiretos, tais como respostas emocionais, como ansiedade e *freezing* (congelamento), ou mesmo desencadear um desengajamento social.

Ainda falando sobre a probabilidade de Cindy se interessar por Dean no primeiro momento, outro ponto a se considerar é o fato de a personagem não estar em contexto de privação de relações sociais, uma vez que o filme retrata Cindy indo à escola (interação com colegas e professores), visitando e cuidando da avó, entre outros afazeres que envolvem interações sociais. Desse modo, levando-se em conta as pesquisas sobre operações motivadoras, pode-se supor que o valor reforçador de conhecer Dean, naquele momento, não fosse tão alto.

Por outro lado, a possibilidade de Cindy vir a ser sua namorada torna-se reforçadora para Dean, uma vez que suas interações com colegas de trabalho se modificariam. Estes, em sua maioria, eram casados e a possibilidade de Dean entrar em um relacionamento ampliava a possibilidade de terem temas ou assuntos em comum e isso poderia aproximá-los. Ou seja, tanto o fato de conhecer Cindy, como o falar sobre ela se tornou reforçador. Podemos montar a seguinte análise molecular (Marçal, 2005; Nery & Fonseca, 2018) a respeito do comportamento de Dean.

OPERAÇÃO MOTIVADORA	ANTECEDENTE	RESPOSTAS	CONSEQUÊNCIAS
Privação de relacionamentos amorosos – não ter namorado até então (possibilidade de relacionamento com Cindy torna-se reforçadora)	Encontra Cindy acidentalmente	Entrega seu cartão; Fala sobre ela com os amigos	Cindy sorri e conversa brevemente com Dean (R+); Cindy não entra em contato posteriormente (EXT); Amplia assuntos com amigos (R+) Atenção dos amigos (R+) Efeito: sente-se pertencente ao grupo.

Quadro 1. Possível análise molecular do comportamento de Dean. A sigla R+ refere-se a reforçamento positivo, e EXT refere-se à extinção.

Cindy, em princípio, não entra em contato com Dean; porém, por acaso, os personagens se encontram em um ônibus urbano, tendo sua primeira conversa prolongada. Neste contexto, Cindy passava por situações que tornaram a aproximação de Dean reforçadora. Ela havia terminado há pouco tempo o relacionamento amoroso, uma relação de baixa qualidade afetiva que poderia ser descrita como um namoro abusivo, no qual o namorado a desrespeitava. Além disso, aparentemente eles não

mantinham muitos diálogos. Ademais, a interação com seus pais também envolvia conflitos e era marcada, aparentemente, pela privação de atenção e afeto e pela escassez de diálogos, possibilitando a seguinte análise molecular (Marçal, 2005; Nery & Fonseca, 2018) em relação à Cindy.

OPERAÇÕES MOTIVADORAS	ANTECEDENTES	RESPOSTAS	CONSEQUÊNCIAS
Privação de atenção;	Encontro com Dean no ônibus;	Conversa com Dean; Dança com ele na rua;	Dean demonstra interesse, continuando os assuntos (R+);
Privação de afeto	Dean demonstra interesse e se aproxima para conversar	Revela acontecimentos íntimos	Dean a escuta (R+); Dean sorri com Cindy (R+)

Quadro 2. Possível análise molecular do comportamento de Cindy. A sigla R+ refere-se a reforçamento positivo.

Dean e Cindy começam a se relacionar e, neste momento, a personagem descobre estar grávida de seu antigo namorado. Dean a apoia, assumindo a paternidade da criança. Pode-se levantar a hipótese de que, se Cindy estivesse em outro contexto, por exemplo, relacionando-se com um namorado que considerasse bom e afetuoso, não teria conversado com Dean no ônibus; porém, a presença deste personagem naquele momento foi bastante reforçadora. Se a relação familiar de Cindy tivesse características de acolhimento, é provável que o fato de Dean assumir a paternidade da criança teria outro valor reforçador (possivelmente menor). Os dois se casaram quando Cindy estava grávida.

Enquanto é retratada a vida do casal no presente, vê-se que estão passando por conflitos no casamento. Neste momento, Dean está trabalhando como pintor, não tendo um horário fixo de trabalho. Com isso, pode desfrutar de períodos de ócio ao longo do dia. Ele dá atenção para a filha, tanto em momentos considerados adequados (em horários de lazer), como inadequados (por exemplo, quando a mãe está tentando arrumá-la para ir à escola, atrapalhando a tarefa de Cindy). Além disso, ele aparentemente consome grande quantidade de bebida alcoólica.

Cindy, por outro lado, é enfermeira em um hospital em sua cidade natal. Abriu mão dos planos de ser médica e de se mudar, provavelmente pela responsabilidade de ter se casado e se tornado mãe ainda nova. Trabalha também nos afazeres domésticos, sendo responsável pela organização da casa e pelos horários da filha.

Esse contexto é diferente de quando se conheceram. O que naquele momento foi reforçador, neste segundo momento provavelmente mudou de função (Verneque et al., 2015). Levando em conta as operações motivadoras em vigor para cada personagem, pode-se supor que, nesse momento (atual) Dean esteja privado da atenção da esposa e de sexo, uma vez que ela tem o tempo preenchido com suas responsabilidades do trabalho e domésticas, e, aparentemente, se esquivava do contato íntimo com o marido.

Ao mesmo tempo, o contexto de Cindy revela a figura de um marido que não reconhece seu esforço, não demonstra admiração pelas suas conquistas no trabalho, tanto em casa como no hospital, e em muitos momentos mostra-se grosseiro e crítico em relação a ela. Dean ignora as solicitações de participação e divisão de responsabilidades. Em momentos em que Cindy está fragilizada, por exemplo, quando descobrem que a cachorra da família foi atropelada, o marido a culpa pelo ocorrido. Ou seja, Dean não se mostra fonte de reforços como quando se conheceram, adquirindo, em alguns momentos, a função de estímulo aversivo (ver Skinner, 1953/2003) que Cindy tenta evitar.

Há uma cena em que os comportamentos sexuais têm funções diferentes para os dois personagens. Para Dean, trata-se de algo reforçador, uma vez que está privado do contato físico com a esposa. Para Cindy, a relação sexual refere-se a um comportamento de fuga e esquivas, pois envolver-se na relação com o marido tem a função de fazer com que ele pare de pressioná-la.

Há também uma dificuldade de diálogo entre o casal. Na seguinte fala de Cindy, pode-se apontar que ela não se sente compreendida: “Raramente nos sentamos e conversamos como adultos, porque, toda vez que tentamos, você pega o que eu digo e transforma em algo que eu não quis dizer. Você muda o sentido. Começa a falar sem parar. Blá, blá, blá”. Um não consegue expressar para o outro os motivos de sua insatisfação, provavelmente por não saberem identificar o que sentem/desejam (autoconhecimento), e/ou por falta de repertório para expressar tais sentimentos de modo assertivo (Caballo, 2003/2008). Tal ponto será melhor discutido adiante.

Além das análises moleculares apresentadas até aqui, outros aspectos relacionados ao histórico de contingências vivenciadas pelas personagens podem ser expostos. A seguir, serão apresentadas possíveis análises molares (Marçal, 2005; Nery & Fonseca, 2018), a fim de compreender padrões comportamentais. Tais informações são fundamentais para uma intervenção clínica.

ANÁLISE COMPORTAMENTAL CLÍNICA

Ao longo dos anos, o que hoje caracteriza a atuação clínica a partir de conceitos comportamentais passou por inúmeras transformações. Considerações a respeito da interação organismo e ambiente foram aprimoradas e, com isso, mudanças no modo de atuar do psicólogo e aspectos relevantes dentro de um *setting* terapêutico ocorreram.

Autores como Spiegler e Guevremont (2010), de-Farias (2010), e Lucena-Santos, Pinto-Gouveia e Oliveira (2015) afirmam não haver uma definição geral que possa descrever exatamente o que seja a Terapia Comportamental em sentido mais amplo. Entretanto, descrevem temas e características centrais a serem considerados entre os que utilizam tal linha de trabalho, como: o compromisso com uma abordagem científica; a consideração do cliente como parte ativa do processo; foco no momento presente (mesmo dando importância a acontecimentos passados para realizar análises funcionais moleculares e molares, o que cada pessoa traz como problema são comportamentos mantidos pelas contingências atuais); foco na aprendizagem (a maioria dos problemas comportamentais é desenvolvida, mantida e modificada por meio da aprendizagem, na interação com o meio); individualizada (cada sujeito é único, o que obriga o clínico a avaliar as contingências a que cada um foi e está sendo exposto); e tende, relativamente, à menor duração (comparando a outras abordagens, a Terapia Comportamental aumenta a autonomia do cliente, almejando a independência da presença do terapeuta).

Ao longo dos anos, a Terapia Comportamental passou por diversas mudanças, refletindo em prioridades diferentes no que se refere às intervenções. A fim de organizar tais passagens, Hayes (2004) propôs um modelo teórico para caracterizar as principais alterações, dividindo conceitualmente em primeira, segunda e terceira ondas da Terapia Comportamental.

Atualmente, em oposição às terapias anteriores, terapeutas da terceira geração baseiam-se no que foi exposto por Skinner (1974/2006) quando este afirma que o Behaviorismo Radical “não nega a possibilidade de auto-observação ou de autoconhecimento ou sua possível utilidade, mas questiona a natureza daquilo que é sentido ou observado e, portanto, conhecido” (pp. 18-19). Assim, pensamentos, sentimentos, consciência, entre outros eventos privados, podem e devem ser estudados semelhantemente aos comportamentos públicos, partindo do mesmo rigor científico. Os comportamentos privados são tão físicos quanto os comportamentos públicos. São controlados pela história de exposição às contingências ambientais e, portanto, não são as causas finais do comportamento público (Skinner, 1953/2003, 1974/2006, 1989/1991; Tourinho, 1999).

Dessa forma, há ênfase em estratégias de mudanças contextuais e experienciais, buscando criar repertórios mais amplos, flexíveis e efetivos, e não apenas eliminar comportamentos considerados problemáticos. Há preocupação em ensinar novas habilidades para o cliente, visando promover uma interação mais rica com o meio, e, assim, diminuindo o sofrimento, uma vez que, ao se relacionar com o ambiente de forma diferente, novas contingências serão vivenciadas. A função de comportamentos (as consequências que estes produzem) é mais importante que o comportamento isolado, sendo estes compreendidos somente dentro do contexto em que ocorrem (de-Farias, 2010; Hayes, 2004; Lucena-Santos et al., 2015; Tsai et al., 2008/2011).

Dessa forma, o terapeuta comportamental tem como objetivo levantar hipóteses, por meio de análises funcionais, de quais comportamentos são responsáveis pelo sofrimento do cliente e quais sinalizariam uma melhora. O profissional necessita descrever quais são os seus próprios comportamentos que, em um contexto de terapia, ajudariam ou prejudicariam o processo com cada cliente com o qual interage (de-Farias, 2010; Kohlenberg & Tsai, 1991/2001; Marçal, 2010; Nery & Fonseca, 2018; Tsai et al., 2008/2011).

Em "Namorados para sempre", nota-se a presença de sofrimento e uma possível demanda clínica ao analisar os comportamentos dos personagens. Supondo que cada personagem buscasse um atendimento individual, as análises moleculares apresentadas anteriormente seriam de extrema importância para compreendê-los, propor um diagnóstico e traçar intervenções. Mas, além disso, seria necessário, antes de iniciar as intervenções, obter informações a respeito da história de instalação de seus padrões comportamentais (Marçal, 2005; Nery & Fonseca, 2018).

Ao longo do filme, nota-se que Cindy está em uma relação de baixa qualidade afetiva, sobrecarregada de afazeres e exercendo jornada tripla de trabalho. Entretanto, não expressa claramente estar cansada ou precisando da participação do marido, mas questiona a ambição de Dean. Esse questionamento tem, provavelmente, função de mando disfarçado de tato, ou seja, é uma afirmação com topografia de descrição de eventos (tato), mas que está sob controle de uma operação motivadora e, portanto, especifica uma consequência (mando), sem falar claramente o que deseja. Isso gera conflito entre o casal, uma vez que o marido escuta tais palavras como uma crítica, o que produz contracontrole (o marido também a critica) (Moreira & Medeiros, 2007/2019; Skinner, 1953/2003, 1957/1978).

Com os dados fornecidos no filme, é possível formular hipóteses envolvendo a análise molar de alguns comportamentos da personagem, podendo caracterizar um padrão comportamental de inassertividade (Caballo, 2003/2008). Como apontado por Nery e Fonseca (2018), há inúmeras possibilidades de rótulos ou nomes para identificar padrões comportamentais, desde que estejam especificados quais são os comportamentos presentes no padrão em questão. As descrições estão presentes no Quadro 3.

COMPORTAMENTOS QUE CARACTERIZAM (PADRÃO PASSIVO)	HISTÓRIA DE AQUISIÇÃO	CONTEXTOS ATUAIS EVOCADORES	CONSEQUÊNCIAS QUE MANTÊM O PADRÃO	CONSEQUÊNCIAS E EFEITOS AVERSIVOS
Permanece calada ou pede desculpas quando marido grita com ela; Realiza a maioria dos afazeres domésticos (sinaliza cansaço, algumas vezes por meio de mandos disfarçados de tatos, mas marido não participa da divisão de tarefas); Faz as programações propostas pelo marido, por exemplo, ir ao motel com ele, mesmo afirmando não querer ir; Distancia-se de Dean quando este está sendo aversivo; Quando jovem, permanecia calada quando pai gritava durante o jantar; Esquivou-se do ex-namorado quando este a violentou, não o confrontando; Aceita solicitações de colegas de trabalho, mesmo quando exigem alto custo de resposta.	Mãe apresentava atitudes passivas em relação ao marido, abaixando a cabeça quando este gritava com ela durante o jantar em família (modelo); Mãe, na presença de gritos do marido, tentava agradá-lo (modelo); Pai agressivo; Namorado anterior a desrespeitava, porém também demonstrava carinho; Pouco diálogo com os membros da família; Avó relata que seu marido (avô de Cindy) também foi uma pessoa agressiva, que a tratava mal.	Marido agressivo (principalmente quando abusa do consumo de álcool); e, em outros momentos, demonstra afeto; Marido ignora suas solicitações de participação/divisão de responsabilidades; Marido critica-a, demonstra que não a compreende e contrapõe-se às ideias de Cindy; Marido exerce bem a função de pai, sendo carinhoso e atencioso com a criança; Ausência de familiares e amigos próximos, fazendo com que a relação com Dean tenha grande valor reforçador; Trabalho como enfermeira valoriza pessoas proativas e a subordinação em relação ao médico com quem trabalha.	Esquiva de conflitos com o marido (R-); Mantém a sua filha próxima ao pai (R+); Recebe pequenos gestos de afeto do marido (R+); Evita que a agressividade do marido se intensifique (R-); É valorizada no trabalho, por ser boa profissional e estar disponível (R+).	Suas vontades e necessidades são negadas em vários contextos (e.g., pelo marido quando solicita que participe dos trabalhos domésticos e ele a ignora; pelos colegas de trabalho que, em seu momento de descanso, a escalam para trabalhar) ; Estabelece relações pouco reforçadoras e de baixa qualidade afetiva; Sobrecarga de atividades/responsabilidades: sente-se exausta; Manutenção de relações em que se sente invalidada e desvalorizada; Efeitos: Infeliz em relação ao casamento.

Quadro 3. Possível análise molar do padrão comportamental passivo de Cindy. A sigla R- refere-se a reforçamento negativo, e R+ refere-se a reforçamento positivo.

Entre os comportamentos que caracterizam este padrão comportamental, nota-se a dificuldade da personagem em expor seus sentimentos e relatar o que está pensando ou sentindo em diversos contextos, como na presença do marido, durante jantares com a família e em interações com colegas de trabalho. Como exemplo, há uma cena em que a personagem recebe uma ligação de colega de trabalho, solicitando que vá ao hospital no qual trabalha em horário alternativo, fora do previamente combinado. Mesmo estando em outra cidade, Cindy afirma que irá e se desdobra para atender ao pedido. Em psicoterapia, uma das alternativas seria trabalhar com Cindy o reconhecimento de suas necessidades em diversas situações, por meio de, por exemplo, questionamentos reflexivos (ver Medeiros, 2018). Além disso, poderiam ser construídos repertórios alternativos para se relacionar, por exemplo, realizando treinos de habilidades sociais para melhor responder em situações como essa, sendo mais assertiva⁴ nas interações, expressando seus pensamentos e sentimentos quando em diálogo com o outro.

A dificuldade de Cindy em se expressar sugere também que ela não tenha em seu repertório comportamentos alternativos para lidar com a agressividade do marido. Além disso, há também a possibilidade de afirmar que a relação conjugal de Cindy e Dean se caracterize como um relacionamento abusivo.

Relacionamento abusivo é caracterizado como uma relação de poder em que um indivíduo da relação exerce o papel de abusador em relação ao outro, o abusado. Geralmente, inicia-se de modo sutil e, com o tempo, torna-se fonte de sofrimento para o outro. Os comportamentos violentos do abusador podem ser de natureza física, financeira, sexual e/ou psicológica. Há dificuldade em identificar relacionamentos abusivos, principalmente quando se está envolvido na relação, uma vez que há oscilação entre o comportamento agressivo e demonstrações de afeto. Muitas vezes, a pessoa que sofre a violência relata sentir sofrimento, insegurança, tristeza ou ansiedade, mas não identifica as contingências envolvidas (Barretto, 2015, 2018; Hirigoyen, 2006).

Segundo Forward e Torres (1986/1991), os relacionamentos abusivos obedecem a certos padrões de conquista em que, inicialmente, são apresentados estímulos com alto valor reforçador e presentes na maior parte do tempo (esquema de reforçamento contínuo ou de intervalo variável de curtos intervalos entre resposta e consequência reforçadora)⁵. De acordo com as autoras, com o passar dos dias (este período pode variar), comportamentos de violência começam a aparecer. Os intervalos entre liberação de reforçadores, por parte do abusador, ficam cada vez maiores, mesmo com a emissão de respostas (antes muito frequentemente reforçadas) por parte do indivíduo que sofre o abuso.

É comum haver explosões de raiva por parte do companheiro abusador em maior frequência. Porém, entre estas, há a liberação de reforçadores, sendo o abusador encantador e amável nestes momentos (i.e., apresentação de reforço entre eventos aversivos). Por não ficar todo o tempo em função de estímulos aversivos, entrando em contato também com muitos estímulos reforçadores (carinho, atenção, pedidos de desculpas, promessas de que irá mudar, declarações de amor, presentes etc.), muitas vítimas afirmam que os momentos de raiva não revelam o “verdadeiro eu” do companheiro (Forward & Torres, 1986/1991).

4. Caballo (2003/2008) apresenta a discussão sobre habilidades sociais, fazendo distinção entre modos de se expressar. O autor aponta que comunicar-se assertivamente envolve comportamentos de expressão de forma manifesta, sem exercer coação sobre a outra pessoa. Tal modo de se expressar contrapõe-se ao comportamento descrito como agressivo (há uma resposta manifesta que causa coerção ao outro), ao não-assertivo (há expressão privada ou indireta, ou seja, não comunica claramente o que deseja, ao mesmo tempo em que não exerce coerção), e aos comportamentos de agressão passiva (há expressão privada/indireta que causa coerção ao ouvinte).

5. Esquemas de reforçamento e punição descrevem as condições em que determinada resposta deve ocorrer para que aconteça a liberação de reforçadores ou de estímulos aversivos/punitivos. Há esquemas de reforçamento contínuos, em que toda resposta é seguida de reforço, e esquemas de reforçamento intermitentes, em que nem toda resposta é conseqüenciada com estímulos reforçadores. Os principais esquemas de reforçamento intermitente são: razão fixa (a cada número de resposta é liberado o reforço) e variada (número de respostas para obter o reforço varia em torno de uma média), intervalo fixo (há um tempo determinado para liberação de reforço) e variado (o reforço é liberado em intervalos de tempo variados). Em ambiente social, a maior parte dos reforçadores acontece em esquemas variados, principalmente os que são liberados diretamente pelo outro, uma vez que os comportamentos de cada indivíduo estarão em função de contingências diferentes a todo tempo. Os esquemas de reforçamento contínuo são os melhores para estabelecer, modelar inicialmente um comportamento. Por sua vez, a intermitência entre reforços tende a manter mais fortemente os comportamentos do que os esquemas contínuos (Millenson, 1967/1975; Moreira & Medeiros, 2007/2019).

Em relacionamentos abusivos, pode-se levantar a hipótese de que muitas das pessoas que sofrem o abuso estejam, inicialmente, privadas de afeto ou vivenciaram, ao longo de sua história, interações sociais com baixo valor reforçador. Assim, os comportamentos do parceiro que sinalizam interesse e carinho são extremamente reforçadores. Se esses comportamentos do abusador são reforçadores para o outro e são apresentados sob esquemas de reforçamento contínuo (esquema favorável para aquisição de novos comportamentos), é muito provável que o romance aconteça de forma rápida e intensa. Com o passar do tempo, como já dito, o abusador apresenta comportamentos tidos como agressivos, mas a pessoa conquistada revela que a fonte de reforço é ainda poderosa naquele momento. Os momentos prazerosos acompanhados de carinho e atenção tornam-se menos frequente, porém ainda estão presentes em esquema de reforçamento de intervalo variável, o que gera maior resistência à extinção, mantendo a pessoa que sofre a violência dentro do padrão comportamental. Forward e Torres (1986/1991) pontuam que, em relacionamentos abusivos, a vítima fica focada em como o outro a faz sentir e não nos comportamentos públicos deste, ignorando ou minimizando a violência.

No caso de Cindy, por ter relações afetivas empobrecidas e pouco reforçadoras, as pequenas demonstrações de carinho de Dean podem ter forte valor reforçador, levando à hipótese de que esta é uma das variáveis que a manteve casada até então. Pelo fato de o comportamento agressivo de Dean aparecer em frequência variada, dificultando a previsão e o controle por parte de Cindy, é provável que ela sinta ansiedade e medo na presença dele, precisando estar constantemente em alerta. Esse cenário favorece o padrão inassertivo de Cindy, uma vez que ao deixar de se expressar, possivelmente, evita maiores conflitos.

Forward e Torres (1986/1991) acrescentam que as vítimas de relacionamento abusivo geralmente, ao longo de sua história de vida, aprendem algumas regras que sustentam a relação, como “evitar confronto é o mesmo que amor”, “mulheres devem cuidar de seus maridos”, ou “o sucesso de um casamento é dever da mulher”. Cindy escuta de sua avó lições de vida semelhantes a essas, além de presenciar comportamentos de sua mãe que obedecem a essas afirmações, por exemplo, quando esta se cala ou tenta satisfazer o marido (neste caso, sua mãe pode funcionar como modelo para os comportamentos de Cindy).

Além disso, segundo Barretto (2015, 2018), Forward e Torres (1986/1991) e Hirigoyen (2006), vítimas de relacionamentos abusivos passam por ameaças constantes (e.g., de morte, de perda de acesso aos filhos ou a dinheiro), o que dificulta ainda mais a saída da relação, pois o controle coercitivo está fortemente presente.

Tendo o filme como amparo para as análises sobre relacionamento abusivo, há limitações no estudo do comportamento do abusador, uma vez que os dados a respeito da história de vida e interações atuais de Dean são menos presentes, comparando-os às informações sobre Cindy. Porém, é possível encontrar elementos no repertório de Dean que sugerem a presença de padrões comportamentais de agressividade (descrito no Quadro 4), que se enquadram nas características de abusadores descritas na literatura sobre relacionamentos abusivos.

Como dito anteriormente, muitos dados acerca das contingências históricas e atuais ficam ausentes no filme, limitando uma análise completa. Caso esses personagens estivessem em um contexto clínico, outras perguntas seriam feitas para compreender de fato a função de cada comportamento e, assim, iniciar intervenções. A respeito de Dean, poderia ser investigado, por exemplo, como foram as suas relações sociais na infância, principalmente para compreender a história de aquisição do comportamento de agressividade. Dados atuais sobre relações sociais para além do casamento, por exemplo, amigos de cada um, poderiam ser também investigados, uma vez que o filme foca na relação conjugal, e certamente outras interações exercem influência nos comportamentos de cada indivíduo.

COMPORTAMENTOS QUE CARACTERIZAM (PADRÃO AGRESSIVO)	HISTÓRIA DE AQUISIÇÃO	CONTEXTOS ATUAIS EVOCADORES	CONSEQUÊNCIAS QUE MANTÊM O PADRÃO	CONSEQUÊNCIAS E EFEITOS AVERSIVOS
Critica e grita com Cindy; Invade trabalho de Cindy e agride os colegas de trabalho da esposa; Culpa Cindy por eventos incontroláveis, como a morte do cachorro; Ignora solicitações de Cindy (e.g., mesmo Cindy afirmando não querer ir com ele ao motel, Dean decide que o casal irá); Ignora pai de Cindy, sugerindo haver um conflito entre os dois.	Faltam dados para completar esta coluna	Esposa não costuma confrontar; Quando Dean está agressivo, esposa costuma atender a suas solicitações; Profissional autônomo (não precisa se subordinar a ninguém); Aparentemente, não recebe críticas de terceiros ao ser agressivo.	Cindy, na maioria das vezes, cede aos desejos de Dean (R+); Cindy pede desculpas pelo que Dean a está culpando (R+); Consegue burlar algumas regras para ter o que almeja, como entrar no trabalho de Cindy, mesmo quando não permitido (R+).	Desgaste e afastamento na relação do casal – acréscimo de reclamações, “caras feias”, críticas e conflitos (P+); Cindy se esquia e foge de Dean (P-); Cindy evita a relação sexual com Dean (P-); Hipótese de que a ausência de amigos e afastamento de seu sogro poderiam controlar, parcialmente, seus comportamentos agressivos, porém faltam dados que sustentem tal afirmação.

Quadro 4. Possível análise molar do padrão comportamental agressivo de Dean. A sigla R+ refere-se a reforçamento positivo; P+ refere-se à punição positiva; e P- refere-se à punição negativa.

A despeito das limitações de informações, ao se descrever o que é apresentado no filme, comportamentos que parecem inadequados ou incompreensíveis à primeira vista, em relação ao que é culturalmente esperado, apresentam-se como funcionais no repertório de quem os emite. Em outras palavras, comportamentos como o de se manter em uma relação que parece tão coercitiva aos olhos dos outros são selecionados pelas contingências ambientais da mesma forma que outros comportamentos. Analisar as operações motivadoras, as regras e autorregras, os modelos, os esquemas de reforçamento e punição em vigor, as contingências alternativas, o treino de resolução de problemas, dentre outros fatores, é de extrema relevância para entender quaisquer comportamentos (Lima, 2018). Além disso, o entendimento e a aceitação de que se encontra em uma relação abusiva requerem uma análise funcional e não topográfica dos comportamentos emitidos pelos envolvidos. Diminuir a frequência e a intensidade desse tipo de relação envolve a análise e a intervenção em amplas práticas culturais, tais como as responsáveis pelo machismo e pelo patriarcado (Guerin & Ortolan, 2017).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Análise do Comportamento mostra-se rica para atuação do profissional no contexto clínico, dispondo de instrumentos de análises que permitem ao terapeuta uma intervenção pautada em leis que descrevem as relações funcionais responsáveis pelos comportamentos, tanto públicos como privados. Portanto, para realizar uma intervenção comportamental fundamentada, faz-se necessário conhecimento de conceitos básicos desta ciência.

Assim como o profissional que possui o conhecimento das relações entre as variáveis de controle está em vantagem no momento de atuação no contexto terapêutico, a pessoa que passa pelo processo da psicoterapia também desfruta de benefícios frente aos demais. Segundo Skinner (1974/2006), “o autoconhecimento tem um valor especial para o próprio indivíduo. Uma

pessoa que ‘tornou-se consciente de si mesma’ por meio de perguntas que lhe foram feitas está em melhor posição de prever e controlar seu próprio comportamento” (p. 31). Ou seja, além das mudanças derivadas do acolhimento e interação não aversiva na relação terapêutica, o autoconhecimento também proporciona maior bem-estar e qualidade de vida para o indivíduo, sendo estes os objetivos gerais de um processo terapêutico.

A investigação das operações motivadoras se faz importante para compreender o que falta ou está em excesso em cada contexto, permitindo inferir o valor reforçador de alguns estímulos. Só é possível uma análise completa das contingências quando são incluídos tais elementos. No caso dos personagens do filme, em um processo de terapia, tanto de casal como individual, analisar tais operações seria fundamental para compreender suas frustrações e demandas e, a partir disso, desenvolver habilidades para melhor se relacionarem.

Partindo dos dados apresentados nas análises moleculares e molares dos personagens de “Namorados para sempre”, nota-se a falta de assertividade no relacionamento do casal. A comunicação entre os dois pode ser descrita como não assertiva e agressiva, uma vez que há presença de críticas e brigas na maior parte do tempo, sem aceitação do sentimento do outro ou demonstrações de acolhimento. Há excesso de consequências aversivas e extinção quando um deles relata seus sentimentos ao outro. Além disso, nota-se a presença de expressão não manifesta e coercitiva. Por fim, podem-se apontar problemas de conexão entre os dois membros do casal, ou seja, há um déficit em relação à intimidade e vulnerabilidade na relação, elementos essenciais e que devem ser abordados em um processo psicoterápico.

A psicoterapia pode ser descrita como uma agência controladora (um grupo organizado, que determina regras, modelos e consequências para os comportamentos de outrem) que tem como objetivo cuidar dos efeitos nocivos de práticas coercitivas existentes na cultura (Skinner, 1953/2003). Assim, a relação terapêutica precisa necessariamente ser uma relação de acolhimento e de audiência não punitiva. Trata-se de um contexto em que o cliente pode se expressar sem julgamentos, com o objetivo de que comportamentos que foram suprimidos por punição voltem a ocorrer durante as sessões – principalmente, aqueles sujeitos a críticas ou rejeições, como, por exemplo, expressar sentimentos (Del Prette, 2015; Kohlenberg & Tsai, 1991/2001; Skinner, 1953/2003; Tsai et al., 2008/2011).

Como efeito da psicoterapia, tem-se o estabelecimento de vulnerabilidade e a promoção de intimidade, que envolve comportamentos de autorrevelação de pensamentos e sentimentos, visando aumentar a conexão entre terapeuta e cliente. Segundo a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP), esse é o ponto central da terapia, uma vez que grande parte das queixas que aparecem no consultório está relacionada a interações interpessoais que geram sofrimento, sendo estas marcadas por déficit de intimidade (Cordeiro & de-Farias, 2018; Gurman, Waltz & Follette, 2010; Kohlenberg & Tsai, 1991/2001; Silveira & Guenzen, 2013; Tsai et al., 2008/2011; Vandenberghe & Pereira, 2005).

A intimidade diz respeito à relação na qual é permitido expressar abertamente o que pensa e o que deseja, mostrando-se ao outro quem é de fato, enfrentando a possibilidade de críticas ou desaprovação do ouvinte. Em uma relação íntima, há espaço para relatar tanto o sofrimento, relacionado a medos e angústias, como sentimentos positivos de amor, proximidade e alegria (Braga & Vandenberghe, 2006; Tsai et al., 2008/2011).

Wetterneck e Hart (2012) escreveram que intimidade é construída quando comportamentos que foram punidos no passado ou que culturalmente sinalizam punições são expostos e aceitos (reforçados) pelo outro em uma interação íntima. Ou seja, a intimidade envolve experiências com potencial aversivo, como vergonha, humilhação, desconforto ou rejeição. Ao mesmo tempo, é reforçada quando se experienciam sentimentos de validação, acolhimento, compreensão e cuidado.

Com relação ao filme, nota-se que falta nas personagens habilidades para a construção ou manutenção de uma interação mais íntima, sendo essas questões alvos tanto em uma terapia de casal, como em terapias individuais (Gurman et al., 2010; Kohlenberg & Tsai, 1991/2001). O sucesso da terapia não seria necessariamente manter o casamento das personagens, mas a construção da compreensão dos valores e sentimentos experienciados por cada um, e de como isso afetava a relação (Vandenberghe, 2015).

A análise de filmes revela-se como ferramenta para treinar a construção de análises moleculares e molares, assim como para sugerir meios de intervenções para os personagens. Mesmo com limitações de dados apresentados ao longo do filme, a ciência do comportamento mostra-se capaz de conversar com tal mídia e estudar cada personagem e a interação desses com os contextos em que estão inseridos, como demonstrado ao longo deste ensaio (de-Farias & Ribeiro, 2007/2014).

REFERÊNCIAS

- Barretto, R. S. (2015). *Psicóloga explica relacionamento abusivos: o que é e como sair dessa situação*. Disponível em <http://reporterunesp.jor.br/2015/08/20/psicologa-explica-relacionamentos-abusivos-o-que-e-e-como-lidar-com-essa-situacao/>
- Barretto, R. S. (2018). Relacionamentos abusivos: Uma discussão dos entraves ao ponto final. *Gênero*, 18, 142-154. <https://doi.org/10.22409/rg.v18i2.1148>
- Baum, W. M. (1994/2018). *Compreender o Behaviorismo: Comportamento, cultura e evolução* (M. T. A. Silva, M. A. Matos, & G. Y. Tomanari, trans.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582715239
- Braga, G. L. B., & Vandenberghe, L. (2006). Abrangência e função da relação terapêutica na terapia comportamental. *Estudos de Psicologia*, 23, 307-314. ISSN 0103-166X
- Botomé, S. (2013). O conceito de comportamento operante como problema. *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, 9(1), 19-46. ISSN 1807-8338
- Caballo, V. E. (2003/2008). *Manual de Avaliação e Treinamento das Habilidades Sociais*. São Paulo: Livraria Santos Editora. ISBN 978-8572884471
- Cianfrance, D. (2011). *Namorados para sempre (Blue Valentine)* [Filme-mídia]. D. Cianfrance, dir. Estados Unidos: *The Western Company*. 114 min. color. son.
- Cordeiro, J. G., & de-Farias, A. K. C. R. (2018). A função terapêutica de relações de intimidade em Um Senhor Estagiário. Em B. L. A. Cardoso, & J. B. Barletta (Orgs.), *Terapias Cognitivo-Comportamentais e cinema: Aspectos teóricos e contribuições para prática clínica* (pp. 131-165). Novo Hamburgo: Sinopsys. ISBN 978-8595010802
- de-Farias, A. K. C. R. (2010). Por que "Análise Comportamental Clínica"? Uma introdução ao livro. Em A. K. C. R. de-Farias (Org.), *Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso* (pp. 19-29). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536321004
- de-Farias, A. K. C. R., & Ribeiro, M. R. (2007/2014). Prefácio. Em A. K. C. R. de-Farias, & M. R. Ribeiro (Orgs.), *Skinner vai ao cinema: Vol. 1* (pp. vi-viii). Brasília: Instituto Walden4. ISBN 978-8565721035
- Delitti, M. (2001). Análise funcional: O comportamento do cliente como foco da análise funcional. Em M. Delitti (Org.), *Sobre o comportamento e cognição: Vol. 2. A prática da Análise do Comportamento e da Terapia Cognitivo-Comportamental* (pp. 35-42). Santo André: ESETEC. CDU 159.9.019.4. ISBN não disponível.
- Del Prette, G. (2015). O que é Psicoterapia Analítico-Funcional e como ela é aplicada? Em P. Lucena-Santos, J. Pinto-Gouveia, & M. S. Oliveira (Orgs.), *Terapias comportamentais de terceira geração: Guia para profissionais* (pp. 310-342). Novo Hamburgo: Sinopsys. ISBN 978-8564468467
- Forward, S., & Torres, J. (1986/1991). *Homens que odeiam suas mulheres e mulheres que os amam* (A. Barcellos, trans.). Rio de Janeiro: Rocco. ISBN 978-8532502872
- Guerin, B., & Ortolan, M. de O. (2017). Analyzing domestic violence behaviors in their contexts: Violence as a continuation of social strategies by other means. *Behavior and Social Issues*, 26, 5-26. <https://doi.org/10.5210/bsi.v26i0.6804>

- Gurman, A. S., Waltz, T., & Follette, W. (2010). FAP – Enhanced Couple Therapy: Perspectives and possibilities. Em J. Kanter, R. Kohlenberg, & M. Tsai (Orgs.), *The practice of Functional Analytic Psychotherapy* (pp. 125-147). New York: Springer. ISBN 978-1461436997
- Hayes, S. (2004). Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory, and the third wave of Behavioral and Cognitive Therapies. *Behavior Therapy*, 35, 639-665. ISSN 0005-7894.
- Hirigoyen, M. F. (2005/2006). *A violência no casal: Da coação psicológica à agressão física* (M. H. Kühner, trad.). Rio de Janeiro: Bertrand Brasil. ISBN 978-8528611656
- Kohlenberg, R. J., & Tsai, M. (1991/2001). *Psicoterapia Analítica Funcional: Criando relações terapêuticas intensas e curativas* (F. Conte, M. Delitti, M. Z. S. Brandão, P. R. Oerdyk, R. R. Kerbaux, R. C. Wielenska, R. A. Banaco, & R. Starling, trads.). Santo André: ESETec. ISBN 978-8588303027
- Leão, M. F. F. C., & Carvalho Neto, M. B. (2016). Afinal, o que é seleção por consequências? *Interação Psicologia*, 20(3), 286-294. ISSN 1981-8076
- Leonardi, J. L. & Nico, Y. (2012). Comportamento respondente. Em N. B. Borges, & F. A. Cassas (Orgs.), *Clínica Analítico-comportamental: Aspectos teóricos e práticos* (pp. 18-23). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536326481
- Lima, A. (2018). Relacionamento abusivo: comportamentos de uma prática cultural. *Portal comporte-se- Psicologia e AC*. Disponível em <https://www.comportese.com/2018/05/relacionamento-abusivo-comportamentos-de-uma-pratica-cultural>
- Lucena-Santos, P., Pinto-Gouveia, J., & Oliveira, M. S. (2015). Primeira, segunda e terceira geração de Terapias Comportamentais. Em P. Lucena-Santos, J. Pinto-Gouveia, & M. S. Oliveira (Orgs.), *Terapias comportamentais de terceira geração: Guia para profissionais* (pp. 29-58). Novo Hamburgo: Sinopsys. ISBN 978-8564468467
- Marçal, J. V. S. (2005). Refazendo a história de vida: Quando as contingências passadas sinalizam a forma de intervenção da clínica atual. Em H. J. Guilhardi, & N. C. Aguirre (Orgs.), *Sobre comportamento e cognição: Vol. 15. Expondo a variabilidade* (pp. 258-273). Santo André: ESETec. ISBN 978-8588303620
- Marçal, J. V. de S. (2010). Behaviorismo Radical e prática clínica. Em A. K. C. R. de-Farias (Org.), *Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso* (pp. 30-48). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536321004
- Mayer, P. C. M., & Gongora, M. A. N. (2011). Duas formulações comportamentais de punição: Definição, explicação e algumas implicações. *Acta Comportamentalia*, 19(4), 47-63. ISSN 0188-8145
- Medeiros, C. A. de (2018). Psicoterapia comportamental pragmática aplicada a um caso de dores de cabeça psicossomáticas. Em A. K. C. R. de-Farias, F. N. Fonseca, & L. B. Nery (Orgs.), *Teoria e formulação de casos em Análise Comportamental Clínica* (pp. 387-404). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582714737
- Meyer, S. B. (2001). O conceito de análise funcional. Em M. Delitti (Org.), *Sobre o comportamento e cognição: Vol. 2. A prática da Análise do Comportamento e da Terapia Cognitivo-Comportamental* (pp. 29-34). Santo André: ESETec. CDU 159.9.019.4
- Miguel, C. F. (2000). O conceito de operação estabelecadora na Análise do Comportamento. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 16(3), 259-267. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722000000300009>.
- Millenson, J. R. (1967/1975). *Princípios de Análise do Comportamento* (11ª ed., A. A. Souza, & D. Rezende, trads.). Brasília: Coordenada.

- Moreira, M. B., & Medeiros, C. A. de. (2019). *Princípios básicos da Análise do Comportamento* (2ª ed.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582715154
- Nery, L. B., & Fonseca, F. N. (2018). Análises funcionais moleculares e molares: Um passo a passo. Em A. K. C. R. de-Farias, F. N. Fonseca, & L. B. Nery (Orgs.), *Teoria e formulação de casos em Análise Comportamental Clínica* (pp. 1-22). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536321004
- Quinta, N. C. de C. (2018). Reflexões sobre o estabelecimento de objetivos terapêuticos na clínica analítico-comportamental. Em A. K. C. R. de-Farias, F. N. Fonseca, & L. B. Nery (Orgs.), *Teoria e formulação de casos em Análise Comportamental Clínica* (pp. 49-63). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536321004
- Silveira, J. M., & Guenzen, L. C. (2013). Intimidade na relação terapêutica: Uma caracterização da palavra por terapeutas analítico-comportamentais. *Psicologia Argumento*, 31(7), 547-559. ISSN 1980-5942
- Skinner, B. F. (1957/1978). *O comportamento verbal* (M. da P. Villalobos, trad.). São Paulo: Cultrix. ISBN 978-8531600630
- Skinner, B. F. (1989/1991). *Questões recentes na Análise Comportamental* (A. L. Neri, trad.). Campinas: Papirus. ISBN 978-8530801410
- Skinner, B. F. (1953/2003). *Ciência e Comportamento Humano* (J. C. Todorov, & R. Azzi, Trans.). São Paulo: Martins Fontes. ISBN 978-8533619357
- Skinner, B. F. (1974/2006). *Sobre o Behaviorismo* (M. da P. Villalobos, trad.). São Paulo: Cultrix. ISBN 978-8531603600
- Skinner, B. (1981/2007). Seleção por conseqüências. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 9(1), 129-137. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v9i1.150>
- Spiegler, M. D., & Guevremont, D. C. (2010). *Contemporary Behavior Therapy*. Belmont, CA: Wadsworth, Cengage Learning. ISBN 978-0495509066
- Todorov, J. C.. (1989/2007). A Psicologia como o estudo de interações. *Psicologia: Teoria E Pesquisa*, 23(spe), 57-61. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722007000500011>
- Todorov, J. C. (2002). A evolução do conceito de operante. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 18(2), 123-127. ISSN 1806-3446
- Todorov, J., & Henriques, M. (2013). O que não é e o que pode vir a ser comportamento. *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, 9(1), 74-78. ISSN 1807-8338
- Tourinho, E. Z. (1999). Eventos privados: O que, como e por que estudar. Em R. R. Kerbauy, & R. C. Wielenska (Orgs.), *Sobre comportamento e cognição: Psicologia Comportamental e Cognitiva: Vol. 4. Da reflexão teórica à diversidade da aplicação* (pp. 13-23). Santo André: ESETEC. ISBN 978-858830306X
- Tsai, M., Kohlenberg, R. J., Kanter, J. W., Kohlenberg, B., Follette, W. C., & Callaghan, G. M. (2008/2011). *Um guia para a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP II): Consciência, coragem, amor e Behaviorismo* (F. C. de S. Conte, & M. Z. da S. Brandão, trans.). Santo André: ESETEC. ISBN 978-8579180279
- Vandenberghe, L., & Pereira, M. B. (2005). O papel da intimidade na relação terapêutica: Uma revisão teórica à luz da Análise Clínica do Comportamento. *Psicologia: Teoria e Prática*, 7, 127-136. ISSN 1516-3687
- Vandenberghe, L. (2015). Terapia comportamental integrativa de casais. Em P. Lucena-Santos, & J. Pinto-Gouveia, M. S. Oliveira (Eds.), *Terapias comportamentais de terceira geração: Guia para profissionais* (pp. 440-473). Novo Hamburgo: Sinopsys. ISBN 978-8564468467
- Verneque, L., Moreira, M. B., & Hanna, E. S. (2015). Motivação. Em M. M. C. Hübner, & M. B. Moreira (Orgs.), *Temas clássicos da Psicologia sob a ótica da Análise do Comportamento* (pp. 74-87). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. ISBN 978-8527721097

- Zilio, D., & Carrara, K. (2008). Mentalismo e explicação do comportamento: Aspectos da crítica behaviorista radical à ciência cognitiva. *Acta Comportamentalia: Revista Latina de Análisis de Comportamiento*, 16(3), 399-417. ISSN 0188-8145
- Wetterneck, C. T., & Hart, J. M. (2012). Intimacy is a transdiagnostic problem for Cognitive Behavior Therapy: Functional Analytical Psychotherapy is a solution. *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*, 7, 167-176. ISSN 1555-7855

VII

BOA SORTE, LEO GRANDE: UM CASO DE ANORGASMIA FEMININA

Kendra Maira Tsubota Ferri

Marcella Ormastroni Marette

Camille Correia Borges Soares¹

Título do filme: Boa sorte, Leo Grande

Título original: Good Luck to You, Leo Grande

Ano: 2022

Diretora: Sophie Hyde

Produtora: Debbie Gray

Lançado por: Cornerstone Films



O filme conta a história de Nancy (interpretada por Emma Thompson), uma professora de ensino religioso aposentada que, após a morte do marido, anseia por novas aventuras e descobertas sexuais. Ela contrata o acompanhante Leo (Daryl McCormack) com a intenção de viver uma relação sexual satisfatória e realizar alguns desejos, mas eles acabam desenvolvendo um vínculo profundo, e as descobertas vão além do sexo em si.

A maior parte do filme se passa em um quarto de hotel alugado por Nancy para se encontrar com Leo. A primeira impressão que temos de Nancy é de uma mulher com padrões rígidos, que está ansiosa e nervosa em seu primeiro encontro. Ela usa roupas formais, de tons escuros, e se comporta de maneira enrijecida, um recurso narrativo que evidencia sua rigidez emocional. Leo, por outro lado, é seguro e terno, mostrando-se respeitoso e paciente diante da insegurança de Nancy.

1. E-mail: camillesexologia@icloud.com

À medida que Leo tenta se aproximar de Nancy para entender como pode atendê-la, ela insiste em fazer perguntas sobre a vida pessoal dele. Durante todo o primeiro ato, tanto o desconforto quanto a curiosidade de Nancy são evidentes. A atuação de Emma Thompson provoca angústia em quem assiste. Em vários momentos, Nancy se julga por ter contratado Leo, sentindo-se inadequada, envergonhada e dividida entre o desejo e os valores morais que defendeu durante sua vida.

No primeiro encontro, ambos tentam formar algum vínculo para tornar a situação menos constrangedora, especialmente para Nancy, que só teve relações com seu marido e nunca experienciou o prazer de fato. Ela revela que sempre fingiu orgasmos, descrevendo uma dinâmica sexual marcada pela ausência de intimidade e pela rigidez de papéis.

Um aspecto central da personagem é sua crença (regra) de que mulheres mais velhas não podem ser desejadas. Desde jovem, Nancy raramente se sentiu atraente. Relata uma única experiência de desejo na adolescência, durante uma viagem à Grécia, indicando que sua sexualidade foi reprimida e pouco explorada.

Até o fim do primeiro ato, fica clara sua ambivalência. Mesmo desejando a experiência, Nancy continua se comportando de acordo com antigos papéis de professora, viúva e mulher religiosa, o que dificulta a entrega e a vivência do prazer.

Leo e Nancy constroem um vínculo baseado no respeito e no cuidado. Leo deixa claro que o prazer sexual surge em um contexto de relaxamento e segurança, uma aprendizagem essencial para Nancy.

No segundo encontro, Nancy surge mais leve. Usa roupas de tons mais claros e uma blusa com transparência. Ela apresenta uma lista de desejos sexuais a serem cumpridos, tratando o sexo como uma série de tarefas e não como uma experiência espontânea. Quando Leo sugere incluir o orgasmo como objetivo, Nancy recusa, convencida de sua incapacidade.

Mesmo demonstrando abertura para novas experiências, Nancy continua rígida. Ao tentar fazer sexo oral em Leo, ela se preocupa em seguir um “passo a passo”. Leo propõe uma dança, tentando ajudá-la a sair desse padrão de rigidez. Neste ato, Nancy fala sobre as punições recebidas durante sua vida, principalmente ligadas à vaidade e à expressão do próprio corpo, internalizadas como vergonha e autocensura. Leo, por sua vez, reforça que o desejo vai além da aparência física, desconstruindo padrões de beleza impostos.

No terceiro encontro, Nancy aparece de *lingerie* clara, indicando uma maior aceitação do próprio corpo. Surge, porém, o primeiro conflito. Ao insistir em invadir a vida pessoal de Leo, ela gera desconforto, e ele se afasta, ainda que se abra sobre suas dificuldades familiares.

O quarto encontro marca uma virada importante. Nancy, agora mais confiante, conversa com Leo sobre como a experiência a transformou. Em um gesto simbólico, ela reconhece seus erros passados, pede desculpas a uma ex-aluna e se permite assumir publicamente seu desejo e suas escolhas.

Nancy e Leo têm relações sexuais de maneira mais orgânica. Nancy sente-se à vontade para explorar seu corpo e expressar desconforto quando necessário. Após um momento de descanso, enquanto Leo busca um brinquedo sexual, Nancy se masturba e, pela primeira vez, atinge o orgasmo sozinha.

Ao se despedirem, Nancy se sente satisfeita e realizada. Em uma cena simbólica, ela se olha nua no espelho e sorri, sem julgamentos, acolhendo seu corpo e sua sexualidade com gentileza.

O fato de Nancy ter alcançado o orgasmo sozinha é um final poderoso para o filme. Mais do que depender de outro, ela descobre a autonomia do próprio prazer. Esta conquista simboliza não apenas o fim de uma jornada de descoberta, mas também um novo começo, o despertar de uma mulher que, por tantos anos, teve sua sexualidade reprimida.

Dessa forma, este capítulo se propõe a apresentar uma análise funcional da anorgasmia de Nancy, com base na Análise do Comportamento, destacando a influência do controle por regras e da exposição direta às contingências no processo de mudança.

CONCEITOS RELEVANTES PARA A ANÁLISE PROPOSTA

Para compreender a análise proposta neste capítulo, é necessário apresentar com mais detalhes alguns conceitos, como a história da sexualidade no Brasil, a anorgasmia e as práticas culturais e de gênero, uma vez que abordaremos a sexualidade feminina. Apesar de o filme ser europeu, optou-se por trazer uma leitura da sexualidade brasileira, a fim de aproximar o leitor de uma realidade cultural mais compatível com o atendimento clínico focado na sexualidade. Além disso, é importante explicitar os conceitos relevantes para a análise comportamental do caso.

Um Recorte da Vida Sexual do Povo Brasileiro

Em seu livro “Prazeres e pecados do sexo na História do Brasil”, o sociólogo Paulo Sérgio do Carmo (2019) traça a trajetória da vida sexual do povo brasileiro ao longo de cinco séculos. A obra faz um apanhado, baseado em pesquisas de historiadores, sobre os valores sexuais do povo brasileiro desde a época da colonização. Também aborda o comportamento dos colonizadores.

Segundo Carmo (2019), os primeiros povoadores do Brasil foram degredados, enviados devido a condenações em sua pátria de origem. A travessia e o cotidiano nos navios eram marcados por alimentação restrita, privação de sono e falta de higiene. A proporção entre homens e mulheres era de cinquenta para um, e muitas das mulheres levadas a bordo eram prostitutas de hospedarias de Lisboa. Essas mulheres frequentemente se tornavam vítimas de estupros coletivos, e a prática sexual era marcada pela ausência de parceiros fixos e compartilhamento de objetos sexuais. Embora possa parecer um cenário libertino, já se observa desde então a violência e a exploração do corpo feminino.

Cartas e relatos trocados entre os portugueses despertavam o interesse do imaginário europeu. As descrições dos corpos indígenas, especialmente das mulheres, ressaltavam aspectos como perfeição, nudez, seios firmes e corpo escultural (Carmo, 2019). Embora pareça um passado distante, compreender esse cenário ajuda a contextualizar a origem das práticas sexuais no Brasil.

Mais adiante, Carmo (2019) descreve as práticas sexuais do século XX, um período conservador em relação ao comportamento sexual feminino antes do casamento. Ele relata que a prática sexual era vista para o homem como uma válvula de escape, o que incentivava a busca por bordéis e o comércio do sexo, apesar de o conservadorismo condenar a prostituição como prática imoral. Nota-se um desencontro: esperava-se que mulheres permanecessem virgens até o casamento, enquanto os homens tinham maior liberdade para manifestar seus desejos sexuais. Em todos os cenários, os homens possuíam privilégios, enquanto as mulheres, fossem esposas ou prostitutas, tinham sua sexualidade controlada e limitada. Quando expressavam sua sexualidade, eram socialmente rechaçadas.

Na virada do século XIX para o século XX, Carmo (2019) fala sobre movimentos de mulheres que lutavam contra os valores morais estabelecidos. Essas mulheres, mesmo que não tivessem diagnósticos psiquiátricos, corriam o risco de cair nas malhas dos juristas. Nessa época, o corpo feminino era visto como algo frágil, que precisava ser protegido e passivo, restrito aos cuidados do lar e com os filhos. O autor ainda descreve casos de mulheres levadas para instituições psiquiátricas e diagnosticadas com “loucura moral” por serem independentes.

Esse recorte histórico ilustra as lutas e conquistas dos movimentos de mulheres no Brasil. Compreender não apenas a história de vida das mulheres atendidas em consultórios, mas também os padrões culturais que moldaram essas histórias, é fundamental para o atendimento psicológico.

A Análise do Comportamento compreende que a cultura é um dos níveis de seleção do comportamento (Skinner, 1981/2007), sendo um dos determinantes para a organização social (Sampaio & Andery, 2010). Andery (2011) reforça que a cultura é composta por práticas comportamentais e produtos dessas práticas que são reproduzidos entre indivíduos e gerações, moldando padrões de comportamento ao longo do tempo.

Observando a história de Nancy, podemos visualizar como a personagem reproduz padrões de comportamento associados ao seu papel social de professora aposentada e viúva. Nancy foi impedida de explorar sua sexualidade com seu primeiro parceiro, um homem que apresentava comportamentos inflexíveis e tradições patriarcais.

Segundo Nicolodi e Hunziker (2021), o patriarcado pode ser estudado também sob a ótica analítico-comportamental, compreendendo conceitos como poder, exploração e opressão. Essa compreensão favorece a identificação de contingências sociais que influenciam o comportamento de homens e mulheres.

No caso de Nancy, o sexo com o marido era conduzido para satisfazer as necessidades dele, desvalorizando as curiosidades e preferências sexuais dela, como o sexo oral. Esse exercício de poder foi reproduzido por Nancy em seu ambiente profissional, quando julgava e punia comportamentos de suas alunas.

Sampaio e Andery (2010) destacam que práticas culturais, mesmo que desvantajosas para alguns indivíduos, tendem a se perpetuar socialmente devido à propagação contínua por reforçamento social. Complementarmente, Glenn (2004) afirma que contingências sociais organizadas moldam e mantêm padrões culturais, muitas vezes reforçando desigualdades, como ocorre na repressão da sexualidade feminina.

Sabendo que os comportamentos sexuais também são aprendidos, compreende-se que o prazer e a capacidade de atingir o orgasmo dependem de condições adequadas de aprendizagem. Se essas condições forem inibidas, como ocorreu com Nancy, a pessoa pode nunca experimentar um orgasmo.

O desenvolvimento da sexualidade também é impactado pela divisão dos papéis de gênero. Como aponta Ruiz (2003):

Historicamente, as práticas culturais associadas ao feminino e ao masculino desenvolveram-se em esferas contextuais diferentes e separadas. Tradicionalmente, o masculino tem sido associado à esfera pública do trabalho, enquanto o feminino tem sido associado à esfera privada do lar e da família. Embora muitas mudanças tenham sido promovidas em resposta ao movimento feminino contemporâneo, persistem dicotomias e desigualdades associadas (p. 13).

Essas divisões entre esferas pública e privada reforçam práticas de desigualdade que afetam diretamente a liberdade sexual das mulheres. No caso de Nancy, observa-se que seu repertório sexual limitado e sua dificuldade de vivenciar o prazer foram moldados por uma história cultural que restringia a expressão da sexualidade feminina.

Aqui, a relação entre exploração e opressão se torna evidente: o oprimido tende a buscar alternativas para eliminar contingências aversivas (contracontrole). No caso de Nancy, enquanto o estímulo aversivo (a presença do marido) existia, ela não conseguia explorar livremente sua sexualidade. Após a morte dele, ela procura Leo Grande para vivenciar sua sexualidade de forma mais autônoma, pela primeira vez.

O que é Anorgasmia?

A anorgasmia é uma disfunção sexual caracterizada pela dificuldade em atingir o orgasmo ou pela ausência dele durante a relação sexual. Segundo Rodrigues Jr. e Zeglio (2001), é a disfunção sexual que mais leva mulheres aos consultórios de Sexologia, podendo ser dividida em dois grupos principais:

Mulheres que nunca tiveram um orgasmo em qualquer circunstância – sendo essas as denominadas “pré-orgásmicas”, que precisarão aprender a obter orgasmos com a masturbação antes de tentarem pela relação sexual; e

Mulheres que conseguem ter orgasmo com a masturbação e estimulação clitoriana.

Este segundo grupo pode ser subdividido em três subgrupos:

2.1. Mulheres que conseguem ter orgasmos com a masturbação e estimulação clitoriana, porém não conseguem durante a relação sexual e nem durante a penetração;

2.2. Mulheres que tinham orgasmos, porém deixaram de tê-los em algum período específico de sua vida; e

2.3. Mulheres que não conseguem ter orgasmos em determinadas circunstâncias ou com determinadas parcerias. É importante investigar esta relação, pois a dificuldade em obter orgasmos pode ser em razão de um problema associado a essa relação.

No caso da protagonista Nancy, ela se encaixa no primeiro grupo, de mulheres que nunca tiveram orgasmo em qualquer circunstância. A personagem confidencia a Leo que sempre fingiu orgasmos, mas nunca os experienciou de fato.

Analizando a história de vida de Nancy, podemos compreender que seus comportamentos sexuais, bem como a exploração de sua sexualidade, como masturbação e fantasias sexuais, eram punidos ou extintos por seu marido. Segundo Hunziker e Samelo (2012), o controle aversivo nas contingências operantes ocorre quando há redução da probabilidade de a resposta consequenciada voltar a ocorrer naquele contexto e/ou quando o estímulo envolvido na contingência é aversivo. No caso de Nancy, destacam-se as regras socioreligiosas, uma herança familiar internalizada a ponto de ela ter se tornado professora de Ensino Religioso, que impunha contingências coercitivas para a expressão de repertórios sexuais. Além disso, havia as regras coercitivas impostas pelo marido, que não apenas falhava em evocar novas respostas sexuais, como também não reforçava os sinais de variabilidade comportamental sexual emitidos por Nancy, levando à extinção dessas expressões.

Esses fatores indicam os processos limitadores que moldaram a maneira como Nancy aprendeu a lidar com sua sexualidade e com seu próprio corpo.

Durante os encontros com Leo, Nancy pôde explorar contingências não punitivas, o que lhe permitiu exibir seus comportamentos sexuais. Esse processo envolveu desde pensar e falar sobre sexo, estabelecer objetivos e posições sexuais desejadas, até se olhar nua no espelho, apreciar o próprio corpo e escolher roupas mais sensuais, dentro dos seus parâmetros.

Pensando em um *setting* terapêutico, é importante considerar que o sexo ainda é um tema tabu em muitas famílias, e é comum receber clientes que abordam esse assunto pela primeira vez apenas em sessão. O terapeuta deve esforçar-se para ser uma audiência não punitiva, evitando reproduzir os controles de agências como o Estado e a religião.

Na terapia sexual, as respostas sexuais de Nancy e suas aproximações sucessivas poderiam ser modeladas e reforçadas. Um terapeuta sexual utiliza recursos técnicos como a aplicação de inventários, exercícios de percepção física, orientação de casais e psicoeducação (Silva, 2001). As demandas sexuais ultrapassam fatores exclusivamente orgânicos ou genitais, estando muitas vezes associadas a fatores experienciais e históricos de aprendizagem.

ANÁLISES MOLARES DO COMPORTAMENTO DE NANCY

Nery e Fonseca (2018) descrevem a análise funcional como um instrumento fundamental para o diagnóstico, intervenção e avaliação do processo terapêutico na atuação do analista do comportamento. A análise funcional é considerada o ponto de partida para o planejamento e acompanhamento das intervenções. As autoras demonstram que padrões comportamentais dos indivíduos são selecionados, mantidos e fortalecidos por eventos ambientais. Dessa forma, há uma relação interativa constante entre organismo e ambiente ao longo do tempo. Não existe um evento único ou uma causa isolada que produza diretamente um efeito, mas sim relações funcionais. Existem dois modelos de análise funcional: as análises molares (macroanálises) e as moleculares (microanálises). A proposta da análise molar é integrar os repertórios comportamentais atuais e suas variáveis mantenedoras aos aspectos históricos que provavelmente contribuíram para a aquisição dos padrões observados.

Segundo Rodrigues Jr. e Zeglio (2001), as mulheres podem conhecer seus corpos por meio da masturbação, aprendendo como obter prazer e constatando que funcionam fisiologicamente de maneira adequada. A masturbação também facilita a identificação de eventuais desconfortos, como dores localizadas, além de possibilitar o desenvolvimento de estratégias para relaxamento, aumento da lubrificação e ampliação do repertório de respostas sexuais. Trata-se, portanto, de uma importante ferramenta de autoconhecimento.

A análise funcional molar busca compreender o comportamento a partir da integração entre o repertório atual do indivíduo e suas condições históricas, considerando a interação contínua entre organismo e ambiente. Ao observar a história de vida de Nancy, é possível identificar variáveis que contribuíram para a construção de padrões comportamentais relacionados à sexualidade e à dificuldade em atingir o orgasmo. A seguir, são apresentadas análises molares que auxiliam a compreender o caso.

Influência de Ambiente Religioso e Conservador. Desde sua infância, Nancy foi exposta a um ambiente familiar e cultural conservador, permeado por regras religiosas rígidas. Esse contexto pode ter influenciado diretamente sua visão sobre o corpo, o prazer e a sexualidade. Valores moralistas moldaram sua percepção de que o sexo era algo proibido, vergonhoso ou sujo. Essa formação contribuiu para o distanciamento em relação ao próprio corpo e para a inibição de comportamentos de autoconhecimento sexual. A escolha profissional como professora de Ensino Religioso reforça esse padrão, indicando a continuidade dos valores tradicionais em sua trajetória de vida.

Ausência de Modelagem de Repertório Sexual. Nancy não desenvolveu repertórios básicos de exploração corporal e sexualidade. Ela não se masturbava, não se observava nua e não explorava sensações de prazer de forma autônoma. A ausência de contato positivo com seu próprio corpo dificultou a identificação de zonas de prazer, a construção de movimentos associados ao orgasmo e o desenvolvimento da autonomia sexual. Mulheres que se familiarizam com seus próprios corpos, por meio da masturbação, tendem a ter maior facilidade em atingir o orgasmo durante relações sexuais com parceiros, pois ampliam seu repertório de respostas sexuais e reconhecem sinais de excitação. Nancy, entretanto, não teve a oportunidade de construir esses repertórios ao longo da vida.

Controle Aversivo e Punições Conjugais. Durante o casamento, Nancy vivenciou um ambiente de forte controle aversivo. Seu marido depreciava práticas como o sexo oral e demonstrava desinteresse pela expressão sexual de Nancy, desencorajando qualquer tentativa de variação ou curiosidade sexual. A ausência de reforçamento positivo e a imposição de punições verbais parearam o sexo a sentimentos de vergonha, medo e inadequação. Essa dinâmica contribuiu para a generalização respondente, na qual qualquer temática relacionada à sexualidade poderia ser associada a valores negativos e à evitação comportamental.

Mudança de contingências no contato com Leo Grande. Ao conhecer Leo Grande, Nancy foi exposta a um novo contexto ambiental, caracterizado por reforçamento em relação às suas manifestações sexuais. Leo acolheu suas iniciativas, valorizou suas expressões de desejo e encorajou a comunicação aberta sobre fantasias e preferências. Esse ambiente favoreceu a modelagem de novos comportamentos sexuais, como verbalizar desejos, experimentar diferentes práticas e apreciar o próprio corpo. A aceitação e a ausência de punições permitiram que Nancy começasse a flexibilizar padrões rígidos que aprendeu desde a infância.

Construção gradual de autoconfiança e autonomia sexual. A exposição progressiva a contingências reforçadoras possibilitou que Nancy desenvolvesse autoconfiança e autonomia em relação à sua sexualidade. Ela passou a se permitir novas experiências, a reconhecer seu corpo como fonte de prazer e a expressar seus desejos de maneira espontânea. O clímax desse processo ocorre quando Nancy alcança o orgasmo através da masturbação, sem depender da mediação direta de outra pessoa. Esse marco representa a reconstrução de sua relação com o próprio corpo e a superação, ainda que parcial, da história de repressão e controle aversivo que moldou sua trajetória até então.

ANÁLISES FUNCIONAIS COM PROPOSTA DE INTERVENÇÃO NA TERAPIA SEXUAL COMPORTAMENTAL

Um psicoterapeuta precisa fazer uma anamnese minuciosa da história de vida do cliente, buscando analisar sua interação familiar, sua compreensão de regras, qual a influência das agências de controle² na sua vida. Busca, ainda, conhecer possíveis contingências que promovem a manutenção dos comportamentos atualmente, motivos para a procura de terapia, além de

2. Na Análise do Comportamento, *agências de controle* são contextos sociais (como família, escola, religião e mídia) que reforçam ou punem comportamentos, além de fornecer modelos e regras, influenciando a formação e manutenção de valores e condutas (Skinner, 1953/2003).

outros pontos. No caso de Nancy ela procurou Leo Grande e, a partir desse evento faremos a análise dessas interações, propondo reflexões a partir do que ele fez comportamentalmente e da forma como um psicoterapeuta pode trabalhar em contexto clínico com clientes com demandas parecidas.

O caso de Nancy, retratado no filme “Boa Sorte, Leo Grande”, ilustra como padrões de comportamento sexual podem ser compreendidos a partir da interação entre condicionamento respondente e operante. Leonardi e Nico (2012) definem comportamento respondente como uma relação fidedigna na qual um estímulo produz uma resposta específica em um organismo fisicamente sadio. Uma resposta é causada por um evento ambiental antecedente. Diz-se que um estímulo elicia a resposta, ou que ele é um eliciador e a resposta é eliciada.

Para a protagonista, o início de sua vida sexual e a aproximação da hora do coito com o marido eliciava respostas de ansiedade. Em situações de intimidade, surgiam respostas como tensão corporal e desconforto emocional, assim como a impossibilidade de ela obter um orgasmo. Porém, não devemos esquecer que, desta forma, havia uma manutenção deste relacionamento e, também, da interação sexual, como visto anteriormente nas análises molares de controle aversivo e punições conjugais na tentativa de variabilidade comportamental dela.

ANTECEDENTES	RESPOSTAS	CONSEQUENTES
Aproximação do marido, encostar os ombros e tocar os seios de Nancy.	Engajar-se em uma relação sexual com o marido de acordo com o ele quer.	Manutenção da relação sexual e do relacionamento por anos (R+).
Antecedentes	Respostas	Consequentes
Estar com o marido na cama.	Falar sobre o interesse de receber ou fazer sexo oral no marido.	Marido sinalizar que isso é algo humilhante e que nunca deveriam fazer. Punção pela tentativa de variabilidade comportamental (P+).

Quadro 1. Análises moleculares de comportamentos emitidos por Nancy, durante seu casamento. A sigla R+ refere-se a reforçamento positivo, e P+ à punição positiva.

Muitas mulheres não têm a oportunidade de conversar sobre questões da sexualidade em suas famílias. Esse acaba sendo um tema evitado tanto no contexto familiar quanto nos demais contextos. Tal déficit faz com que regras machistas e patriarcais continuem sendo perpetuadas ao longo dos anos. O encontro sexual de Nancy com seu primeiro e único parceiro nos mostra uma mulher cujo comportamento foi punido ao expressar suas necessidades e fantasias sexuais; logo, espera-se a não repetição ou supressão de comportamentos desta classe. O encontro sexual dentro dessa relação se torna um momento para satisfazer o homem, não a mulher. A repetição de alguns estímulos presentes no ambiente fez com que esse momento fosse vivido como uma obrigação rotineira e não como um espaço de descoberta de autoconhecimento sexual para Nancy e seu marido, e não à toa, quando ele vem a falecer, Nancy entra em contato com Leo Grande.

No primeiro encontro, Leo adota atitudes que gradualmente ajudam Nancy a se sentir mais confortável. Ele propõe que bebam algo, permite que Nancy faça perguntas pessoais, faz elogios e deita-se na cama ainda vestido. Essas interações desafiam toda a história de aprendizagem da protagonista e, de maneira não planejada, Leo propicia à Nancy uma experiência similar a uma dessensibilização sistemática.

Wolpe (1973/1978) partiu da ideia de que a ansiedade causada por estímulos aversivos pode ser reduzida condicionando-se respostas opostas ao estado de ansiedade. Quando Leo conversa com Nancy sobre temas neutros, como sua profissão e seus filhos, em momentos de alta ansiedade (por exemplo, quando ela precisa ficar nua), promove respostas incompatíveis com a ansiedade, como relaxamento e foco em outros assuntos. Aos poucos, Nancy consegue ficar mais confortável no quarto de hotel, mesmo que ainda não consiga realizar o ato sexual.

Essa dinâmica demonstra a importância de o terapeuta compreender que falar sobre sexualidade pode ser aversivo para muitas pessoas. Embora Leo não fosse um psicoterapeuta, ele promoveu, inadvertidamente, uma sequência de exposições graduais não punitivas que favoreceram a mudança comportamental de Nancy.

O seguimento rígido de regras e autorregras inibe Nancy de se expor a contextos que poderiam ampliar seu repertório sexual. Ela não possuía referências claras sobre o que gostava ou não gostava em um encontro sexual. Seu relacionamento anterior, marcado pela censura e pela falta de diálogo, impedia a expressão de desejos e anseios. Em contextos clínicos, quando atendemos a clientes com perfis semelhantes, é essencial trabalhar a construção de intimidade e comunicação sobre desejos e sentimentos. Pessoas que não falam abertamente sobre sexualidade correm o risco de não reconhecerem nem suas próprias necessidades nem as de seus parceiros.

ANTECEDENTES	RESPOSTAS	CONSEQUENTES
Ambiente novo/ expectativa do encontro sexual	Rigidez corporal/ verbalizações de arrependimento.	Leo responde com acolhimento. Efeitos: Alívio do desconforto por estar ali (R-)

Quadro 2. Análises moleculares de comportamentos emitidos por Nancy, ao contratar Leo Grande. A sigla R- refere-se a reforçamento negativo.

Ainda no primeiro encontro, Nancy relata suas curiosidades e conta que nunca realizou ou recebeu sexo oral. Ela menciona que seu marido considerava essa prática humilhante e inapropriada entre marido e mulher.

A história de Nancy sugere a presença de inúmeras regras e autorregras relacionadas ao comportamento sexual. Para Matos (2001), regras são estímulos discriminativos especiais que envolvem o comportamento verbal do falante. O estudo do controle por regras deve considerar o contexto social tanto de quem emite a regra quanto de quem a segue. Meyer (2007) complementa que os seres humanos também formulam e seguem autorregras, que podem ser públicas ou privadas.

Podemos considerar que o corpo de Nancy não tinha tempo suficiente para se preparar para o encontro sexual quando ela se relacionava sexualmente com o marido. Diversos pesquisadores se dedicaram ao estudo da sexualidade; no entanto, neste capítulo, utilizaremos como base os estudos de Helen Singer Kaplan (1977), que sintetizou abordagens psicanalíticas e comportamentais para propor um modelo trifásico de resposta sexual, composto por desejo, excitação e orgasmo.

ANTECEDENTES	RESPOSTAS	CONSEQUENTES
Presença de Leo Grande	Autorregra: Sexo oral é algo sujo e que não deveria ser feito; Respostas emocionais colaterais: ansiedade; Apresenta para Leo o desejo de dar e receber sexo oral.	Acolhimento de Leo e proposta para se distrair falando de outros assuntos (R-). Leo se prontifica a fazer o que Nancy propôs (R+).

Quadro 3. Análises moleculares de comportamentos emitidos por Nancy, ao contratar Leo Grande. A sigla R- refere-se a reforçamento negativo, e R+ a reforçamento positivo.

A Figura 1 apresenta, de forma esquemática, o modelo de resposta sexual proposto por Kaplan (1977). A fase do desejo consiste na presença de fantasias e na disposição para a atividade sexual. Durante a fase da excitação, o corpo passa por alterações fisiológicas específicas, nas quais se percebe o aumento do prazer sexual. Já na fase do orgasmo, considerada o ápice da resposta sexual, ocorrem contrações do terço inferior da vagina e contrações rítmicas do esfíncter anal (Mendonça, Silva, Arruda, Garcia-Zapata & Amaral, 2012).

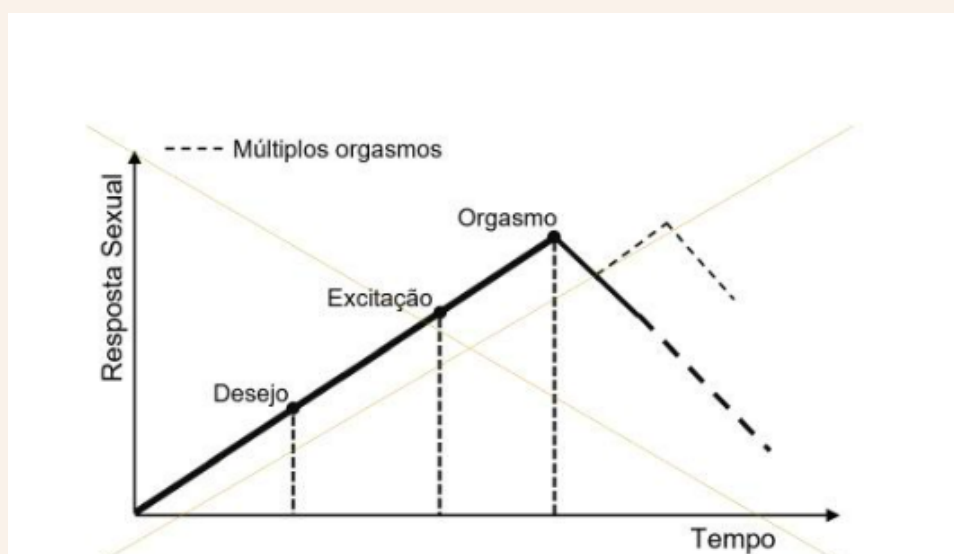


Figura 1. Modelo trifásico de resposta sexual, proposto por Helen Singer Kaplan (1977).

Considerando que o corpo passa por diversos processos até atingir o orgasmo, Nancy não teria a oportunidade de vivenciar o ciclo completo de resposta sexual, uma vez que seu marido a penetrava sem realizar estimulações prévias. Mendonça et al. (2012) relatam que, durante a excitação sexual, há um aumento do fluxo sanguíneo para os órgãos genitais, resultando em vasocongestão e vasodilatação pélvica. Como consequência, a vagina torna-se mais lubrificada e se expande, permitindo uma penetração mais confortável. Há também a tumescência do clitóris e o aumento da circulação sanguínea nos lábios internos.

Sem a estimulação adequada nas fases iniciais, Nancy dificilmente poderia experimentar as contrações rítmicas musculares características do orgasmo, tampouco manifestar seu desejo sexual de forma espontânea.

Com base no caso de Nancy e nas diretrizes da Terapia Sexual Comportamental, podem ser utilizadas diferentes estratégias de avaliação e intervenção para favorecer a expansão do repertório sexual e a conquista do prazer orgásmico. Segundo Rodrigues Jr. e Zeglio (2001), algumas técnicas recomendadas incluem:

1. *Relaxamento: o psicoterapeuta, em conjunto com a cliente, define quais técnicas de relaxamento serão utilizadas, como a dessensibilização sistemática já mencionada. Essa prática visa reduzir a ansiedade associada à exposição a situações íntimas;*
2. *Autoerotização: a recomendação de banhos dirigidos, focados no reconhecimento de áreas de prazer sensorial, ajuda a promover o autoconhecimento corporal;*
3. *Biblioterapia: a indicação de livros e textos educativos sobre sexualidade, anorgasmia e orgasmo auxilia a cliente a ampliar seu repertório verbal e a desconstruir mitos e preconceitos culturalmente aprendidos (o que algumas abordagens chamariam de “internalizados”).*
4. *Autorreconhecimento corporal: o terapeuta pode orientar a exploração do próprio corpo, estimulando a percepção de sensações como toque, temperatura e tensão muscular, facilitando a familiarização com as experiências prazerosas.*
5. *Focalização sensorial: essa técnica envolve a exploração gradual da intimidade física com o parceiro, com o objetivo de aumentar a consciência sensorial e a capacidade de experimentar prazer em situações sexuais, sem focar inicialmente no desempenho.*
6. *Masturbação: o incentivo à prática da masturbação permite que a mulher descubra preferências e estratégias que facilitam a obtenção do prazer e do orgasmo.*

Além dessas estratégias, Heiman e LoPiccolo (1976) propuseram um programa estruturado para o tratamento da anorgasmia, composto por etapas progressivas:

1. Conhecer a si mesma;
2. Olhar para o próprio corpo;
3. Descobrir-se pelo toque;
4. Tocar o próprio corpo para obter prazer;
5. Focalizar a atenção nas sensações;
6. Avançar progressivamente na exploração;
7. Introduzir o uso do vibrador;
8. Compartilhar as descobertas com o parceiro;
9. Trocar prazer com o parceiro; e
10. Realizar o ato sexual com penetração.

Essas etapas são graduais e visam fortalecer o autoconhecimento corporal e sexual da cliente, respeitando seu ritmo e limites.

Este filme foi cuidadosamente escolhido para ser analisado neste capítulo, pois grande parte de sua narrativa se passa em um quarto de hotel, representando de forma simbólica o pouco acesso que nós, enquanto psicoterapeutas, temos à história de nossos clientes. O conteúdo a ser trabalhado emerge da relação terapêutica, que não se constrói em um único encontro, mas ao longo de uma trajetória compartilhada.

Nancy traz à tona a realidade de muitas mulheres. Não apenas das mulheres mais velhas, mas de quase todas aquelas que chegam ao consultório com demandas relacionadas à sexualidade. Precisamos realizar um levantamento cuidadoso da história de aprendizagem de nossas clientes e, ao fazermos isso, inevitavelmente nos depararemos com a ausência de educação sexual em diversos contextos. É fundamental também voltar nosso olhar para a cultura em que estamos inseridos e para a tendência histórica de patologizar comportamentos sexuais, principalmente os femininos.

Além disso, devemos manter a empatia diante dos relatos de abuso que tantos corpos carregam. Nancy não sabia agir de outra forma. Ela viveu ao lado de seu único parceiro sexual uma vida em que sua sexualidade não era protagonizada e seu corpo não tinha tempo para se preparar para o encontro sexual. Embora ela pudesse receber o diagnóstico de anorgasmia, enquanto psicoterapeutas, temos a responsabilidade ética e clínica de olhar para além do diagnóstico.

À medida que Nancy se permitiu, em um ambiente de segurança, olhar para sua sexualidade, ela também se abriu para aprender novos comportamentos, reconhecer seu prazer e traçar caminhos para alcançá-lo. No filme, esse processo foi construído de maneira sensível, mas, na prática clínica, no *setting* terapêutico, ele também se dá a partir de uma boa relação terapêutica, com a oferta de uma audiência não punitiva, com a utilização de técnicas de dessensibilização, de modelagem e, acima de tudo, com muito respeito.

Assim como no filme, podemos testemunhar em nossos consultórios nossas clientes redescobrimo sua própria sexualidade. E esse processo pode ser não apenas transformador, mas também lindo e profundamente poderoso.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Chegamos ao final deste capítulo, que nasceu do desejo de olhar para a sexualidade com mais gentileza, acolhendo histórias como a de Nancy, que são, na verdade, ecos de tantas histórias reais que encontramos em nossos consultórios. Nossa intenção foi, desde o início, lançar um olhar sensível sobre a anorgasmia, compreendendo-a não como um simples diagnóstico, mas como o resultado de caminhos de vida, de regras aprendidas, de contingências moldadas por contextos sociais, afetivos e culturais.

Ao longo deste percurso, nos propusemos a entender Nancy para além da dificuldade de alcançar o orgasmo. Olhamos para sua história, para seu corpo, para suas possibilidades de mudança. Revisamos conceitos, propusemos análises funcionais e sugerimos caminhos possíveis para que, assim como no filme, a vida real também permita encontros mais livres, prazerosos e respeitosos consigo mesmo e com o outro.

Sabemos que muito ainda poderia ser explorado. Este capítulo é, acima de tudo, uma construção possível, limitada pela escolha de um caso ficcional e pelo nosso recorte teórico. Mesmo assim, acreditamos que ele cumpre seu papel de abrir espaço para que possamos olhar para a sexualidade humana com menos julgamento e mais curiosidade, com menos pressa e mais cuidado.

Seguimos com a esperança de que esta leitura tenha provocado reflexões, despertado novas perguntas e, quem sabe, plantado pequenas sementes de transformação – em nós, nos nossos clientes e nas práticas que escolhemos construir todos os dias.

Obrigada por caminhar conosco até aqui.

REFERÊNCIAS

- Andery, M. A. P. A. (2011). Sobre práticas culturais. Em M. C. C. Bandeira, & L. B. Pereira (Orgs.), *Sobre comportamento e cognição: Vol. 19. Contribuições para a prática da Análise do Comportamento* (pp. 35-44). Santo André: ESETec. ISBN 978-858830385
- Carmo, P. S. (2019) *Prazeres e pecados do sexo na história do Brasil*. São Paulo. Edições SESC. ISBN 978-8594931580
- Glenn, S. S. (2004). Individual behavior, culture, and social change. *The Behavior Analyst*, 27(2), 133-151. <https://doi.org/10.1007/BF03393175>
- Graciano, M., Silva, R. N., & Guarido, E. L. (1977). Percepção social em crianças: estereótipos sexuais na percepção da família. *Cadernos de Pesquisa*, 21, 15-40. Disponível em <https://publicacoes.fcc.org.br/cp/article/view/1739>
- Heiman, J., LoPiccolo, L., & LoPiccolo, J. (1976). *Descobrendo o prazer* (G. Schlesinger, trad.). São Paulo: Summus. ISBN 978-8532301320.
- Hunziker, M. H. L., & Samelo, M. J. (2012). Controle aversivo. Em N. B. Borges, & F. A. Cassas (Orgs.), *Clínica Analítico-comportamental: Aspectos teóricos e práticos* (pp. 49-63). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536326481
- Irvine, J. J. (1986). Teacher-student interactions: Effects of student race, sex, and grade level. *Journal of Educational Psychology*, 78(1), 14-21. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.78.1.14>
- Kaplan, H. (1977). *A nova terapia do sexo*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira. ISBN 978-8571642430
- Leonardi, J. L., & Nico, Y. (2012). Comportamento respondente. *Clínica Analítico-comportamental: Aspectos teóricos e práticos* (pp. 18-23). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536326481
- Matos, M. A. (2001). Comportamento governado por regras. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 3(2), 51-66. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452001000200007&lng=pt&tlng=pt
- Mendonça, C. R., Silva, T. M., Arrudai, J. T., Garcia-Zapata, M. T. A., & Amaral, W. N. (2012). Função sexual feminina: Aspectos normais e patológicos, prevalência no Brasil. *Femina*, 40(4), 195-202. Disponível em <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-668405>
- Meyer, S. B. (2007). Regras e auto-regras no laboratório e na clínica. Em J. Abreu-Rodrigues, & M. R. Ribeiro (Orgs.), *Análise do Comportamento: Pesquisa, teoria e aplicação* (pp. 211-228). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536311029

- Nery, L. B. & Fonseca, F. N. (2018). Análises funcionais molares e moleculares: um passo a passo. Em A. K. C. R. de-Farias, F. N. Fonseca, & L. B. Nery (Orgs.), *Teoria e formulação de casos em Análise Comportamental Clínica* (pp. 22-54). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582714737
- Nicolodi, L., & Hunziker, M. (2021). O patriarcado sob a ótica analítico-comportamental: Considerações iniciais. *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, 17(2). <http://dx.doi.org/10.18542/rebac.v17i2.11012>. ISSN 1807-8338 Versão Impressa / 2526-6551 Versão Eletrônica
- Rodrigues Jr., O. M., & Zeglio, C. (2001). Anorgasmia feminina. Em O. M. Rodrigues Jr. (Org.), *Aprimorando a saúde sexual: Manual de técnicas de terapia sexual* (pp. 315-325). São Paulo: Summus. ISBN 978-8532307558
- Ruiz, M. R. (2003). Inconspicuous sources of behavioral control: The case of gendered practices. *The Behavior Analyst Today*, 4(1), 12-16. <https://doi.org/10.1037/h0100005>
- Sampaio, A. A. S., & Andery, M. A. P. A. (2010). Comportamento social, produção agregada e prática cultural: uma análise comportamental de fenômenos sociais. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26(1), 183-192. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000100020>
- Silva, M. C. A. (2001). A história da terapia sexual. Em O. M. Rodrigues Jr. (Org.), *Aprimorando a saúde sexual. Manual de técnicas de técnicas de terapia sexual* (pp. 19-73). São Paulo: Summus. ISBN 978-8532307558
- Skinner, B. (1981/2007). Seleção por conseqüências. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 9(1), 129-137. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v9i1.150>
- Skinner, B. F. (1953/2003). *Ciência e comportamento humano* (J. C. Todorov, & R. Azzi, trads.). São Paulo: Martins Fontes. ISBN 978-8533619357
- Wolpe, J. (1973/1976). *A Prática da Terapia Comportamental* (W. G. Clark Jr. trad.). São Paulo: Brasiliense

VIII

"QUERIDA ALICE": VIOLÊNCIA DOMÉSTICA DE ACORDO COM A PERSPECTIVA DA TERAPIA DE ACEITAÇÃO E COMPROMISSO

Paula Helena Gomes de Moraes Ruiz¹
Divaldo de Canavarros de Abreu Junior

Título do filme: Querida Alice

Título original: "Alice, Darling"

Ano de lançamento: 2022

Direção: Mary Nighy

Produção: Mary Nighy

Lançado por: Prime Video

O cinema é uma forma de arte que pode retratar a realidade e o nosso cotidiano enquanto seres humanos, além de permitir criarmos situações que eventualmente expõe comportamentos e contextos que algumas pessoas vivenciam. O filme "Querida Alice", divulgado no ano de 2022, foi classificado como suspense, e acompanha a história de Alice (Anna Kendrick), que está em um relacionamento amoroso tóxico com Simon (Charlie Carrick). Apesar de não conhecer a sua atual situação, a protagonista lida com algumas consequências dos abusos psicológicos, como comportamentos de insegurança e sintomas de ansiedade. Em uma tentativa de obter um pouco de liberdade, Alice mente para o parceiro e vai passar um final de semana com as amigas de longa data, Sophie (Wunmi Mosaku) e Tess (Kaniehtiio Horn). Durante o período afastada do ambiente (para as terapias comportamentais ambiente não é só o espaço físico, mas também pessoas com as quais fazemos interações), que é permeado de estímulos aversivos, ela passa a se questionar sobre a natureza da relação em que vive e sua dependência emocional.

O presente capítulo propõe-se a trazer uma análise de alguns aspectos do filme mencionado e de alguns personagens, visando à construção de uma compreensão da violência doméstica à luz da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT). Para tanto estruturamos este ensaio abordando os seguintes elementos, essenciais para a análise aqui proposta: violência doméstica no Brasil; violência doméstica na perspectiva da ciência comportamental contextual; e a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT). Por fim, após uma síntese do filme, faz-se uma análise do mesmo, destacando-se potenciais contribuições da ACT para pessoas que eventualmente vivenciam ou tenham vivenciado situações semelhantes àquelas pelas quais passa a personagem principal. Ressalta-se a validade da utilização de filmes como um meio para melhor compreender questões que podem promover o bem-estar do ser humano.

1. E-mail: paulahelenaruiz@gmail.com

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA NO BRASIL

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a violência doméstica ocorre frequentemente entre casais, assumindo várias formas, configurando-se, pois, em um problema de saúde pública com quatro fatores: individuais, relacionais, sociais e comunitários (Rosales-Villacrés, Oyanadel, Changotasig-Loja & Peñate-Castro, 2021).

No Brasil, existe o "Ligue 180", um serviço de utilidade pública criado pelo Governo Federal para o enfrentamento à violência contra a mulher. Tem como função receber denúncias de violações contra as mulheres, encaminhando o conteúdo dos relatos aos órgãos competentes, além de monitorar o andamento desses processos. O serviço ainda presta orientação às mulheres em situação de violência, direcionando-as para os serviços especializados da rede de atendimento.

Dados do ano de 2019 apontam para um total de 1,3 milhões de chamadas via "Ligue 180" atendidas, sendo 6,5% delas denúncias de violações contra a mulher. Com a pandemia do Covid-19, nos primeiros quatro meses de 2020 houve um crescimento médio de 14,1% no número de denúncias em relação ao mesmo período do ano anterior. Ainda sobre dados de violência contra mulher, de acordo com o Anuário Brasileiro de Segurança Pública de 2019, 1.206 mulheres foram vítimas de feminicídio no ano de 2018. Desse total, 88,8% foram vítimas de companheiros ou ex-companheiros (Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania, 2021). Estratégias para assegurar assistência e proteção à mulher agredida e seus familiares são necessárias, e isso é preconizado pela Lei Maria da Penha.

A lei 11.340/2006, denominada Lei Maria da Penha, criada no Brasil em 07 de agosto de 2006 e publicada no Diário Oficial da União (DOU) de 08 de agosto de 2006, é considerada uma conquista feminina e também o instrumento legal de maior efeito no combate à violência contra a mulher no país (Soares, Barros & Nebot, 2024), pois estabeleceu instrumentos de proteção e acolhimento de emergência para as vítimas, além de propor mecanismos para oferecer assistência social à mulher agredida e seus dependentes por meio da determinação de encaminhamentos das mesmas a programas e serviços de proteção e assistência. Trata-se, portanto, de um dispositivo que se destaca no contexto das políticas públicas direcionadas à garantia dos direitos das mulheres.

Na Lei Maria da Penha, configura-se como violência doméstica e familiar contra a mulher qualquer ação ou omissão baseada no gênero que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial, em contextos variados, como o da unidade doméstica, o da família, e/ou em qualquer relação íntima de afeto na qual o agressor conviva ou tenha convivido com a ofendida, independentemente de coabitação (Brasil, 2006).

Assim, as perspectivas de violência doméstica contra as mulheres, sejam elas sociais, políticas, culturais, ou até mesmo econômicas, são estudadas por diversas áreas do conhecimento na atualidade (Caeran & Porto, 2024), e a perspectiva da ciência comportamental contextual tem muito a agregar na discussão da temática.

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA NA PERSPECTIVA DA CIÊNCIA COMPORTAMENTAL CONTEXTUAL

A violência doméstica é prevalente na maioria das sociedades em todo o mundo e varia em sua topografia desde intimidação até a violência física grave e o homicídio, levando a muitas consequências negativas para a saúde das mulheres e das famílias e para a vida, de forma mais abrangente (Bloodworth, 2015). Para a presente análise, nos ateremos especificamente à violência psicológica, por ser o tipo de violência que mais se evidencia no filme a ser analisado.

A violência psicológica é toda ação ou omissão que causa ou visa causar dano à autoestima, à identidade ou ao desenvolvimento da vítima. Inclui ameaças, humilhações, chantagens, cobranças de comportamento, discriminação, exploração, crítica pelo desempenho sexual, manter a pessoa em casa, provocando o isolamento de amigos e familiares, ou impedir que ela utilize o seu próprio dinheiro (Silva, Coelho & Caponi, 2007). Para Silva et al. (2007), a violência se inicia de modo sutil e o abuso psicológico é condição para que ocorra uma agressão física. Assim, a mulher que sofre agressão física ou psicológica já está em uma relação marcada por abuso emocional há certo tempo.

Nossa sociedade se organiza em torno de uma relação de gênero que privilegia o homem em sua interação com a estrutura social, que por sua vez é um contexto que funciona como estímulo discriminativo (S^D) para o surgimento de muitas regras e autorregras machistas, configurando-se, assim, um ambiente propício para ocorrência de comportamentos que podemos classificar como abusivos (*e.g.*, menosprezar a vítima, fazer comentários depreciativos, entre outros). Por isso, pode-se dizer que essa violência faz parte de uma prática cultural marcada pela presença de uma classe de comportamentos, por parte do homem, cuja função é manter a mulher como seu objeto por meio de forças coercitivas (Nogueira, 2016).

É importante destacar, todavia, que nem todos os comportamentos dos homens que cometem os abusos podem ser classificados como aversivos (agressivos), pois eles emitem outras classes de comportamentos, como disponibilizar atenção, carinho ou dar presentes, reforçando positivamente o comportamento da vítima. Essa sequência de comportamentos abusivos e comportamentos “carinhos” coloca a vítima em esquema de reforço intermitente.

Para Skinner (1957/1992), quando nem todas as respostas operantes produzem a mesma consequência, alternando entre reforçamento (“carinho”) e punição (“abuso”), diz-se que o comportamento é mantido por reforçamento intermitente. Este tipo de esquema de reforçamento mantém estável o padrão de comportamento e o torna resistente à extinção, mantendo a mulher no ciclo de abuso. Ainda, este tipo de esquema pode gerar uma falsa esperança na vítima, fazendo com que a mesma acredite em uma mudança comportamental do agressor.

A ACT, por ser uma terapia comportamental, considera os esquemas de reforçamento nas suas análises para uma melhor compreensão acerca do surgimento dos comportamentos e dos seus mantenedores, o que se aplica tanto ao comportamento verbal (público ou privado) quanto ao comportamento propriamente dito (ação).

O QUE É TERAPIA DE ACEITAÇÃO E COMPROMISSO (ACT)?

A Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) é uma abordagem comportamental contextual que postula que a chave para abordar as dificuldades e promover flexibilidade psicológica não está na forma e no conteúdo dos pensamentos e sentimentos, mas na função e no contexto destes. A flexibilidade psicológica é a capacidade de se relacionar de forma flexível com experiências privadas e de se comportar de uma maneira que responda às contingências ambientais e seja consistente com os próprios valores. Possui processos centrais que incluem aceitação, defusão cognitiva, capacidade de se ver no contexto, consciência do momento presente, ação comprometida e valores (Luoma, Hayes & Walser, 2022). Tais processos são representados no hexaflex (figura 1), um modelo unificado de entendimento do funcionamento humano a partir da ACT, representado graficamente por um hexágono (Hayes & Smith, 2022).

Tal representação permite trilhar com mais facilidade os primeiros passos no entendimento dessa abordagem teórica. A proposta é que o hexágono traga para o terapeuta um olhar fluido e amplo, não tendo, portanto, um passo a passo e uma ordem fixa e cronológica para a compreensão dos processos mencionados (Hayes, Strosahl & Wilson, 2021).

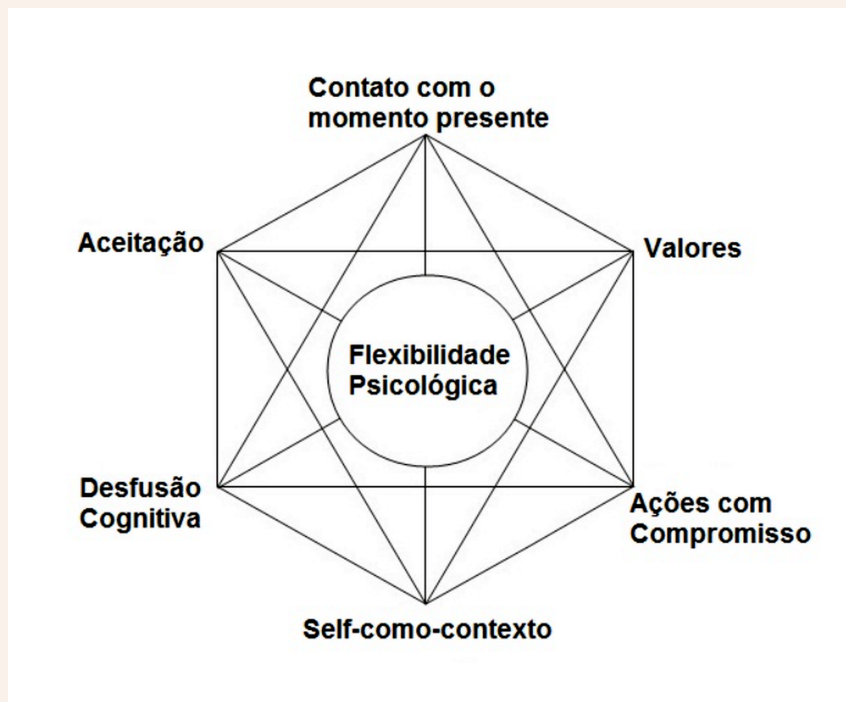


Figura 1. Hexágono da flexibilidade psicológica ou Hexaflex. Adaptado de Hayes, Strosahl e Wilson (2021, p. 104).

Para facilitar o entendimento dos leitores, vale aqui fazermos uma breve descrição dos seis pontos que compõem o hexaflex, que ilustra os conceitos de flexibilidade e inflexibilidade psicológica. O lado esquerdo do hexaflex é composto pela *aceitação*, que é entendida como o ato de abraçar plenamente nossa experiência pessoal (Hayes, 2023). Podemos ainda compreendê-la como o processo de optar por sentir os pensamentos e sentimentos com receptividade e curiosidade. O seu oposto é a *evitação experiencial*, que é a indisponibilidade em lidar com eventos internos aversivos, levando os sujeitos a tentativas de reduzir sua forma, frequência ou intensidade (Hayes, 2023). Também do lado esquerdo do hexaflex está a *desfusão cognitiva*, que é a capacidade de nos desprendermos do conteúdo dos nossos pensamentos, que dessa forma deixam de ser literais e avaliativos, reduzindo-se a influência dos mesmos na regulação emocional dos comportamentos (Hayes & Smith, 2022). O contraponto é a *fusão cognitiva*, que representa um estado de literalidade do pensamento, ou seja, ocorre quando o indivíduo está sob controle excessivo do comportamento verbal (Hayes, 2023).

Ao centro do hexaflex temos o *contato com o momento presente*, que é o processo que envolve a capacidade de prestar atenção ao que está acontecendo no momento atual, estabelecendo uma conexão consciente com a experiência atual, interna ou externa, de forma focada, voluntária e flexível (Hayes, 2023; Hayes et al., 2021). O inverso é a *atenção rígida* focada no passado ou futuro, que exige um esforço contínuo para tentar evitar “problemas”, e que pode levar ao enrijecimento da atenção (Hayes et al., 2021). Também ao centro, porém do lado debaixo do hexaflex, temos o *self como contexto*, que é a flexibilização das crenças sobre si (Hayes & Smith, 2022). O seu paralelo é o *self como conteúdo*, que representa a integração de diversos autoconceitos fundamentais para o indivíduo. Eventos que ameaçam esses autoconceitos de self podem ser interpretados como um risco ao próprio indivíduo, levando ao sofrimento e à evitação experiencial (Hayes, 2023).

No lado direito do hexaflex podemos observar outros dois conceitos fundamentais. Os *valores*, que são definidos como direções de vida escolhidas, desejadas e globais, as quais são construídas verbalmente (Luoma et al., 2022). Em outras palavras, os valores são eventos internos escolhidos livremente em áreas distintas (trabalho, educação, família, relacionamentos, entre outros), que resultam de padrões de comportamento específicos e dinâmicos. O seu contraste são os *valores pouco claros ou indefinidos*, que podem resultar em comportamentos disfuncionais, tornando o indivíduo suscetível a se comportar para agradar à vontade alheia e/ou ainda, de forma evitativa. Também do lado direito do hexaflex estão as

ações com compromisso, que se referem à habilidade de comportar-se, momento a momento, de modo consistente com os valores, como parte de um padrão de ação ampliado e em constante expansão (Hayes et al., 2021). Seus paralelos podem ser a *inação* ou *impulsividade*, que expressam padrões de comportamento que tiram o sentido da vida. Em termos mais comumente empregados, tratar-se-ia de comportar-se no modo automático.

Esses seis pontos que compõe o hexaflex funcionam de forma dinâmica, resultando ora em flexibilidade, ora em inflexibilidade psicológica, o que depende do contexto e da história de contingências comportamentais às quais o indivíduo esteve submetido. A ACT difere da Terapia Cognitivo-comportamental (TCC) e de outras perspectivas dominantes na sua ênfase na alteração da forma como a pessoa se relaciona com pensamentos, sentimentos e outras experiências privadas, em vez de tentar mudá-los (Hayes, 2023; Hayes & Smith, 2022). O foco do tratamento ACT é aumentar a flexibilidade da resposta ao ambiente e ajudar o paciente a viver de forma consistente com os próprios valores, o que é mais fortemente enfatizado do que a redução do sofrimento.

ANÁLISE DE COMPORTAMENTOS DE ALICE: FLEXIBILIDADE X INFLEXIBILIDADE

Amparado no modelo da ACT, o presente capítulo tem como objetivo apresentar uma análise crítica sobre a relação de alguns aspectos dos componentes do hexaflex com a vivência do relacionamento abusivo, a partir da experiência de Alice, personagem fictícia do filme “Querida Alice”.

Com este propósito, foram utilizados os seguintes procedimentos: decomposição e descrição do filme, separando e extraíndo elementos que normalmente não são observados quando se assiste a um filme apenas por entretenimento; e, estabelecimento de conexões entre as partes isoladas, reconstruindo e interpretando o filme a partir dos elementos analisados, porém sem perder de vista o próprio filme. No que se refere às conexões, deu-se destaque às relações entre discursos e atitudes da protagonista, e às categorias de análise, através do modelo da ACT, visando derivar sugestões de possíveis intervenções sob a perspectiva desse modelo. A partir de cenas do filme “Querida Alice”, recorreu-se à literatura selecionada para articular a problemática apresentada no filme com dados de pesquisas realizadas sobre violência doméstica (relacionamento abusivo).

Para fins didáticos, apresenta-se, nesta seção, uma síntese do filme, seguida pela análise de comportamentos da protagonista sob perspectiva dos pilares da inflexibilidade psicológica: fechada, desatenta e descomprometida. Para tanto, ressalta-se que o ambiente no qual ela vive e seu histórico de contingências, que aqui inferimos por meio da extrapolação, favoreceram o desenvolvimento de padrões comportamentais que entendemos como pertencentes à classe de comportamentos que expressam inflexibilidade psicológica. Finalmente, ainda nesta seção, são apresentadas algumas estratégias de intervenção que poderiam ser úteis para promover maior flexibilidade psicológica, no caso da protagonista.

Querida Alice: Síntese do Filme

“Querida Alice” (*Alice, Darling*) é um filme que acompanha a protagonista, Alice, uma jovem mulher que está envolvida em um relacionamento tóxico com seu namorado, Simon. A história se desenrola em um retiro de férias com suas melhores amigas, Tess e Sophie, onde Alice começa a confrontar as complexidades de sua relação conjugal.

No enredo, Alice é retratada como uma mulher inteligente e talentosa, mas que gradualmente perdeu sua autoconfiança e autonomia devido ao controle emocional e psicológico exercido por Simon. O filme começa apresentando Alice, que parece estar vivendo uma vida comum, mas que carrega consigo sinais de ansiedade e desconforto. Ela está em um relacionamento com Simon, um homem carismático e controlador, que exerce uma influência dominante sobre ela. Simon não é fisicamente violento, mas sua manipulação emocional é sutil e constante, fazendo com que Alice questione sua própria percepção da realidade e se sinta cada vez mais isolada.

Alice está visivelmente abalada, mostrando comportamentos como roer as unhas, ter pesadelos e se sentir constantemente ansiosa. Ela parece estar presa em um ciclo de dependência emocional, no qual tenta agradar a Simon e evitar conflitos, mesmo que isso signifique sacrificar sua própria felicidade e identidade. A trama ganha força quando Alice decide se juntar a

suas duas melhores amigas, Tess e Sophie, para um retiro de férias em uma cabana à beira de um lago (porém, ela mente ao Simon e diz que é uma viagem à trabalho). Esse momento é decisivo, pois é a primeira vez que Alice se afasta de Simon por um período prolongado. No entanto, mesmo longe dele, Alice não consegue se desconectar completamente. Simon a bombardeia com mensagens e ligações, criando uma atmosfera de tensão e controle remoto (*e.g.*, pede a ela que mande fotos sensuais, e é visível o desconforto da protagonista; ou pede a ela que volte mais cedo da viagem).

Durante o retiro, as amigas começam a perceber que algo está profundamente errado com Alice. Tess e Sophie notam sua ansiedade, seu isolamento, sua dificuldade em relaxar e sua obsessão em responder às mensagens de Simon. Elas tentam, de maneiras diferentes, ajudá-la a se abrir e a enfrentar a realidade de seu relacionamento. À medida que os dias passam, Alice começa a ter momentos de introspecção. Ela reflete sobre como seu relacionamento com Simon a transformou em uma versão distorcida de si mesma. Em *flashbacks*, o filme revela como Simon gradualmente minou sua autoconfiança, isolou-a de amigos e familiares e a fez acreditar que ele era a única pessoa que realmente a entendia e amava.

Um dos momentos mais impactantes ocorre quando Alice finalmente confronta Simon, diretamente ou através de uma conversa com suas amigas. Ela começa a perceber que o amor que sente por ele está intrinsecamente ligado ao medo e à dependência emocional. Esse é um ponto de virada, onde Alice começa a questionar se vale a pena permanecer em um relacionamento que a destrói por dentro. O clímax do filme ocorre quando Alice toma uma decisão sobre seu futuro. Ela precisa escolher entre continuar no relacionamento abusivo, onde se sente segura, mas infeliz, ou enfrentar o desconhecido e buscar sua independência. Esse momento é carregado de tensão emocional, pois Alice luta contra seus medos e inseguranças.

Nas cenas finais, após um longo processo de reflexão e apoio de suas amigas, Alice decide se libertar do controle de Simon. Ela não necessariamente o confronta de forma dramática, mas toma pequenos passos para recuperar sua autonomia, como silenciar suas notificações, ignorar suas mensagens ou até mesmo bloquear seu número. Essas ações, embora simples, representam um grande passo em sua jornada de empoderamento. O filme não termina com um final convencionalmente feliz, mas com um senso de esperança: Alice não está completamente curada ou livre de suas cicatrizes emocionais, mas ela começa a reconstruir sua vida e a redescobrir quem ela é fora do relacionamento com Simon. O apoio de Tess e Sophie é fundamental nesse processo, mostrando a importância da amizade e da rede de apoio em situações de abuso emocional.

O filme aborda de forma sensível e realista os mecanismos de controle e manipulação em relacionamentos abusivos, mostrando como a vítima pode ficar presa emocionalmente. Também demonstra a importância da amizade e do apoio emocional, um tema central, destacando a importância das amigas para que Alice consiga ver e perceber na situação de forma realista.

Inflexibilidade Psicológica de Alice: Fechada, Desatenta e Descomprometida

Os dois pontos de inflexibilidade psicológica, evitação e fusão, podem ser combinados em um pilar chamado de *fechado*, o que corresponde ao estreitamento do repertório comportamental. Para a ocorrência de variação comportamental, é necessário que existam diferenças ou mudanças entre unidades comportamentais de um universo determinado, sendo as unidades cada uma das instâncias do comportamento, e o universo seria o conjunto dessas unidades (*e.g.*, Em um experimento no qual se investiga a variabilidade dos desenhos de uma criança, a unidade poderia ser cada desenho feito, e o universo, todos os desenhos feitos desde o início do experimento) (Hunziker & Moreno, 2000, citado por Abreu-Rodrigues, 2005). No modelo ACT, essa restrição na variabilidade é alimentada pela evitação experiencial e fusão cognitiva, e o trabalho clínico direcionará esses processos para criar mais abertura e flexibilidade de resposta.

Alice é *fechada*, o que se evidencia em ocasiões como, por exemplo, no carro, quando ela e as amigas estão no caminho para a cabana, Alice para de cantar e se divertir ao ver a mensagem de texto de Simon, passando a lembrar de momentos com ele. Logo em seguida, ela vomita na estrada. Na cena subsequente ela diz: "Não devia ter olhado o celular. Foi mal".

A remoção dessas restrições na variação comportamental e a promoção de mais cooperação entre os componentes do repertório da pessoa libertam-na para que modifique seu comportamento e se ajuste melhor ao contexto (Luoma et al., 2022). É difícil fazer isso, no entanto, quando os próximos dois pontos de inflexibilidade psicológica – desatento e/ou descomprometido –, também presentes no repertório de Alice, interferem no processo.

Outros pontos de inflexibilidade combinados em um pilar chamado de *desatento*, seriam a dominância do passado e futuro conceitualizados e apego ao eu conceitualizado. Este pilar é prejudicial à mudança de comportamento intencional (Luoma et al., 2022). Quando as pessoas estão desenvolvendo repertórios comportamentais intencionais, é importante que eles façam contato consciente com o contexto para desenvolver comportamentos eficazes nesse contexto. As pessoas que estão mudando precisam saber onde estão e em que se concentrar, a fim de gerar variações com probabilidade de sucesso. Mudar intencionalmente é muito mais difícil, e provavelmente as pessoas não logram êxito nessa empreitada quando perdem detalhes importantes de seu ambiente externo e interno, quando não conseguem manter a atenção no que é importante ou desviá-la do que não é importante, ou ainda quando não conseguem se desvencilhar de histórias rígidas sobre si e sobre os outros.

Alice mostra-se *desatenta* em situações nas quais fica ruminando sobre o passado, e não vivencia seu momento presente, como na cena em que está cortando legumes na cozinha com as amigas e fica pensando em Simon, o que a faz ficar visivelmente nervosa (e.g., morde os lábios inferiores). Em seguida diz às amigas que tem muito trabalho a fazer e que precisa voltar mais cedo para sua casa. Tess protesta, pois é o seu aniversário, e se Alice fosse embora, perderiam a oportunidade de comemorarem juntas.

Já o terceiro pilar, que se chama de *descomprometido*, que tem a combinação de falta de clareza de valores e ações desconectadas (inatividade), é a incapacidade de selecionar mudanças positivas ou mantê-las por meio da prática, impossibilitando as pessoas de encontrar formas de se mover em direções valorizadas e de se aproximar dos fins desejados, não selecionando e mantendo as variações que funcionam.

Observa-se a falta de clareza de valores e inatividade, ou seja, o *descompromisso* na protagonista quando, por exemplo, no seu fim de semana na cabana, tem poucas interações com suas amigas, deixando de vivenciar momentos ao lado delas. Manifesta, então, uma ação desconectada com um dos seus valores (manter uma conexão com suas amigas).

A ACT se propõe a mudar a forma como as pessoas se relacionam com os seus pensamentos e emoções (comportamento privado), ao invés de tentar mudar o conteúdo. Pensamentos exercem poder sobre as pessoas, as aprisionam em diversas condições nocivas. Ocorre, então, sofrimento psicológico, quando elas passam a se comportar da mesma maneira que pensam, ou seja, não fazem uma distinção entre pensamentos e comportamentos. Acreditam tão fortemente nos conteúdos literais dos seus pensamentos que ficam fusionadas com suas crenças.

No caso de Alice, ao passar um final de semana na cabana do lago com as amigas Sophie e Tess, tende a isolar-se. É necessário que as amigas a chamem constantemente para interagir com elas. É importante ressaltar que ela se isola e permanece imersa em pensamentos sobre o seu relacionamento com Simon. Nessas ocasiões, revive cenas dele dizendo “Você só finge ser essa vítima sonsa. Fica sentada com aquela cara de coitada. Estou tentando falar com você, pedindo para você fazer alguma coisa! É exatamente isso que você faz. Estou cansado de carregar você”. Isso retrata o quanto ela está fusionada com esses pensamentos direcionados ao seu relacionamento com Simon, privando-se da convivência com as amigas, e, consequentemente, perdendo oportunidades de desfrutar de possíveis reforços positivos (e.g., conversar com as amigas, rir de piadas na conversa com elas, tocar violão e cantar com Sophie etc.).

Quando acatamos nossos pensamentos e sentimentos, damos tanta atenção a eles que não podemos nos concentrar em mais nada ou permitimos que nos digam o que fazer (Harris, 2024). Em algumas circunstâncias, esse resultado pode ser adaptativo, mas em outros casos as pessoas podem se engajar repetidamente em conjuntos de estratégias ineficazes porque para elas parecem ser “certas” ou “justas”, apesar das consequências negativas no mundo real. Pessoas que se fundem às próprias crenças provavelmente irão ignorar a experiência direta e se tornar relativamente alheias às influências ambientais (Hayes et al., 2021).

O dano causado pela fusão cognitiva é igualmente destrutivo em relação ao nosso senso de direção na vida e ao nosso comportamento guiado por objetivos. Nossas escolhas vitais mais importantes passam a ser baseadas em como não evocar conteúdo pessoal angustiante em vez de seguirmos na direção do que mais profundamente valorizamos. As pessoas perdem completamente seus pontos de referência porque estão muito ocupadas em monitorar o nível de risco de cada evento, interação ou situação (Hayes et al., 2021).

Em um estado fusionado, a pessoa segue a regra de que há uma “forma certa de ser” e de que a “forma certa” é feliz. Atingir a forma certa de se sentir se transforma em um esforço constante. Em uma das cenas do filme no qual Alice compartilha com Tess e Sophie detalhes sobre o seu relacionamento com Simon, fica evidente esse esforço: “Nunca sei o que pode deixá-lo bravo, então eu passo o tempo todo tentando ser boa, pensando em como posso ser melhor. Como se eu pudesse purificar meus pensamentos. Mas não dá...nunca parece bom o bastante”. Ainda, na mesma cena, Alice verbaliza que o Simon não a machuca, ou seja, parece entender que a violência é só física, não levando em consideração a violência psicológica que sofre. Geralmente algumas pessoas não discriminam aspectos da violência psicológica vivenciada, sendo um dos fatores que colaboram para manter-se num relacionamento abusivo.

Estudiosos e pesquisadores da ACT acreditam que a maneira como formulamos e expressamos nossos pensamentos é essencialmente simbólica e está ligada à linguagem humana. O significado simbólico confere às palavras e às imagens mentais uma realidade praticamente semelhante à dos objetos e eventos físicos do mundo externo. As relações que fazemos entre uma palavra e sua representação nos possibilitam evocar aquilo a que está associada, mesmo quando o objeto (que pode ser uma pessoa) está totalmente ausente (Hayes, 2023). A título de exemplificação disso, há uma cena em que Alice está dormindo e acorda com Simon dizendo: “Ei, eu quero você” (apenas na cabeça dela); pensar e imaginar a cena gera comportamentos de tensão e nervosismo, e nesse momento ela permanece sozinha no quarto, enquanto as amigas se divertem ouvindo música. Em outra cena, ela coloca uma presilha no cabelo (que supostamente foge do estilo de se vestir imposto por Simon), mas logo retira após receber uma mensagem de texto dele no celular. Ambas as situações narradas demonstram que Simon, mesmo estando ausente, exerce o papel de S^D, influenciando o comportamento de Alice.

A capacidade humana de pensar e raciocinar é algo extraordinário, uma vez que enche nossa consciência com um fluxo interminável de conexões verbais. Isso pode ser algo maravilhoso, mas também pode ser terrível e aversivo. A linguagem humana sustenta a capacidade de realização de várias situações que envolvem comunicação com outras pessoas, planejamento e participação na solução de problemas. Podemos também sonhar com o que desejamos e trabalhar na direção da realização de tais desejos. No entanto, segundo Luoma et al., (2022), os mesmos elementos cognitivos e verbais que permitem essas possibilidades também nos fazem sofrer, o que pode ser observado nas falas de Alice:

Às vezes, eu fico com uma palavra ou um ditado na cabeça. Tipo uma frase que não desaparece, e que fica se repetindo continuamente, até que não ouço mais nada. E, durante um tempo, essa voz me perguntava: ‘quais são as chances?’ ‘Quais são as chances?’ ‘Quais são as chances?’ ‘Quais são as chances de eu não sobreviver a isso?’ ‘Quais são as chances de eu não querer?’ E ultimamente tem sido alguém me perguntando: ‘o que vai fazer com essa vergonha?’ E é a minha voz, mas não é.

Pensamentos e sentimentos são interessantes e importantes, mas não devem necessariamente ditar o que acontece a seguir, ou seja, mesmo que essa “fala interna” seja frequente e aversiva, cause sofrimento, não deve impedir que se viva uma vida significativa e valorizada. Se para Alice é importante vivenciar momentos com suas amigas Sophie e Tess, pensamentos e sentimentos desagradáveis não devem impedi-la de estar com suas amigas e desfrutar de bons momentos com elas.

Sendo assim, também consideramos que algumas propostas de intervenção em ACT para o caso de Alice, apresentadas a seguir, sejam relevantes.

Intervenções em ACT para o Caso de Alice: Promovendo Abertura, Consciência e Engajamento

Tendo em vista a inflexibilidade psicológica de Alice, e sua tendência a se comportar com atenção dispersa e falta de contato com valores, e o sofrimento que esses padrões acarretam, poder-se-ia propor algumas estratégias, no contexto de um processo psicoterápico fundamentado no modelo da ACT, visando estabelecer uma maior flexibilidade psicológica (objetivo imediato da ACT). Assim, serão apresentadas sugestões de intervenção direcionadas à promoção de desfusão cognitiva, atenção plena e ações conectadas com os próprios valores.

Tendo em vista a fusão cognitiva observada em Alice, um (a) psicoterapeuta ACT poderia propor intervenções clínicas que incluíssem a abordagem de questões amplas que a ajudassem a entrar em contato com as contingências ambientais. Metáforas ilustrativas com significado pessoal para a protagonista poderiam contribuir para que ela vivenciasse as contingências, mesmo não entrando em contato direto com as mesmas, e usasse a sua capacidade de cognição para aprender novos comportamentos. A importância desse processo é expressa no título do livro de um dos criadores da ACT, Steven Hayes (Hayes & Smith, 2022): "Saia da sua mente e entre na sua vida". Visando promover a desfusão cognitiva, o processo psicoterápico poderia ajudar Alice a tratar os seus pensamentos pelo que eles realmente são: "apenas pensamentos".

Para Hayes (2023), a desfusão é o processo de nos distanciarmos de nossos pensamentos e começarmos a nos libertar das redes de pensamentos negativos. Os pensamentos sobre o companheiro da personagem (quase sempre julgamentos) estavam presentes mesmo em sua ausência, causando dor e sofrimento. A cena que mostra Alice indo para a cabana com as amigas, ilustra a influência dos pensamentos nas reações emocionais e físicas da personagem. Olhar o celular foi um S^D para que ela vivenciasse pensamentos de controle aversivo exercido por Simon. Assim, inferimos que Alice se beneficiaria desse processo de desfusão cognitiva.

Outra técnica de desfusão, a ser usada além das metáforas, é a de observar seus pensamentos e sentimentos com curiosidade (mesmo sendo aversivos) e nomeá-los sem julgamentos: por exemplo, "isso é ansiedade" ou "estou me sentindo ansiosa". Segundo Harris (2024), quando percebemos e nomeamos nossos pensamentos e sentimentos difíceis, reduzimos seu efeito em nosso comportamento. E, ainda, quanto menos conscientes estivermos de nossos pensamentos e sentimentos, menos controle teremos sobre nossas ações, sobre o que dizemos e fazemos, sendo menos provável, nesse caso, emitir comportamentos de contracontrole em nossas relações.

Para aumentar a flexibilidade psicológica de Alice, o psicoterapeuta ACT também poderia utilizar estratégias que visam promover a atenção plena, ou seja, a habilidade de permanecer atento ao momento presente. A atenção não flexível de Alice pode ser ilustrada nas seguintes cenas:

1. Alice começa a lembrar de situações vividas com Simon; as cenas mostram as amigas se divertindo e a personagem imersa nos seus pensamentos, à distância, ao mesmo tempo em que arranca tufo de cabelo; e
2. Alice está dormindo e acorda (apenas na cabeça dela) com Simon dizendo: "Ei, eu quero você", o que a deixa ansiosa, enquanto, perto dali, as amigas se divertem ouvindo música.

Para Hayes (2023), os processos de atenção não flexível se revelam como ruminação sobre o passado, preocupação com o futuro ou submersão em nossa experiência atual. Para Harris (2024), o passado já aconteceu e o futuro ainda não existe, então só podemos agir aqui e agora. E, para agir com eficácia, precisamos estar psicologicamente presentes, o que significa estarmos conscientes do que está acontecendo, de como estamos reagindo e de como desejamos responder.

A prática de *mindfulness* poderia ser uma alternativa para ajudar Alice a entrar em contato com o momento presente e estar mais suscetível a sentir as contingências do ambiente, emitindo as melhores respostas para as situações atuais. Existem diversas versões de *mindfulness* e algumas até controversas. Todavia, aqui entendemos como um conjunto de habilidades

psicológicas para uma vida eficaz que envolve prestar atenção ao seu redor com abertura, curiosidade e flexibilidade (Harris, 2024). Como exemplo hipotético, a/o psicoterapeuta poderia usar com a “cliente Alice” a sugestão de quatro práticas simples: (a) perceba o seu ambiente; (b) agora, perceba o seu corpo; (c) perceba a sua respiração; e (d) perceba os sons ao seu redor.

Por último, mas não menos importante: o terapeuta precisa trabalhar com os valores. Em ACT, valores são consequências livremente escolhidas e verbalmente construídas de padrões de atividade contínuos, dinâmicos e em evolução, que estabelecem reforçadores predominantes para essas atividades, e que são intrínsecos ao engajamento no próprio padrão comportamental valorizado (Hayes et al., 2021). Um(a) psicoterapeuta ACT sempre visa clarificar com o cliente os seus valores, que servem como uma bússola para dar direção a uma vida valorizada. Não existem valores certos ou errados, pois cada cliente possui uma história de contingências que fará emergir os seus valores. Os valores são os desejos mais profundos do seu coração, sobre como você deseja tratar a si mesmo, aos outros e ao mundo ao seu redor, além de qualidades pessoais que deseja expressar nas coisas que diz e faz (Harris, 2024).

Alice parece não ter clareza dos seus valores, o que provavelmente se dá em razão do controle aversivo de Simon: Esse controle pode ser observado (a) quando, em conversa sobre um possível trabalho que ela demonstra estar inclinada a aceitar, Simon diz: “acho que você consegue algo melhor”; e (b) em falas de Simon sobre as amigas dela:

Escuta! esquece essa história. Já conversamos sobre isso. Você disse que não consegue ser você mesma com elas. Quando se encontram, você se diverte? Por que se coloca nessa situação? Você se sente melhor ou pior? Acho que já sabe o que tem que fazer. Existe uma solução bem simples. Você não precisa mais delas na sua vida. É difícil. Eu sei que é. Amadurecer é saber a hora de desapegar.

A ausência de clarificação dos valores pode promover a sensação de que se está perdido na vida, sem um destino a ser seguido, e, ainda, uma sensação de não completude. Ter os valores clarificados dá uma sensação de empoderamento. Quanto melhor conhecemos nossos valores, mais fácil será agir de acordo com eles; e quanto mais agimos de acordo com nossos valores, melhor podemos moldar nossa vida de maneira significativa (Harris, 2024).

Um(a) psicoterapeuta ACT poderia usar um *Checklist* de valores com Alice. Após clarificar cada ponto dos valores dela, poderia avaliar e traçar, em conjunto com ela, recursos comportamentais para seguir pequenas metas em direção aos valores pessoais, no presente momento da vida dela.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A violência doméstica, reconhecida pela OMS como um problema de saúde pública, é impactada por elementos individuais, relacionais, sociais e comunitários. Trata-se de um fenômeno global, que varia desde atos de intimidação até agressões físicas e homicídios, gerando consequências negativas para a saúde e o bem-estar das mulheres e suas famílias. Este texto concentrou-se na violência psicológica, caracterizada por ações ou omissões que afetam a autoestima, identidade ou crescimento da vítima, envolvendo práticas como humilhação, ameaças e isolamento social. Esse tipo de violência frequentemente antecede a agressão física e está fundamentada em relações de gênero desequilibradas, que perpetuam comportamentos machistas e abusivos. Os agressores oscilam entre gestos de afeto e atitudes violentas, estabelecendo um padrão de reforço intermitente que mantém a vítima presa no ciclo de abuso, dificultando sua saída. A ACT emprega a análise desses padrões de reforçamento para entender e intervir nos comportamentos abusivos e nas dinâmicas que os perpetuam.

No presente ensaio, inferimos que o controle aversivo exercido por Simon sobre Alice produziu nela o que chamamos de comportamentos inflexíveis, gerando sofrimento. Portanto, a ACT, como proposta terapêutica, poderia ajudar a protagonista a tomar consciência das variáveis de controle do seu comportamento, passando, assim, a agir habilmente, emitindo comportamentos de contracontrole nas situações aversivas que a cercam. Na perspectiva da violência doméstica, a ACT pode ser uma excelente ferramenta tecnológica para auxiliar no aumento da flexibilidade psicológica da vítima, o que a coloca em melhores condições de sair desse contexto violento.

Também pode ser uma abordagem útil em contextos educacionais (ou psicoterápicos) com os perpetradores de violência doméstica (homens). A resposta inicial e a detenção da polícia não são suficientes para proteger as vítimas da recorrência de abusos. A partir desse entendimento, muitos países exigem a participação em programas de intervenção para agressores (homens) que foram acusados de agressão contra uma parceira íntima (Zarling & Berta, 2017). Logo, a ACT pode se concentrar em ensinar os homens a escolher comportamentos que sejam consistentes e respeitosos para com a sua parceira, mesmo na presença de pensamentos do tipo “Ela não me quer” (e.g., pensamento do Simon). Coloca-se também os valores pessoais dos participantes (homens agressores) em primeiro plano, com destaque para aqueles que não infligem violência em outrem, sendo esses usados como motivadores para a mudança de comportamento.

Para Hayes (2023), a ACT é uma terapia comportamental “casca grossa”, focada na mudança comportamental. Por isso não se pronuncia o acrônimo de forma separada e, sim *ACT*, do inglês Ação. No caso de Alice, o propósito fundamental de uma terapia no modelo da ACT seria promover a consciência sobre os seus valores pessoais e sobre as fontes (aversivas) de controle sobre o seu comportamento, favorecendo a defusão cognitiva e a flexibilidade psicológica, de modo a dar espaço para a emergência de comportamentos mais alinhados aos seus valores e em consonância com as contingências, reduzindo o controle exercido pelos seus pensamentos e sentimentos, predominantemente aversivos e oriundos de um relacionamento tóxico e marcado pela violência psicológica. Assim, a meta essencial seria torná-la livre para agir em direção ao que é valioso, ou, nas palavras de Audre Lorde, poetisa e ativista afro-americana “Quando me atrevo a ser poderosa, a usar minha força a serviço da minha visão, o medo que sinto se torna cada vez menos importante”.

REFERÊNCIAS

- Abreu-Rodrigues, J. (2005). Variabilidade Comportamental. Em J. Abreu-Rodrigues, & M. R. Ribeiro (Org.), *Análise do Comportamento: Pesquisa, teoria e aplicação* (pp. 189-210). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536304782
- Bloodworth, S. (2015). The roots of sexual violence. *Marxist Left Review*, 10. Disponível em <https://marxistleftreview.org/?issue-number=10>
- Caeran, A. F., & Porto, L. T. (2024). Violência e educação: Práticas e estratégias educativas para a prevenção e combate da violência doméstica contra as mulheres. *Contribuciones a las ciencias sociales*, 17(1), 8281- 8298. <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.1-500>
- Luoma, J. B., Hayes, S. C., & Walser, R. D. (2022). *Aprendendo ACT: Manual de habilidades da Terapia de Aceitação e Compromisso para terapeutas* (2. Ed., F. C. de S. Conte, & M. Z. da S. Brandão, trads.). Novo Hamburgo: Sinopsys. ISBN 978-6555710502
- Harris, R. (2024). *A armadilha da felicidade: pare de sofrer e comece a viver*. Rio de Janeiro: Alaúde. ISBN 978-8578816735
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2021). *Terapia de Aceitação e Compromisso: o processo e a prática da mudança consciente* (2. Ed., M. Valentim, & S. M. M. da Rosa, trads.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-6581335281
- Hayes, S. C., & Smith, S. (2022). *Saia da sua mente e entre na sua vida: a nova Terapia de Aceitação e Compromisso* (R. de C. dos S. Rocha, trad.). Novo Hamburgo: Sinopsys. ISBN 978-6555710717.
- Hayes, S. C. (2023). *Uma mente livre: como se direcionar ao que realmente importa* (Ana Gabriela, trad.). Rio Janeiro: Alta Books. ISBN 978-8550814513
- Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania (2021). *Violência doméstica e familiar contra a mulher: Ligue 180 e tudo o que você precisa saber*. Disponível em <https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/denuncie-violencia-contr-a-mulher/violencia-contr-a-mulher>
- Nogueira, E. E. (2016). *Algumas considerações sobre Análise do Comportamento, violência doméstica e o ciclo da violência*. Disponível em <http://abpmc.org.br/arquivos/textos/1505253574c40bb41beb.pdf>

- Rosales-Villacrés, M. D. L., Oyanadel, C., Changotasig-Loja, D., & Peñate-Castro, W. (2021). Effects of a mindfulness and acceptance-based program on intimate relationships in a youth sample: A randomized controlled trial. *Behavioral Sciences*, 11(6), 84. <https://doi.org/10.3390/bs11060084>
- Silva, L. L. D., Coelho, E. B. S., & Caponi, S. N. C. D. (2007). Violência silenciosa: violência psicológica como condição da violência física doméstica. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, 11, 93-103. <https://doi.org/10.1590/S1414-32832007000100009>
- Skinner, B. F. (1957/1992). *Verbal Behavior*. Acton, Massachusetts: Copley. ISBN 978-1583900215
- Soares, A. G. M. O., Barros, J. N., & Nebot, C. P. (2024). Políticas públicas para as mulheres: implementação e desafios ao enfrentamento da violência doméstica no município de Belém. *Contribuciones a las ciencias sociales*, 17(1), 5322-5340. <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.1-317>
- Zarling, A., & Berta, M. (2017). An Acceptance and Commitment Therapy Approach for Partner Aggression. *Partner Abuse*, 8(1). <http://dx.doi.org/10.1891/1946-6560.8.1.89>

IX

GÊNIO INDOMÁVEL: OS IMPACTOS DA RELAÇÃO TERAPÊUTICA NA VIDA DO TERAPEUTA¹

Viviane Alonso de Paula Sperandio²

Ana Karina C. R. de-Farias³

Título: *Gênio Indomável*

Título original: "Good Will Hunting"

Ano de lançamento: 1997

Direção: Gus Van Sant

Produção: Ben Affleck e Matt Damon

Lançado por: Miramax Films

Durante a graduação em Psicologia, autores importantes e suas abordagens são estudados e muitos conceitos são aprendidos. Até pouco tempo, quando se abordavam condutas em Psicologia Clínica, era comum que se recomendasse aos futuros terapeutas que mantivessem certo distanciamento do cliente/paciente. Algumas abordagens proibiam qualquer abertura por parte do clínico, apesar de contemplarem alguns aspectos comuns nos modelos propostos, o que se aplica a elementos como os objetivos de uma terapia e a relevância da relação que se estabelece entre o cliente e o terapeuta.

O processo terapêutico envolve um cliente que busca a ajuda de um terapeuta. Ele vai até seu consultório para uma sessão de 50 minutos. Eles falam um com o outro. A terapia tem como objetivo ajudar este cliente a ter progresso em sua vida diária. E o que acontece dentro da sessão, o que o terapeuta faz para que ele tenha este progresso? Para os terapeutas comportamentais, a resposta estaria na análise funcional dos comportamentos do cliente. Por exemplo, para a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP), uma terapia comportamental de terceira geração (considerada uma Terapia Contextual), o foco terapêutico situa-se no aqui-e-agora, o que está na base do estabelecimento de um ambiente terapêutico semelhante ao ambiente natural do cliente, para que os seus problemas possam se manifestar durante a sessão, assim como suas melhoras, as quais devem ser reforçadas naturalmente (Alves & Isidro-Marinho, 2010; Kohlenberg & Tsai, 1991/2001; Tsai et al., 2011).

É importantíssimo lembrar que muitas vezes é exigido do terapeuta que ele seja uma pessoa isenta de sentimentos e preconceitos em relação aos clientes, aberto a qualquer problema que se lhe apresente. Afinal, ele deve 'entender' tudo, em todos os significados que a palavra 'entender' tem na língua portuguesa. No entanto, ele também é uma pessoa que tem sua história de reforçamento e, se quisermos analisar funcionalmente seu desempenho profissional, devemos também levar em conta seus sentimentos e pensamentos" (Banaco, 1993, p. 75).

1. As autoras agradecem à Professora Nilse Chiapetti, pela cuidadosa revisão deste capítulo.

2. E-mail: viviane@terapeutacomportamental.com.br

3. Instagram: @camtosmultiprofissional

A relação terapêutica é um elemento considerado fundamental, e até mesmo curativo, no processo psicoterápico, em diferentes abordagens e modelos de terapia. Ela pode moldar mudanças psicológicas e sociais no cliente, gerando bem-estar e realização. Os pilares da FAP, por exemplo, são a *análise funcional do comportamento* e a *conexão genuína* (entre o cliente e o terapeuta). “A análise funcional é um processo de avaliação em que utilizamos princípios de aprendizagem para entender o que um determinado comportamento representa para o cliente no contexto da sua própria história e situação de vida” (Holman, Kanter, Tsai & Kohlenberg, 2022, p. 37). A conexão genuína entre o terapeuta e o cliente, por sua vez, refere-se à relação emocional e de confiança que se estabelece durante as sessões de terapia e que facilita a evocação (aumenta a probabilidade de resposta) e a abordagem dos comportamentos clinicamente relevantes do cliente (CCRs), promovendo as mudanças desejadas na vida do cliente.

O presente capítulo propõe uma reflexão sobre o impacto da relação terapêutica na vida do terapeuta. Pretende-se abordar, de forma breve, as seguintes questões acerca desse tema, de grande relevância nos modelos de terapia contextual ou de terceira geração, como a FAP, cuja base metodológica e conceitual, e filosófica, são, respectivamente, a Análise do Comportamento e o Behaviorismo Radical.

1. Seria, a autorrevelação ou vulnerabilização, pelo terapeuta, uma estratégia que pode contribuir para o estabelecimento de uma relação terapêutica genuína?
2. Seria a relação terapêutica capaz de mudar a vida do terapeuta?; e
3. Seria uma relação genuína entre cliente e terapeuta uma ferramenta para mudança de ambos?

Não é nosso intuito esgotar a discussão do tema, nem abordar a FAP com profundidade, mas apresentar considerações a respeito da importância da relação terapêutica no contexto do processo psicoterápico de base comportamental e apresentar exemplos dos impactos dessa interação sobre o terapeuta.

A PSICOTERAPIA ANALÍTICA FUNCIONAL (FAP)

A FAP, desenvolvida por Robert J. Kohlenberg e Mavis Tsai, propõe que o trabalho clínico seja focado na relação terapêutica, considerada um agente de produção de mudanças no comportamento do cliente em sessão. É a partir dessa relação que o cliente, ao trazer seus comportamentos tidos como problemas, consegue aprender formas mais efetivas para agir em seu contexto natural. Os comportamentos clinicamente relevantes ou CCRs são divididos em três tipos: CCR1, ou comportamentos-problema do cliente; CCR2, ou comportamentos de melhora do cliente; e CCR3, que se refere à análise do próprio comportamento pelo cliente (Kohlenberg & Tsai, 1991/2001). Os autores propõem cinco regras para observar e intervir nos comportamentos clinicamente relevantes ou CCRs:

1. Prestar atenção aos CCRs;
2. Evocar os CCRs;
3. Reforçar os CCRs2;
4. “Avaliar o efeito do responder do terapeuta sobre o responder do cliente, por meio de perguntas e observações dos efeitos das consequências do seu comportamento sobre os CCRs” (Ribeiro, Oliveira & Borges, 2017, p. 109); e
5. Fornecer meios de generalização⁴ das melhoras obtidas dentro da sessão para fora dela (ambiente natural) (Kohlenberg & Tsai, 1991/2006).

Com o desenvolvimento da FAP, surge o Modelo ACL, que propõe uma estrutura, no contexto da terapia, que favorece a regulação emocional e o estabelecimento de relações autênticas no contexto do processo psicoterápico. “A” refere-se à *awareness* (consciência); “C” refere-se à *Courage* (coragem) e “L” refere-se a *Love* (amor). Vale ressaltar que o modelo se aplica não

4. Generalização consiste no processo de responder semelhantemente a estímulos diferentes (Baum, 1994/2018; Moreira & Medeiros, 2007/2019). É objetivo de qualquer trabalho clínico que as mudanças/melhoras observadas na relação terapêutica sejam generalizadas para o ambiente natural do cliente.

apenas ao cliente, mas também ao terapeuta, que deve estar atento aos seus próprios estados emocionais e comportamentos públicos. Trata-se, então, de ter consciência ou estar atento ao outro e a si mesmo; ter coragem para ser vulnerável, fazer autorrevelações e evocar comportamentos de vulnerabilidade do outro; e ter amor ou preocupação com o cliente, com a validação de seus sentimentos (Holman et al., 2022).

Como dito, os comportamentos do terapeuta, nessa perspectiva, também passam a ser alvos de observação e intervenção. Os T1s são os “comportamentos-problema” do terapeuta, e os T2s, comportamentos-alvos do terapeuta (Kanter et al., 2011). Assim, os T1s seriam comportamentos do terapeuta que afastam o cliente de seu progresso terapêutico, e os T2s são os comportamentos do terapeuta que contribuem para o progresso do cliente (Santos & Vandenberghe, 2015).

Follette, Naugle e Callaghan (1996), abordando uma compreensão analítico-comportamental da relação terapêutica e sua potencial contribuição na promoção de mudanças no comportamento do cliente, em especial no contexto da FAP, destacam que, no início do processo, o terapeuta provê expressões gerais de aprovação ou reforçamento pelo esforço do cliente em buscar um tratamento, vir às sessões de terapia, estar envolvido na interação com o terapeuta e, fundamentalmente, por tentar mudar. Trata-se de comportamentos que os autores consideram essenciais para que a terapia ocorra. Posteriormente, o terapeuta oferece reforçamento contingente à abordagem de tópicos difíceis pelo cliente, aqueles relacionados mais diretamente às metas estabelecidas para o tratamento pelo cliente e pelo terapeuta. O terapeuta passa, então, gradualmente, a selecionar classes de respostas ou comportamentos⁵ que representam mudanças comportamentais importantes, tendo em vista os objetivos do tratamento, ao mesmo tempo em que busca promover a generalização daqueles.

MODELO ACL

Um estudo de Silveira e Guenzen (2013), sobre autorrevelação dos terapeutas em sessão, demonstrou que a intimidade tem influência positiva na relação terapêutica e, por conseguinte, no progresso terapêutico. Para exemplificar a construção da habilidade de construir intimidade, por parte do terapeuta, Cordeiro e de-Farias (2018) realizaram a análise do filme “Um senhor estagiário”, com Robert De Niro e Anne Hathaway. O filme não trata de psicoterapia, mas demonstra claramente algumas das habilidades a serem desenvolvidas por terapeutas. De Niro é um aposentado, à procura de ocupação. Hathaway está envolvida na construção e manutenção de seu empreendimento, que cresceu mais rápido do que esperava. Seu CEO (do inglês Chief Executive Officer; diretor executivo) contrata De Niro para auxiliar a chefe. Ela tenta demiti-lo e afastá-lo a todo custo. Entretanto, pacientemente ele se mostra presente, à disposição, como uma audiência não-punitiva, e a conquista com uma autorrevelação.

O Modelo ACL, Consciência, Coragem e Amor, foi desenvolvido para auxiliar terapeutas clínicos em suas análises funcionais das relações sociais íntimas. Como foi mencionado anteriormente, a consciência em contexto clínico se refere ao terapeuta estar atento às necessidades do cliente no momento presente, bem como estar atento às suas próprias necessidades; ser corajoso implica evocar comportamentos relevantes, e estar pronto a tentar novas estratégias clínicas, além de ser autêntico, usando a autorrevelação, sempre a serviço do crescimento do cliente (Tsai, Callaghan & Kohlenberg, 2013). E, por fim, o “amor envolve agir para o bem da outra pessoa” (Holman et al., 2022).

O terapeuta só conseguirá aplicar as cinco regras e observar os comportamentos-alvo quando a relação terapêutica estiver bem estabelecida. Para tal, o ambiente terapêutico deverá ser minimamente punitivo. O cliente deverá sentir que aquele lugar é de segurança e que ele poderá confiar no terapeuta. Comportamentos tanto do cliente quanto do terapeuta se modificam ao longo do processo (Alves & Isidro-Marinho, 2010). Essas mudanças podem ser exemplificadas no filme “O Gênio Indomável”.

5. Classes de respostas (ou de comportamentos) consistem em um conjunto de respostas que podem ser topograficamente diferentes, mas que possuem a mesma função no ambiente no qual o organismo opera (Baum, 1994/2018; Moreira & Medeiros, 2007/2019).

O FILME

A história é sobre Will (interpretado por Matt Damon), o gênio que dá nome ao filme. Inicialmente, pode-se pensar que se trata de “mais do mesmo”: a história de um jovem problemático e seu terapeuta. Mas, o filme possibilita um debate sobre questões a respeito do impacto da relação que se estabelece entre o cliente e o terapeuta, no contexto da terapia, sobre ambos. Assim, vale considerar quem mudou a vida de quem, na interação estabelecida: terapeuta ou cliente? Ou ainda terapeuta “e” cliente? E, fundamentalmente, o quanto a relação terapêutica pode ter impacto na vida do terapeuta, foco do presente capítulo.

O Cliente

Will Hunting, 20 anos, faxineiro de Harvard (é importante guardar este dado), é um jovem de classe baixa, órfão, com várias passagens em lares adotivos, nos quais sofreu abuso físico, sexual e psicológico.

Durante seu turno de limpeza, Will encontra em uma lousa um desafio matemático, proposto por um professor da universidade, Gerald Lambeau (Stellan Skarsgård). Agilmente, Will o resolve. Ao descobrir, o professor tenta descobrir a “mente brilhante” que o resolveu, mas não havia sido nenhum de seus alunos. Quando encontra, fica surpreso e sem entender como um jovem faxineiro seria capaz de tal proeza.

Ao investigar a vida de Will, o professor descobre que ele estava cumprindo pena por ter se envolvido em uma briga, e consegue sua soltura com uma condição: Will teria que estudar com ele e fazer sessões de terapia. Inicia-se, então, a saga da busca por um terapeuta para Will. Ele passa por cinco terapeutas, até chegar em Sean Maguire, velho amigo do professor Lambeau. O professor diz a Sean: “Ele é igual a você, vieram do mesmo bairro”. Lambeau completa dizendo que, além de virem do mesmo bairro, possuem a mesma história, o que poderia favorecer a terapia. Aqui, já é possível levantar algumas questões que envolvem o terapeuta: ter semelhanças com o cliente, histórias de vida parecidas, realmente facilitaria o processo terapêutico? Estar onde o cliente esteve possibilitaria maior empatia?

Muitas vezes, as histórias pessoais se repetem, tais como as que remetem a perdas e ganhos. Perdas podem ser ilustradas por situações como um luto por morte de um ente querido, ou uma demissão inesperada, e ganhos podem incluir ganhar um prêmio, ser promovido, ter um filho, entre outros eventos. São situações da vida que todos nós podemos viver, e isso inclui terapeutas e clientes. No caso de Will e Sean, existiam a história de abuso físico e sexual e o fato de terem morado no mesmo bairro. Vandenberghe e Pereira (2005), baseados em Kohlenberg e Tsai (1991/2001), dizem que “a capacidade de compreender as dificuldades do cliente e de se envolver no processo de mudança advém de quando o terapeuta passou por contingências similares às quais o cliente está passando. Assim, a pessoa do terapeuta, com as suas vivências, se torna importante para o processo terapêutico” (p. 132).

Então, assim como o cliente é uma pessoa em sofrimento em busca de ajuda, o terapeuta também pode ser. Por isso, uma das funções do supervisor clínico é orientar o terapeuta iniciante a discriminar seu próprio comportamento e o do cliente, levando-o a perceber que características suas podem atrapalhar o processo terapêutico (Abreu-Motta, de-Farias & Coelho, 2010; Otero, 2004). Vale a pena ressaltar que nem sempre os cursos de Graduação preparam, suficientemente, alunos de Psicologia, para os atendimentos iniciais. Diante disso, além de uma boa formação conceitual, é relevante pensar em estratégias que possam desenvolver, antes do primeiro contato com os clientes, algumas habilidades terapêuticas essenciais, tais como empatia, autenticidade, aceitação, capacidade de ouvir e de observar, estar seguro de si, ser disponível, usar de forma criteriosa o humor e ser criativo (Abreu-Motta et al., 2010; Banaco & Zamignani, 1999; Silveiras & Gongora, 1998).

O Terapeuta

Sean Maguire (Robin Williams) é professor de Psicologia. Recentemente, perdera sua esposa devido a um câncer. Encontra-se ainda vivenciando o processo de luto. Tivera uma infância difícil, marcada por abuso físico e psicológico, ao lado de um pai alcoolista e violento.

As Sessões

Primeira sessão

O terapeuta Sean sabe que Will fará de tudo para não estar ali, como agiu para não estar no lugar de cliente junto aos terapeutas anteriores. Sean, em um primeiro momento, também não gostaria de atendê-lo, mas foi convencido por Lambeau.

Will observa a sala, com vários materiais e muitos livros em prateleiras e espalhados pelo ambiente, e começa a criticar os livros. Além disso, há um quadro pintado por Sean. Will observa o quadro na parede e diz que Vicent Van Gogh o influenciou, e comenta:

Will: “Poderia ser você.”

Sean: “Como assim?”

Will: “Podia estar no meio de uma enorme tempestade... o céu desabando, ondas quebrando no seu barco, os remos partindo. Você mijava nas calças, procura o porto, faz tudo para escapar. É como se tornar psicólogo.”

Sean: “Acertou. Agora, deixe-me fazer meu trabalho.”

Will: “Ou casou com a mulher errada.”

Sean: “Cuidado com o que diz. Já chega, amigo”

Will: “Foi isso, não foi? Casou com a mulher errada? O que houve? Ela o deixou? Trepou com outro?”

Sean perde o controle e, aqui, sua raiva parece se igualar à sua dor. Segura Will pelo pescoço e diz: “Se desrespeitar minha esposa novamente, eu acabo com você. Eu acabo com você!”

Will havia estudado a vida de Sean, havia lido seus livros e chegou à terapia munido com todas suas armas para que o terapeuta desistisse de atendê-lo. Uma vez diante de Sean, confronta-o, evocando enorme desconforto (o que pode ser considerado um CCRI). Esta situação nos faz pensar sobre o limite da relação terapêutica, sobre o que o cliente desperta no terapeuta, e, ainda, o que o cliente pode saber sobre a vida do terapeuta, quando inicia um processo psicoterápico.

Ao contrário dos outros terapeutas, aqueles que atenderem Will antes dele, Sean pede para Will voltar.

Para os terapeutas analítico-comportamentais, os “sentimentos do terapeuta dão pistas para se compreender as contingências que atuam na relação” (Braga & Vandenberghe, 2006, p. 310). A relação terapêutica evoca eventos públicos e privados no cliente e, também, no terapeuta. Os terapeutas devem estar atentos a estes sentimentos e buscar analisar funcionalmente que comportamentos o cliente emite que possam estar evocando estes sentimentos – ou seja, o terapeuta deve buscar relações funcionais presentes na troca entre os seus comportamentos e os do cliente (Abreu-Motta et al., 2010; Alves & Isidro-Marinheiro, 2010; Banaco, 1993).

O comportamento de Sean, quando responde às provocações de Will, na primeira sessão, está sob o controle de quais contingências? Seguindo o modelo proposto pela FAP, Sean deveria estar ciente da Regra 1, que é prestar atenção aos CCRI do cliente. Entretanto, Sean teve o que podemos chamar de descontrole emocional, chegando ao ponto de agredir fisicamente Will. É importante lembrar que essa é a maneira pela qual Will era tratado nos lares adotivos e situações vividas na rua, provavelmente, eliciando respostas no cliente. Por outro lado, Sean estava passando por um luto ainda não superado com a perda de sua esposa, sua grande paixão, como podemos entender no decorrer do filme.

A reação de Sean, que nesse contexto se configuraria como um TI, ou seja, um “comportamento-problema” do terapeuta, poderia afastar Will do progresso terapêutico, e, inclusive, da própria terapia, sobretudo porque se trata, ainda, da primeira sessão, quando não há elementos para a instalação de uma relação de confiança entre o cliente e o terapeuta, ou seja, uma

conexão genuína. Poderíamos, então, culpabilizar o terapeuta por seu comportamento, mas vale considerar que ele também é uma pessoa, com sua própria história de reforçamento, e que seu desempenho profissional, incluindo ações públicas, sentimentos e pensamentos, são influenciados por essa história e por suas condições de vida atuais (Banaco, 1993).

Segunda sessão

Will comparece à segunda sessão e Sean o leva até um parque local. Sean retoma a sessão anterior e diz que ficou pensando no que Will falou sobre sua pintura. Afirma: “Você é apenas um garoto. Você não faz a menor ideia do que fala”.

Em seguida, faz uma análise e diz a Will que ele pode conhecer Michelangelo, suas obras e aspirações, sua relação com os Papas, durante sua estada em Roma, orientação sexual, dentre outras informações, mas nunca sentiu o cheiro da Capela Sistina. Neste momento, Sean se vulnerabiliza e diz a Will, ainda, que ele pode ter conhecido uma mulher, até pode ter tido alguma transa, mas nada sabe sobre acordar ao lado da mulher que ama (aqui ele está falando sobre ele mesmo, ou seja, fazendo uma autorrevelação), sobre o câncer e os 2 meses no hospital segurando a mão dela, e, ainda, sobre a dor da perda, afirmando: “Eu duvido que tenha amado alguém assim”.

Sean completa: “Quando eu olho para você, eu não vejo um homem inteligente e confiante. Vejo um garoto arrogante e assustado. Mas você é um gênio”.

Will supõe conhecer Sean por sua pintura e seus livros. E depois o questiona sobre ser ele (o terapeuta) capaz de saber quem ele (Will) é, como foi sua vida e o que ele sente. Sean responde, então, que não pode conhecer Will pelos livros que ele lê, e que só saberá quem é o verdadeiro Will se ele lhe contar. Aqui, vale a pena citar que o “processo terapêutico depende das interações dos repertórios de narrador e ouvinte do terapeuta, bem como dos repertórios de narrador e ouvinte do cliente” (Guilhardi, 1997, p. 3). Em outras palavras, as sessões de terapia consistem em trocas verbais, nas quais terapeuta e cliente são ouvintes em alguns momentos e falantes em outros.

As sessões seguintes

Will passa as sessões seguintes em silêncio; Sean também. Will sabe que aquele lugar é um local de fala, mas decide não falar por um tempo. Até que decide voltar a falar, conta uma piada e quebra o gelo. O silêncio de Sean é proposital. Para terapeutas iniciantes, o silêncio durante a sessão pode ser um grande desafio, que demonstraria falta de repertório terapêutico, mas não para Sean, terapeuta experiente, que esperou pacientemente até que Will estivesse preparado para falar.

De acordo com Tambara e Freire (1999), o silêncio pode indicar que o cliente está testando o terapeuta, demonstrando o início do pedido de ajuda. Além disso, o silêncio pode ser uma defesa do terapeuta. Neste caso, algo do cliente poderia evocar algum sentimento e/ou lembrança de experiência passada com os quais o terapeuta ainda não saiba lidar; assim, ele se cala por não saber o que dizer.

Nas sessões seguintes, Will conta que conheceu uma garota (Skyler), e os dois, cliente e terapeuta, passam a ter mais um ponto em comum: um amor, uma paixão. Sean pergunta se Will verá a garota novamente. Ele responde que não sabe. Sean pergunta se ele tem medo de que seja apenas mais uma chata. E conta que sua esposa peidava quando ficava nervosa e quando dormia. Ambos, terapeuta e cliente, agora riem juntos. “Ela se foi há 2 anos e é dessa coisa que eu lembro. São as coisas que eu mais sinto falta”. Sean diz que as pessoas não são perfeitas e são estas coisas que são boas e que fazem a diferença, e, que nem Will, nem a garota que ele conheceu, são perfeitos, mas a questão é se eles são perfeitos um para o outro. Diz, ainda, que só conseguimos descobrir as coisas no mundo se nos arriscamos (i.e., se temos coragem). Esse diálogo ilustra a intimidade entre terapeuta e cliente.

Will pergunta a Sean: “Já pensou em se casar de novo?”

Sean: “Minha esposa morreu.”

Will: “É uma super filosofia. Assim, poderia viver a vida toda sem se relacionar com ninguém.”

Sean: “Seu tempo acabou.”

Como dito, Sean está em luto e continua amando sua esposa. Durante o filme, pode-se entender que ele se isolou, não vai aos encontros de colegas da época da faculdade, não tem mais amigos. Will o questiona sobre isso, sobre como ele tem decidido viver. A esquivas de Sean é visível e Will consegue perceber isso, o que nos leva a pensar que o cliente também está atento aos comportamentos do terapeuta.

Will procura a garota, continua em terapia e sua postura é cada vez mais íntima nesse contexto, o que pode ser inferido por seu tom de voz relaxado ao perguntar sobre a vida de Sean. Como Will não teve referências de casais, é órfão e nunca teve bons exemplos de relacionamentos, questiona Sean sobre seu casamento, talvez buscando respostas para o momento que está vivendo. Está apaixonado por uma moça que tem dinheiro e estuda em uma boa faculdade, e ele, até pouco tempo, era “só o faxineiro”. Autodidata, mas faxineiro em uma das mais renomadas faculdades de seu país.

Em dado momento, Will pergunta como Sean soube que ela (a esposa de Sean) era “a mulher perfeita?” e “Como teria sido sua vida se você não a tivesse conhecido?” Sean responde, informando o dia, o mês e o ano que a conheceu. Will fica surpreso.

Sean relata um grande jogo de beisebol, ocasião em que ele e seus amigos dormiram na calçada para conseguir os ingressos. Sean segue dizendo que, no dia do jogo, estavam no bar, e “entra aquela garota”. Will fica entusiasmado ao ver Sean contar a história. Sean conta cada detalhe do jogo e o cliente quer saber mais e mais. Ambos se empolgam, levantam e revivem cada jogada. Will diz: “Eu não acredito que você tinha ingressos para este jogo. Você invadiu o campo?” Sean responde: “Não, eu não estava lá”. Will fica admirado por Sean ter perdido o jogo.

Aqui, percebe-se a sessão ocorrer de forma fluida: o reforçamento é natural⁶, o que se observa quando ambos se levantam das poltronas e vibram com o momento e, logo depois, quando Will demonstra sua frustração. Pode-se observar que o cliente está envolvido e emite CCRs 2 importantes, como falar o que pensa e sente com relação aos comportamentos do terapeuta, e estar presente na relação. Este é um grande momento de intimidade terapêutica, revelando a existência de uma relação prazerosa, alegre, não mais de esquivas e enfrentamento.

O diálogo segue com Will dizendo: “Ela poderia ter sido uma Elena de Troia. O que você disse para os seus amigos?” Sean responde: “Desculpem rapazes, eu tenho que ver uma garota”.

A respeito da autorrevelação e de seu impacto no processo, Greboggy e Silveira (2016) levantam uma importante reflexão:

Se por um lado se defende que o terapeuta aja também enquanto ser humano, estabeleça uma relação interpessoal intensa com o cliente, utilize seus sentimentos e faça autorrevelações durante as sessões como forma de fortalecer essa relação e evocar e consequenciar CRBs⁷, (...) por outro são reconhecidas as dificuldades encontradas pelos terapeutas, sobretudo iniciantes, na condução da relação terapêutica em razão de fatores pessoais (p. 234).

Greboggy e Silveira (2016) destacam, ademais, que são escassos os estudos acerca da percepção do terapeuta sobre os impactos, no terapeuta e no cliente, e na interação terapêutica, da expressão de aspectos pessoais seus (autorrevelação) na sessão.

6. Reforçar naturalmente um comportamento significa liberar uma consequência direta, própria, previsível. Por exemplo, manter uma conversa com informações interessantes e risadas contingentes (dependentes) aos comportamentos emitidos. Por sua vez, no reforçamento arbitrário, as consequências não dependem diretamente do que o organismo fez, mas sim de uma história de condicionamento de um estímulo neutro com outro estímulo reforçador. Por exemplo, um terapeuta dizer “parabéns!”, mecanicamente, ou oferecer um chocolate a uma pessoa quando ela se comporta da maneira esperada (Baum, 1994/2018; Medeiros, 2010, 2014; Moreira & Medeiros, 2007/2019; Nery & Fonseca, 2018).

7. CRB é a sigla do inglês “clinical relevant behavior”, cuja tradução é comportamento cliente relevante (CCR).

Em outra sessão

O professor Lambeau consegue entrevistas de emprego para Will. Dizem que ele pode ter um futuro promissor, mas Sean questiona Will sobre o que ele quer para si mesmo. Will responde que não sabe. Sean defende que Will deveria fazer o que é bom para si, e não o que seria bom para o professor Lambeau. Em eventos dessa natureza, no processo psicoterápico, o cliente pode estar perdido, sem saber o que quer e para onde ir, e o terapeuta não deve fazer as escolhas por ele. Pode, isto sim, ajudar por meio de perguntas abertas e de reflexões que levem em consideração o máximo de variáveis reforçadoras positivas e negativas nas opções ou escolhas que se apresentam, a fim de que o cliente tome suas próprias decisões (Abreu-Motta et al., 2010; Alves & Isidro-Marinheiro, 2010; Medeiros, 2010; Moreira & Medeiros, 2007/2019).

Will tem dúvidas sobre o que fazer: ficar com a garota, que o convidou para ir morar com ela na Califórnia, ou ficar e aceitar um trabalho que conseguiu e que poderia mudar sua vida. Para quem nunca teve muitas escolhas a fazer, ele estava preso em um dilema. Tomar decisões pode ser um grande desafio na vida de um jovem, principalmente se elas estão relacionadas a contextos aos quais ele nunca se expôs, neste caso, ser amado, ser aceito e admirado por pessoas.

Sean o questiona sobre suas paixões, sobre o que ele quer, sobre haver alguém que mexe com sua alma, tentando levar Will a entrar em contato com seus valores. De acordo com Luoma, Hayes e Wasler (2022, p. 37), nossos valores podem nos ajudar “como bússola que podemos usar para guiar nossas vidas”.

No início do texto, na apresentação do cliente (Will), foi sugerido que o leitor guardasse uma informação: o cliente escolhera ser faxineiro em uma universidade muito específica. Isso produziu o seguinte diálogo entre a díade (cliente e terapeuta):

Sean: “Você poderia ter sido faxineiro em qualquer lugar. Por que ser (faxineiro) na maior e mais prestigiada Universidade do País?”. O terapeuta lembra, ainda, que Will resolvia fórmulas nas lousas, em pleno corredor, para todos verem, e pergunta: “O que você realmente quer fazer?”

Will: “Quero ser pastor!”

Sean pede que Will saia. Will se levanta e diz: “Achei que fossemos amigos”.

Sean responde que ele consegue dar uma “resposta barata” para todo mundo, mas não consegue responder a uma simples questão de seu terapeuta. Não é nada simples tomar grandes decisões em nossas vidas quando não se tem repertório para comparar os prós e contras das diferentes alternativas, e/ou para se comportar eficientemente em uma delas. Sean deixou parecer fácil escolher entre o seu grande amor e os amigos, algo que gosta ou seu trabalho. Mesmo que ambos tenham passado por situações históricas parecidas, como abusos, as histórias de vida são complexas e distintas. Talvez, Sean tenha tido outros modelos de relacionamento que o ajudaram a tomar as decisões que realmente o levaram para onde ele queria estar. Já Will pode não ter tido conexões similares. Não se deve esquecer que uma “história dolorosa de relacionamentos modela como existimos na nossa rede atual de relações sociais” (Holman et al., 2022, p. 30).

“A” sessão

Há sessões e há “a” sessão. No filme, há uma sessão que leva muitos dos espectadores a chorar. Sean está com o prontuário de Will em mãos. Há fotos e relatos sobre o histórico de lares pelo qual ele passou, além de anotações como “medo de abandono”. Will quer saber se Sean tem experiência com “este tipo de coisa”, referindo-se a abuso físico e sexual. Sean disse que sim e conta uma experiência pessoal, sobre ter um pai alcoolista e ter passado por abuso também.

Will: “Então como vai ser? O Will tem dificuldade em relacionamentos, esse papo todo? Medo de ser abandonado. É por isso que eu acabei com a Skyler.”

Sean: “Eu não sabia disso”.

Will: “É acabei...”

Sean: “Quer falar sobre isso?”

Will: com a voz embargada, “Não...”

Sean: “Você está bem?”

Will balança a cabeça de forma afirmativa.

Sean: “Eu não sei”. Apontando o prontuário para Will. “Você quer ver? É tudo uma merda! A culpa não é sua.”

Will: “É, eu sei...”

Sean: “Olha para mim, filho.”

Eles se olham atentamente.

Sean: “A culpa não é sua”.

Will: “É, eu sei...”

Sean: “A culpa não é sua!”

Will: Ri e diz “É, eu sei!”

Sean: “Não, não sabe. A culpa não é sua.”

Will ri e se levanta, Sean se aproxima e continua falando “A culpa não é sua”, Will ri e continua dizendo “Eu sei”. Sean se aproxima. Will olha para baixo e Sean continua dizendo: “A culpa não é sua”, Will, aparentemente emocionado, diz: “Não brinca comigo”, Sean continua falando, Will o empurra e novamente diz: “Não brinca comigo, tá legal? Não brinca comigo, Sean. Você não!” Sean insiste: “A culpa não é sua.” Will chora e eles se abraçam.

Will chora como talvez nunca tenha chorado diante de alguém, demonstra entrar em contato com seus reais sentimentos, sem esquivas, o que pode ser considerado um CCR2 muito relevante.

A última sessão

Will aceita um emprego e, por fim, termina de cumprir sua pena.

Sean volta a questionar: “é isso que você quer?”

Will: “Sim, eu acho que sim.”

Sean: “Bom para você. Parabéns.”

Will: “Obrigado”

Sean encerra a sessão.

Will: “Então é isso? Encerramos”. Dá-se a impressão que ele não está querendo terminar, este é um CCRs2 importante. Alguém que, antes tinha dificuldade de ter relações íntimas, agora tem com seu terapeuta e valoriza isso.

Sean: “Sim, é isso. Você é um homem livre.”

Will: “Quero que saiba, Sean que...”

Sean: “De nada, Will”.

Will: “Espero que ainda nos falemos, sabe?”

Sean: “É, eu também. Vou viajar por aí um pouco, e vai ser difícil, mas vou checar as mensagens na secretária eletrônica da faculdade. Ligue e eu retorno em seguida”.

Ele escreve o que parece ser seu telefone da faculdade e dá para Will. Aqui, Sean revela que sairá em viagem. Algo mudou no terapeuta que se encontrava em luto e não conseguia sair do lugar em que se encontrava, estacionado em meio ao trabalho. “Sabe, eu decidi apostar outra vez. E ver quantas cartas eu ganho”. Will sorri, ele entende o que Sean quer dizer.

Sean toca seu ombro e diz: “Siga o seu coração, você vai ficar bem.” Olha para baixo, e fica clara a tensão da despedida. Will o abraça e o agradece: “Obrigada, Sean”. O abraço é terno, forte, apertado, ambos estão emocionados.

Sean: “Obrigado, Will”. Como já dito, a relação com Will causou mudanças na vida de Sean. Pode-se inferir que entrar em contato com alguém que despertou memórias antigas, como a lembrança da conquista da esposa, levou Sean a entrar em contato com seus valores novamente, e isso o fez agir em direção ao que realmente vale a pena: viver uma vida significativa.

Will: “Isso é proibido na relação paciente-médico?”

Sean: “Não, só se pegar na minha bunda.”

Ambos riem amistosamente e se despedem, Sean deseja sorte a Will. Por fim, Will muda a direção dos ventos, e decide pela garota. Ele conta a Sean ao deixar um bilhete em sua caixa de correio: “Fui me encontrar com uma garota”. E Sean diz: “Filho da mãe, roubou minha fala”.

O filme deixa claro que ambos mudaram, o processo terapêutico afetou, positivamente, cliente e terapeuta.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante o processo terapêutico, o terapeuta evocará uma série de CCRs em seu cliente. Inicialmente, é mais provável que cliente emita CCRsl, o que poderá promover os Tsl do terapeuta. Quando o terapeuta se dispõe a vulnerabilizar-se, entrando em contato com seus sentimentos, evocados na sessão, bem como a expor-se, abordando fatos sobre sua vida, em momentos em que isso se mostra útil, pode ajudar no processo terapêutico. Muitas vezes, as autorrevelações são exemplos (modelos) de como o cliente deveria se comportar; então, o terapeuta estaria usando estas expressões como uma forma de intervenção terapêutica (Abreu-Motta et al., 2010; Banaco & Zamignani, 1999; Silares & Gongora, 1998; Tsai et al., 2011).

No filme, Sean tem uma reação que podemos chamar de agressiva e arriscada diante da fala que ele considera desrespeitosa por parte de Will (arriscada porque o terapeuta poderia comprometer o engajamento do cliente, podendo levá-lo a se afastar ou desistir do processo terapêutico, devido à sua história de vida), bem no início do processo. Sean utiliza de sua história de vida para mostrar a Will o que realmente importava em sua vida, sugerindo, ademais, que talvez Will devesse tomar decisões que fizessem mais sentido para ele. Terapeutas não devem dar respostas prontas; ao invés disso, fazem questionamentos, dão exemplos, ensinam o cliente a utilizar uma bússola quando está perdido, mas é o próprio cliente que ajusta as velas e segue viagem (Abreu-Motta et al., 2010; Medeiros, 2010). Sean não o convenceu com sua própria história de vida, mas se mostrou honesto com seus próprios sentimentos, algo que Will estava tendo dificuldades para realizar. Então, por meio de autorrevelações, foi possível criar uma relação terapêutica genuinamente íntima, na qual terapeuta e cliente eram transparentes com relação a suas próprias emoções.

Sobre essa relação, Cunha e Vandenberghe (2019) entrevistaram 14 terapeutas, a respeito de como utilizavam suas emoções em sessão e quais eram os benefícios dessa ação. Os resultados obtidos apontam que os terapeutas utilizavam suas emoções evocadas em sessão com o objetivo de intervenção. Trabalhar as emoções, tanto dos clientes quanto dos terapeutas, acarretava mudanças em ambos. Deve-se ter claro que um terapeuta se utiliza da autoexposição quando ela faz parte dos objetivos terapêuticos, ou seja, visando ao bem-estar do cliente, após a realização de diversas análises funcionais moleculares e molaes (Fonseca & Nery, 2018; Nery & Fonseca, 2018).

Por fim, entendemos que cumprimos o objetivo do presente capítulo, que se propôs a trazer uma reflexão sobre o impacto da relação terapêutica na vida do terapeuta. Os trechos extraídos das sessões de terapia que mostram os diálogos de Will (cliente) e Sean (terapeuta), do filme Gênio Indomável, demonstram que:

1. A autorrevelação ou vulnerabilização, por parte do terapeuta, mostrou-se uma ferramenta muito útil no processo, favorecendo o estabelecimento de uma relação terapêutica curativa;
2. A relação terapêutica que se estabeleceu, no processo fictício proposto, não teve efeito apenas sobre o comportamento do cliente (Will), mas impactou, de forma positiva a vida do terapeuta; e
3. que uma relação genuína entre cliente e terapeuta pode se configurar numa ferramenta para mudança de ambos.

Em suma, conclui-se, a partir do processo psicoterápico fictício apresentado, que a relação terapêutica, ou a uma conexão genuína estabelecida entre o terapeuta e o cliente, que inclui a vulnerabilização ou autorrevelação, pelo primeiro, não apenas contribui para o progresso do cliente, mas pode ter impacto substancial sobre o terapeuta, que também é tocado e modificado ao longo do processo.

REFERÊNCIAS

- Abreu-Motta, H. O., de-Farias, A. K. C. R. (2010). Habilidades terapêuticas: É possível treiná-las? Em A. K. C. R. de-Farias (Org.), *Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso* (pp. 49-65). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536321004
- Alves, N. N. F., & Isidro-Marinho, G. (2010). Relação terapêutica sob a perspectiva Analítico-comportamental. Em A. K. C. R. de-Farias (Org.), *Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso* (pp. 66-94). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536321004
- Banaco, R. A. (1993). O impacto do atendimento sobre a pessoa do terapeuta. *Temas em Psicologia*, 2, 71-79. ISSN 1413-389X
- Baum, W. M. (1994/2018). *Compreender o Behaviorismo: Comportamento, cultura e evolução* (M. T. A. Silva, M. A. Matos, & G. Y. Tomanari, trans.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582715239
- Cordeiro, J. G., & de-Farias, A. K. C. R. (2018). A função terapêutica de relações de intimidade em Um Senhor Estagiário. Em B. L. A. Cardoso, & J. B. Barletta (Orgs.), *Terapias Cognitivo-comportamentais e cinema: Aspectos teóricos e contribuições para a prática clínica* (pp. 131-165). Novo Hamburgo: Sinopsys. ISBN 978-8595010802
- Cunha, O. R. da, & Vandenberghe, L. (2019). Manifestações emocionais do terapeuta durante as sessões: Por que arriscar-se e quais benefícios esperar? *Psicologia: Ciência e Profissão*, 39, 1-12. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003178057>
- Follette, W. C., Naugle, A. E., & Callaghan, G. M. (1996). A radical behavioral understanding of the therapeutic relationship in effecting change. *Behavior Therapy*, 27, 623-641. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(96\)80040-2](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(96)80040-2)
- Fonseca, F. N., & Nery, L. B. (2018). Formulação comportamental ou diagnóstico comportamental: Um passo a passo. Em A. K. C. R. de-Farias, F. N. Fonseca, & L. B. Nery (Orgs.), *Teoria e Formulação de Casos em Análise Comportamental Clínica* (pp. 23-48). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582714737
- Greboggy, F. B., & Silveira, J. M. da (2016). Relato de Terapeutas sobre o Impacto da Autorrevelação. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 7(2), 229-242. <https://doi.org/10.18761/pac.2016.018>
- Guilhardi, H. J. (2001). Com que contingências o terapeuta trabalha em sua atuação clínica? Em R. A. Banaco (Org.), *Sobre Comportamento e Cognição: Vol. 1. Aspectos teóricos, metodológicos e de formação em Análise do Comportamento e Terapia Cognitivista* (pp. 322-337). Santo André: ARBytes. ISBN 978-8586990043
- Holman, G., Kanter, J., Tsai, M., & Kohlenberg, R. (2022). *Psicoterapia Analítica Funcional Descomplicada: Guia prático para relações terapêuticas* (P. R. Moura, C. Oshiro & A. Vilas-Boas, trans.). Novo Hamburgo: Sinopsys. ISBN 978-6555710885
- Kohlenberg, J. R., & Tsai, M. (1991/2006). *Psicoterapia Analítica Funcional: Criando relações terapêuticas intensas e curativas* (F. Conte, M., Delitti, M. Z. S., Brandão, P. R. Derdyc, R. R. Kerbaury, R. C. Wielenska, R. A. Banaco, & R. Starling, trans.). Santo André: ESETEC. ISBN 978-8588303027
- Kanter, J. W., Weeks, C. E., Bonow, J. T., Landes, S. J., Callaghan, G. M., & Follete, W. C. (2011). Avaliação e Formulação de Caso. Em M. Tsai, R. J. Kohlenberg, J. W. Kanter, B. Kohlenberg, W. C. Follete, & G. M. Callaghan (Eds.), *Um Guia para a Psicoterapia Analítica Funcional: Consciência, Coragem, Amor e Behaviorismo* (pp. 61-88). Santo André: ESETEC. ISBN 978-8579180279

- Luoma, J., Hayes, S. C., & Walser, R. (2007/2022). *Aprendendo ACT: Manual de habilidades da Terapia de Aceitação e compromisso para terapeutas* (F. C. de S. Conte, & M. Z. da S. Brandão, trads.). Novo Hamburgo: Sinopsys. ISBN 978-6555710502
- Medeiros, C. A. de (2010). Comportamento governado por regras na clínica comportamental: Algumas considerações. Em A. K. C. R. de-Farias (Org.), *Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso* (pp. 95-111). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536321004
- Medeiros, C. A. de (2014). *Discussões teóricas e conceituais sobre reforçadores naturais, sociais e arbitrários*. Comporte-se: Psicologia e Análise do Comportamento. em 27/12/2015 de <http://comportese.com/2014/03/discussoes-teoricas-e-conceituais-sobre-reforcadores-naturais-sociais-e-arbitrarios/>
- Moreira, M. B., & Medeiros, C. A. (2007/2019). *Princípios básicos de Análise do Comportamento*. Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582715154
- Nery, L. B., & Fonseca, F. N. (2018). Análises funcionais moleculares e molares: um passo a passo. Em A. K. C. R. de-Farias, F. N. Fonseca, & L. B. Nery (Orgs.), *Teoria e Formulação de Casos em Análise Comportamental Clínica* (pp. 1-22). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582714737
- Otero, V. R. L. (2004). Ser cliente nos ensina a ser terapeuta? Em M. Z. da Brandão, F. C. de Conte, F. S. Brandão, Y. K. Ingberman, V. M. da Silva, & S. M. Olini (Orgs.), *Sobre Comportamento e Cognição: Vol. 13. Contingências e metacontingências: Contextos sócio-verbais e o comportamento do terapeuta* (pp. 441-445). Santo André: ESETEC. ISBN não disponível.
- Prado, O. Z., & Meyer, S. B. (2004). Relação Terapêutica: a Perspectiva Comportamental, Evidências e o Inventário de Aliança de Trabalho (WAI). *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 6(2), 201-209. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v6i2.57>
- Ribeiro, A. S., de Oliveira, S. R., & Borges, N. B. (2017). Análise da produção científica a respeito de Psicoterapia Analítica Funcional (FAP). *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 4(2), 106-121. <https://doi.org/10.18761/perspectivas.v4i2.115>
- Silvaes, E. F. M., & Gongora, M. A. N. (2015). *Psicologia clínica e comportamental: A inserção da entrevista com adultos e crianças*. São Paulo: Edicon. ISBN 978-8529009704
- Tambara, N., & Freire, E. (1999). *Terapia Centrada no Cliente: Teoria e prática – Um caminho sem volta*. Porto Alegre: Delphos. ISBN não disponível.
- Tsai, M., Callaghan, G. M., & Kohlenberg, R. J. (2013). O uso da consciência, coragem, amor terapêutico e interpretação comportamental na Psicoterapia Analítica Funcional. *Psicoterapia*, 50(3), 366-370. <https://doi.org/10.1037/a0031942>
- Tsai, M., Kohlenberg, R. J., Kanter, J. W., Kohlenberg, B., Follette, W. C., & Callaghan, G. M. (2011). *Um Guia Para a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP): Consciência, Coragem, Amor e Behaviorismo* (F. C. de S. Conte & M. Z. da S. Brandão, trads.). Santo André: ESETEC. ISBN 978-8579180279
- Vandenberghe, L., & Pereira, M. B. (2005). O papel da intimidade na relação terapêutica: Uma revisão à luz da Análise Clínica do Comportamento. *Psicologia: Teoria e Prática*, 7(1), 127-136. Recuperado em 06 de abril de 2025, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872005000100010&lng=pt&tlng=pt.



“SLEEPWALK WITH ME”: DISTÚRBIO COMPORTAMENTAL DO SONO REM E INFLEXIBILIDADE PSICOLÓGICA

Letícia Stephane de Jesus Sottomaio¹

Camilla Bueno Lopes

Nilse Chiapetti

Título do filme: “Sleepwalk with me”

Ano de lançamento: 2012

Direção: Mike Birbiglia e Seth Barrish

Produção: Ira Glass, Jacob Jaffke

Lançado por: IFC Films

Imagine que você é um jovem adulto cheio de aspirações profissionais, mas, ao mesmo tempo, completamente perdido. Você tem ideia (mais ou menos) de onde quer chegar, mas não tem certeza de como fazer isso, pois a vida – que lhe prometeu uma carreira promissora – te entregou apenas incertezas, bloqueios e ruas sem saída. Para completar, você está sob grande pressão de realização profissional e pessoal por parte de seus familiares mais próximos e tem um(a) parceiro(a) maravilhoso(a) em todos os sentidos, mas sobre quem você não tem certeza acerca de seus sentimentos e futuro juntos. Em suma, você está vivenciando uma situação particularmente caótica em sua história pessoal (se essa imaginação pareceu realista demais, pedimos sinceras desculpas. Você vai ficar bem.). Em meio a essa crise, você se sente como se estivesse em uma sala de controle de guerra monitorando projéteis inimigos com as pessoas que você mais ama, todos sob incomensurável pressão. Eis que você percebe que um míssil incrivelmente destrutivo está vindo em sua direção – não da sala de controle, mas marcado exatamente na sua localização. Há pouco tempo para pensar. Você olha para as pessoas à sua volta, desesperado por poupá-las da destruição que lhe é destinada. À sua direita, há uma janela fechada. No ímpeto de salvar seus entes queridos, você age no impulso: direciona seu corpo com toda a força contra a janela, sentindo o vidro despedaçar violentamente e cacos penetrarem e rasgarem sua pele do corpo todo. Você se joga para o desconhecido abismo da parte externa da sala de controle. Ao tocar abruptamente o chão... você acorda. Foi só um pesadelo! Você está bem, deitado confortavelmente na sua cama e nenhum projétil mira sua localização. (E talvez você perceba, esperançosamente, que não está completamente perdido, apenas um pouco.)

Agora, para concluir o exercício de imaginação, imagine que, quando acordou, você não estava completamente seguro debaixo de confortáveis edredons. Você realmente se chocou no chão ao se empurrar contra uma janela e cair de uma altura de dois andares enquanto dormia, com cacos de vidro no corpo, atordoado e machucado. Foi isso que aconteceu com Mike Birbiglia, co-diretor do filme “Sleepwalk With Me”, que adaptou sua própria vida no longa e interpretou a si mesmo no protagonista Matt Pandamiglio. Mike (e Matt, no filme) tem um raro distúrbio do sono chamado distúrbio comportamental do sono REM (RBD, *sleep behavior disorder*; REM: *rapid eye movement*). O sono REM (é um dos estágios de sono², durante o qual é possível identificar padrões de ondas corticais muito similares aos que ocorrem na vigília. Uma das principais características objetivas que diferencia o sono REM de estar acordado é a supressão de movimentos musculares. O RBD é

1. ufprleticia@gmail.com

justamente marcado pela ausência de atonia muscular durante o sono REM, levando os indivíduos a se movimentarem enquanto dormem³ de modo fortemente correlacionado ao conteúdo de seus sonhos. Esses movimentos geralmente são violentos, mas também incluem comportamentos mais brandos como falar, sorrir, cantar, chorar, bater palmas, sentar, rastejar, dançar etc. (andar e sair do quarto são comportamentos raros e os olhos geralmente permanecem fechados). Esse distúrbio é mais comum em homens e está associado a maior risco de desenvolvimento de doenças degenerativas (American Academy of Sleep Medicine [AASM], 2023).

O RBD é uma condição crônica que deve ser manejada com medicamentos e medidas comportamentais de modo a atenuar os sintomas. Os principais fármacos utilizados no tratamento do RBD são o clonazepam e a melatonina. Em relação a medidas comportamentais, orienta-se que o indivíduo cumpra medidas de segurança para evitar movimentos violentos durante o sono, como remover objetos que possam machucá-lo ou a eventuais parceiros(as), acolchoar bordas de mesas de cabeceira e colocar tapetes macios ao lado da cama para prevenir machucados decorrentes de quedas (Howell et al., 2023). Apesar de não haver evidências de que intervenções psicológicas possam atenuar, prevenir ou tratar os sintomas do RBD, fatores psicológicos relacionados ao distúrbio não devem ser negligenciados. A intervenção comportamental em indivíduos com RBD pode envolver o tratamento de queixas psicológicas associadas, manejo das consequências do distúrbio (*e.g.*, relação com o(a) parceiro(a) de cama, aceitação/disposição para lidar com a existência da condição) e o manejo de comportamentos relacionados à qualidade do sono, como medidas de higiene do sono⁴.

Neste capítulo, focaremos na análise de comportamentos de Matt (direta e indiretamente relacionados ao RBD) que possam ter relação com seu sofrimento psicológico na perspectiva da Terapia de Aceitação e compromisso (ACT, *Acceptance and Commitment Therapy*), uma terapia comportamental de terceira geração. Também traremos algumas contribuições da análise comportamental dos sonhos para a compreensão do caso de Matt e para possíveis intervenções que visem à promoção da flexibilidade psicológica. Primeiramente, apresentaremos um resumo do filme (repleto de *spoilers*!) e, em seguida, falaremos um pouco de teoria: trataremos brevemente da perspectiva analítico-comportamental e neurocientífica dos sonhos, bem como dos principais conceitos da ACT. Por fim, analisaremos comportamentos de Matt possivelmente relacionados a processos de inflexibilidade psicológica e proporemos formas de abordar esses processos.

SLEEPWALK WITH ME

O filme começa com a narração retrospectiva de Matt, um *barman* e comediante de 20 ou 30 e poucos anos, sobre os turbulentos acontecimentos dos últimos anos. A história se inicia em torno do momento em que a irmã de Matt, Janet, fica noiva após cerca de 2,5 anos de relacionamento. Matt e sua namorada, Abby, estão juntos há 8 anos. Abby é retratada quase como perfeita: ela tem estabilidade emocional, é dedicada na carreira, simpática e querida por todos da família de Matt, canta muito bem e é linda. Sua aparência e personalidade contrastam com as de Matt, que demonstra estar confuso com seu futuro e é mais desleixado. A construção dos personagens dá a entender que Abby é “boa demais” para Matt.

Casar não está nas prioridades de Matt, que se aconchega no estado confortável em que seu relacionamento se encontra. Já Abby sinaliza que gostaria de levar as coisas entre eles adiante. Após o noivado de Janet e uma conversa casual entre os dois sobre casamento, é mostrado o primeiro episódio de RBD de Matt: ele se levanta e diz que há um chagal (um animal parecido

2. Durante o sono, ocorrem variações em características fisiológicas e comportamentais que definem os estágios de sono REM e NREM (não-REM). Quando um indivíduo adormece, tipicamente apresenta uma redução na frequência das ondas corticais (que podem ser detectadas com eletrodos em um exame de eletroencefalograma). Essa redução de frequência se acentua progressivamente, enquanto a amplitude das ondas aumenta. Esse período inicial do sono é o estágio NREM, que é dividido nos subestágios N1, N2 e N3 (este último comumente chamado de sono profundo ou sono de ondas lentas) nos quais a responsividade comportamental progressivamente diminui (Sullivan et al., 2022). Em seguida, tipicamente ocorre um aumento na frequência de ondas corticais e diminuição de sua amplitude, alcançando padrões similares aos da vigília. Esse estágio é denominado de sono REM, que recebe esse nome devido à distinta característica de rápidos movimentos oculares. O sono REM também é referido como sono paradoxal devido às semelhanças dos padrões de ondas corticais com os da vigília, porém mantendo o indivíduo adormecido e sem responsividade (Siegel, 2022).
3. O sonambulismo, apesar das semelhanças, é uma condição distinta do RBD. A principal diferença é que o sonambulismo ocorre durante o sono NREM (AASM, 2023).

com um lobo) no quarto. A mãe de Abby presencia a cena e no dia seguinte, durante o café da manhã em família, menciona o ocorrido. Frank, o pai de Matt – um médico sério e bem-sucedido – sugere que Matt se consulte com um de seus colegas médicos especialistas em distúrbios de sono, o que Matt prontamente recusa, relevando a gravidade de seu problema. A relação entre Matt e seu pai é um tanto delicada. Na cena seguinte, Frank lhe oferece dinheiro e um carro que não está mais usando, e Matt aceita o dinheiro, deixando implícito um tom de humilhação na relação entre eles.

Abby expressa seu descontentamento com o fato de os dois nem sequer conversarem sobre a possibilidade de casamento após 8 anos juntos. Em casa, Matt encontra Abby assistindo a gravações de um programa de casamento e formação de família chamado *Baby Tales*, o que o intriga. No dia seguinte, ele conversa com Janet sobre seus sentimentos confusos em relação a Abby e ela sugere que talvez ele esteja precisando de um tempo do relacionamento e que deveria conversar com ela sobre seus sentimentos.

No bar onde trabalha, Matt faz ocasionais apresentações como comediante, que geralmente não têm muito sucesso. Durante uma de suas apresentações, Abby conversa sobre a situação esquisita entre eles com um casal de amigos que acabaram de ter um bebê, e eles sugerem que eles tenham um bebê também. Após a apresentação, Matt conversa com outro comediante que se apresentou no bar e acaba conhecendo sua agente, Colleen, com quem compartilha seu contato, com o incentivo de Abby. Ao chegarem em casa, Abby tenta conversar com Matt sobre ter um bebê, e ele desconversa e menciona que Janet já deu um tempo no relacionamento com seu noivo – tentando iniciar uma conversa sobre isso –, o que é rejeitado por Abby, que diz que se uma pessoa não quer estar com outra deveria terminar o relacionamento de vez. Depois disso, Matt tem mais um episódio de RBD: ele sonha que está fugindo de algo perigoso e desconhecido e de repente chega em um pódio olímpico, recebendo um prêmio de primeiro colocado em uma competição de aspiradores de pó (o que retrata a falta de princípios lógicos típica dos sonhos). Um casal de noivos (o mesmo que viu na televisão, no *Baby Tales*) lhe entrega um buquê de flores com um bebê dentro. Matt sobe ao pódio no sonho (e em uma mesa na vida real) e então cai e acorda atordoado. Em seu papel de narrador do filme, ele declara: “esta foi a primeira vez que eu lembro de pensar: bem, isso parece perigoso, talvez eu deva procurar um médico. Ou então, pensei, talvez seja melhor eu jantar. E eu fui com o jantar”, expressando sua esquivas em lidar com o problema.

Em um jantar com seus pais, Matt descobre que Abby contou sobre seu último episódio de RBD para seu pai. Frank lhe entrega um livro chamado “A Promessa do Sono”, de autoria de William Dement⁵. Frank sugere que Matt se consulte com um colega seu que conduz estudos sobre sono e Matt novamente releva sua condição. Seu pai, então, rispidamente expressa sua insatisfação com a falta de compromisso de Matt com as responsabilidades de sua vida, tanto de saúde quanto profissionais.

Matt conversa com Colleen sobre oportunidades de shows e ela consegue agendar para ele uma apresentação em uma faculdade na mesma noite, que paga apenas o suficiente para cobrir os gastos da viagem. Matt prontamente aceita e diz que tem um carro para ir até lá (o carro que seu pai lhe ofereceu). Enquanto dirige, avisa seu chefe de última hora que não poderá comparecer ao trabalho naquele dia. Na faculdade, descobre que não fará um show de comédia, mas apenas apresentará uma competição de *lipsync* (uma atividade de sincronia labial em que a pessoa finge cantar uma música). Mesmo assim, Matt fica exultante ao receber dinheiro por seu trabalho. De noite, Frank liga para Matt e compartilha o que está lendo no livro de Dement sobre medidas de higiene do sono para evitar situações como as que Matt vêm enfrentando: algumas horas antes de dormir, ele deve desligar o telefone, televisão e internet, e não deve comer comidas pesadas. Matt concorda enquanto faz o exato oposto: mexe na internet em seu computador e come pizza antes de dormir. Frank conta que fez um agendamento para Matt em um estudo do sono com um colega seu.

4. Aos interessados, podem ser apontados os textos de Müller (2010) e de Müller, Rafihi-Ferreira, e Castro (2019) como leituras complementares.

5. O livro mostrado no filme “The Promise of Sleep: A pioneer in Sleep Medicine explores the vital connection between health, happiness, and a good night's sleep”, de fato existe (Dement & Vaughan, 1999). William Dement foi um dos mais importantes e influentes cientistas da área do sono, sendo considerado o “pai da medicina do sono”. Ele faleceu em 2020 (Kryeger et al., 2022).

Matt consegue mais alguns shows com Colleen, aceitando uma apresentação mais longa do que a duração do material que tem pronto, o que o deixa muito nervoso. Seu show não fez muito sucesso e, após a apresentação, Matt conversa com outro comediante mais bem-sucedido. Na conversa, Matt faz um comentário desprezioso sobre seu relacionamento com Abby ("não vou me casar até ter certeza que mais nada de bom vai acontecer na minha vida") e o outro comediante sugere que ele diga isso nos palcos.

Após esse show, Colleen consegue outro agendamento para Matt – não devido ao seu talento, mas porque ele poderia "levar as balas" por outros comediantes por ser o pior a se apresentar. Nesse show, Matt apresenta pela primeira vez algumas piadas sobre os problemas em seu relacionamento e sua relutância em se casar, que são bem recebidas pelo público. Após o show, ele se encontra com outros comediantes para conversar e comer, e uma mulher se interessa por ele. Nessa noite, Matt sonha que essa mulher está se aproximando dele e, de repente, ela começa a jogar molho de tomate quente nele, misturando no sonho elementos de uma conversa que ele teve naquele dia com outra pessoa. Nesse momento, Matt acorda gritando no chuveiro do apartamento, como se a água quente fosse o molho de seu sonho. Um de seus colegas de apartamento o encontra nesse estado e diz que não é normal "atuar" seus sonhos. A forma de Matt lidar com isso é acrescentar piadas sobre seu distúrbio do sono em seus shows de comédia.

Novas oportunidades de shows continuam aparecendo, o que leva Matt a não comparecer no estudo do sono que seu pai agendou. Em um dos shows, uma garçonete se aproxima dele e o beija. Matt recusa sua aproximação, dizendo que tem uma namorada. Porém, depois de algumas horas bebendo, acaba cedendo e traindo Abby em seu carro.

No dia seguinte, ele, Abby e a família vão ao casamento de Janet. Na narração, ele diz que se sentia culpado e com vergonha, que sabia que uma traição poderia ocorrer de novo e que percebeu que não deveria se casar. No evento, uma cena incômoda acontece: Abby quase não participa da foto em família, e quando a mãe de Matt pergunta se ele não a convidará para a foto, ele hesita, mas acaba a chamando, incentivado por seus familiares. Abby demonstra estar bastante chateada após o casamento e pede para Matt deixá-la na casa de uma amiga. Quando ela volta para casa, bêbada, os dois têm uma discussão sobre seu relacionamento. Em meio ao conflito, Matt acaba concordando que eles deveriam se casar no próximo verão. Dias depois, Matt sonha que está recusando a mulher com quem traiu Abby, o que mostra a influência do ocorrido e de seus sentimentos de culpa e vergonha no conteúdo de seus sonhos.

Enquanto Abby faz os preparativos para o casamento dos dois, Matt se apresenta em diversos locais, fazendo sucesso com suas piadas sobre casamentos, seu relacionamento e seu distúrbio do sono. Certa noite, após conversar com Colleen no telefone enquanto uma notícia de crime tocava no rádio ao fundo, Matt sonha que um homem aponta uma arma para seu rosto, dizendo "eu ouvi falar que você é bom em levar a bala por outros comediantes". Ainda dormindo, Matt sai correndo assustado pelo corredor do hotel, derrubando um carrinho com itens de limpeza no caminho, e é acordado por uma mulher que passava no local.

Enquanto Matt dirige para um de seus shows, ele ouve o *audiobook* do livro "A Promessa do Sono". Em um momento de exaustão, ele imagina que o autor do livro está ao seu lado no carro, conversando com ele e narrando o livro (curiosidade: o próprio William Dement, cientista do sono, fez uma participação no filme interpretando a si mesmo nessa cena). Nesse momento, ele ouve a descrição sobre o RBD e descobre que já houve raros casos em que pessoas com esse distúrbio chegaram a matar companheiros de cama. Nesse momento, Matt parece compreender pela primeira vez a gravidade de sua condição.

O filme chega a seu ápice na noite em que Matt se hospeda no hotel La Quinta Inn. Matt chega cansado da viagem no hotel e conversa por telefone com sua mãe, que lhe envia uma foto de Abby em seu vestido de noiva (presumivelmente tentando manter Matt "nos eixos" em relação ao casamento). Matt vê a foto de Abby em seu computador e aparenta estar confuso. Nessa noite, ele sonha que está em uma sala de controle de mísseis e que um míssil teleguiado está indo em direção à sala. Os personagens da cena se transformam nos seus pais e sua mãe lhe revela que o míssil tem coordenadas que miram especificamente na localização de Matt. Ele fica desesperado e olha ao redor, vendo que Abby, sua irmã e seu cunhado o encaram despreocupados. Em meio à tensão crescente, ele pula da janela da sala de controle – e da janela de seu quarto de hotel. Matt vai para o hospital e passa pela dolorosa experiência de ter cacos de vidro retirados de seu corpo.

Recuperado do incidente, Matt coloca sua vida em perspectiva e, em uma conversa honesta com Abby, diz que eles não deveriam se casar, revelando que ele sabia que não estava preparado e que deveria ter dito isso a ela antes. Os dois terminam seu relacionamento pouco tempo antes da cerimônia que estava agendada.

Em seu papel de narrador, Matt conta que foi visitar Abby alguns anos depois do término. Ela havia se casado e tido filhos, e os dois mantiveram uma amizade. Matt continuou se apresentando em shows de comédia, fazendo piadas sobre os acontecimentos retratados no filme. Ele mostra que enfim procurou um médico especialista em distúrbios do sono, sendo diagnosticado com RBD, e agora coloca medidas de higiene do sono em prática, toma medicação e dorme com um saco de dormir para conter seus movimentos involuntários durante os sonhos. O filme termina com a emblemática aceitação de Matt sobre seu distúrbio do sono, quando ele constata que não está curado, mas que está tudo bem.

AFINAL, O QUE SÃO OS SONHOS?

No senso comum, costumamos lidar com o sono tão naturalmente quanto lidamos com a vigília. Todos sabemos que precisamos do sono para nos sentirmos alertas, descansados e capazes de realizar nossas atividades cotidianas. Curiosamente, não há consenso na comunidade científica sobre por que dormimos, isto é, por que o sono – essa experiência distinta de alteração do nosso estado de consciência – foi selecionado na história evolutiva dos organismos (Krueger et al., 2016). Apesar de a função do sono ainda não ter uma resposta completa e definitiva, conhecemos diversas formas pelas quais o sono afeta e é afetado pelo comportamento. Em “Ciência e Comportamento Humano”, Skinner (1953/2003, p. 155) menciona brevemente o sono como um “tipo especial de comportamento”, enfatizando sua periodicidade, regularidade e tendência de ocorrer como função de sua privação. O fenômeno do sono pode ser analisado comportamentalmente a partir de suas funções antecedentes e consequentes principalmente no que diz respeito a comportamentos relacionados ao adormecer e ao acordar (Blampied & Bootzin, 2013; Blampied & France, 1993).

O sono e a vigília não são estados completamente dicotômicos, mas podem ser compreendidos como pertencentes a um espectro de estados de alerta ou consciência dos organismos (AASM, 2023). Nesse espectro, o sono profundo poderia ser considerado como uma das possibilidades mais extremas, na qual a responsividade comportamental dos organismos é muito baixa. O sono REM, por sua vez, poderia ser situado em um ponto menos extremo, entre o sono profundo e a vigília. É predominantemente no estágio de sono REM que ocorre uma experiência peculiar que a comunidade verbal nos ensina a chamar de sonhos.

Os sonhos desde sempre intrigaram a humanidade, o que faz sentido se refletirmos sobre a estranheza desses eventos: por aproximadamente uma hora e meia, todas as noites, vivenciamos narrativas fantásticas em mundos enigmáticos aos quais ninguém mais pode ter acesso. Tudo isso enquanto nosso corpo repousa na cama pacificamente – como já vimos, Matt é uma rara exceção nesse quesito.

Apesar de sermos os próprios roteiristas, atores e espectadores dessas curiosas histórias, ainda assim nos surpreendemos e nos emocionamos com elas, seja fugindo de algum perigo onírico ou interagindo com pessoas que nem mesmo existem, para apenas depois percebermos, aliviados ou frustrados, que tudo se tratou de um sonho. É comum que, ao acordarmos, por vezes não consigamos nos lembrar daquilo que sonhamos e cheguemos a acreditar que tivemos um sono sem sonhos, mas isso muito provavelmente não é verdade: com a exceção de portadores de raros distúrbios do sono, acredita-se que as pessoas tenham uma média de quatro a seis sonhos por noite, totalizando até duas horas em uma noite bem dormida (Instituto do Sono, 2021). O que ocorre é que os sonhos tendem a ser facilmente esquecidos após alguns minutos de vigília (Becchetti & Amadeo, 2016).

Alguns sonhos consistem em experiências marcantes que podem afetar os indivíduos mais profundamente, sendo lembrados por um longo tempo, como quando uma pessoa acredita se tratar de um sonho premonitório ou atribui algum significado espiritual ao fenômeno. Nesses casos, é comum que os indivíduos sintam a necessidade de relatar seus sonhos para outras pessoas, seja para compartilhar histórias engraçadas ou para discutir alguma reflexão que o sonho proporcionou. Segundo o neurocientista Sidarta Ribeiro (2020), o comportamento de relatar os sonhos traz benefícios e tem um papel importante para a manutenção de laços sociais. Eventualmente, ocorre que algumas pessoas têm sonhos que lhes dão

importantes *insights* que chegam a mudar suas vidas, e até mesmo os rumos da humanidade! Alguns bons exemplos são o sonho do químico Dmitri Mendeleiev, que o inspirou a elaborar o atual modelo de organização da tabela periódica, e do artista Paul McCartney, que sonhou com a música "Let it Be". Mas afinal, o que exatamente seria um sonho?

Ao sonharmos, vemos, ouvimos e reagimos a uma série de coisas que não estão realmente presentes ao nosso redor naquele momento. Skinner (1974/1993), partindo de uma perspectiva analítico-comportamental, define o sonhar como um comportamento perceptivo que ocorre na ausência de estímulos atuais (ou seja, na ausência física dos objetos, pessoas ou lugares concretos com os quais sonhamos). O mesmo ocorre quando, por exemplo, durante o trabalho e repleto de relatórios para entregar, um indivíduo imagina que está descansando sossegado em uma praia paradisíaca, a qual infelizmente não está realmente por perto. A diferença é que nos sonhos nós geralmente acreditamos que aquilo seja verdade até que o despertador nos prove o contrário. Nesse sentido, e não sem razão, o pesquisador Walker (2018) brinca ao afirmar que ao sonhar nos tornamos "temporariamente psicóticos", interagindo com nossas próprias alucinações.

Skinner (1968) explica que, uma vez que tenhamos contato suficiente com um objeto durante nossa história de vida, nos tornamos capazes de nos comportarmos em relação a ele não só em sua presença, mas também em sua ausência, ao lembrar, imaginar ou sonhar, por exemplo. Assim, só é possível que eu imagine ou sonhe com uma praia porque eu fui ensinado anteriormente sobre o conceito de "praia", já vi praias na televisão, ou mesmo já estive em uma antes. Isso seria vantajoso porque ao sonhar poderíamos ao mesmo tempo obter reforçadores (como a praia do exemplo acima) e agir sem o risco de sermos punidos pela comunidade (Skinner, 1953/2003). O autor também considera que, uma vez que a capacidade de interagir com o ambiente ao redor se torna limitada durante o sono, isso promove que o indivíduo fique sob controle predominante de sua história, privações e emoções ao dormir (Skinner, 1974/1993). Isso significa dizer que ao sonhar o indivíduo tende a "interagir mais consigo mesmo", direcionando seu comportamento a eventos passados e seus estados fisiológicos e emocionais. Ainda para Skinner (1974/1993), é comum que os indivíduos sonhem com os objetos de suas necessidades. Por essa lógica, alguém que está com sede tenderia a sonhar com água. Segundo o autor, isso ocorre porque a necessidade da bebida (ou outro reforçador) aumentaria não só a probabilidade de um indivíduo beber água, como também a de outros comportamentos relacionados, como falar sobre água ou sonhar com água. Nesse sentido, uma explicação comportamental dos sonhos deve envolver uma análise das contingências implicadas no comportamento de sonhar, buscando identificar os contextos nos quais esse comportamento ocorre e quais consequências advêm dele. Assim, análises funcionais moleculares e molares – micro e macroanálises – podem ser realizadas a partir dos sonhos e/ou eles podem fazer parte da história, das condições antecedentes ou consequentes atuais, tais como outro qualquer comportamento (Fonseca & Nery, 2018; Nery & Fonseca, 2018).

Outro importante campo do saber que tem se dedicado ao estudo dos sonhos é o das neurociências. Apesar de ainda não haver um consenso entre os pesquisadores sobre qual seria a função dos sonhos, importantes passos já foram dados para uma melhor compreensão do fenômeno. Em linhas gerais, algumas das teorias mais aceitas atualmente são as de que (a) os sonhos têm uma função de consolidação de memórias, auxiliando na conversão da memória de curto prazo em memória de longo prazo (*e.g.*, Stickgold, 2021); (b) têm um papel na regulação emocional dos indivíduos, evitando que tenhamos uma sobrecarga de emoções e podendo ser considerados, por isso, uma verdadeira "terapia noturna" (*e.g.*, Hartmann, 1996; Walker, 2018); (c) servem como um treinamento para situações da vigília, nos preparando para lidar melhor com ameaças e situações sociais ao acordarmos (*e.g.*, Revonsuo, 2000); e (d) contribuem para nossa criatividade e *insight*, possibilitando que encontremos novas formas de resolução de problemas (*e.g.*, Barrett, 1993). Há também pesquisadores que defendem que os sonhos se referem apenas ao resultado aleatório de uma série de ativações cerebrais ocorridas durante o sono, sem nenhuma função específica (*e.g.*, Hobson, 1977). As diferentes teorias não são necessariamente excludentes entre si. Assim, diversos autores adotam uma visão de que os sonhos estão concomitantemente relacionados à consolidação de aprendizagem, criatividade e regulação de emoções (*e.g.*, Walker, 2018; Zadra & Stickgold, 2021).

E não há apenas um tipo de sonho. Sabe-se que sonhos de diferentes tipos ocorrem a depender do estágio de sono (Siclari et al., 2017). Nos estágios iniciais de sono, os sonhos tendem a se assemelhar a pensamentos mais lógicos e versar sobre experiências do dia a dia, enquanto os do sono REM se diferenciam por consistirem em narrativas mais fantasiosas, vívidas e

emocionais, que usualmente compreendemos como sonhos. Existe também um tipo diferente de sonho, no qual o indivíduo é capaz de reconhecer, ainda adormecido, que está sonhando, e até mesmo ter controle sobre os acontecimentos de seu universo onírico – os chamados sonhos lúcidos (LaBerge, 1990).

O caso do personagem Matt também é especial. Como mencionado anteriormente, durante os sonhos é esperado que os indivíduos experienciem um estado de atonia muscular, o qual impede que eles “atuem” seus sonhos, movendo o corpo de acordo com os acontecimentos sonhados. Essa limitação não ocorre no caso de Matt, causando diversos riscos e prejuízos para sua saúde e vida social. Apesar de preocupante, a situação do personagem nos permite refletir sobre o quão “reais” os sonhos podem ser considerados: apesar de tecnicamente não serem “reais”, no sentido de que os acontecimentos sonhados não se configuram em nosso contexto compartilhado socialmente, nossos comportamentos perceptivos e emocionais em relação a eles são bem reais e, aparentemente, só não respondemos também por meio de movimentos físicos devido às limitações impostas pelo estado de atonia muscular. Apesar de a dinâmica dos sonhos e seus porquês ainda não serem completamente elucidados, uma coisa é certa: esse importante fenômeno, no qual realidade, fantasia, presente e passado, se entrelaçam, é parte diária das nossas vidas e nos modifica enquanto indivíduos, mesmo quando não estamos “conscientes” disso.

O SOFRIMENTO HUMANO NA TERAPIA DE ACEITAÇÃO E COMPROMISSO

A ACT é uma terapia comportamental de terceira geração que tem suas bases fundacionais na teoria das molduras relacionais (RFT, *Relational Frame Theory*). A RFT explica como o desenvolvimento da linguagem a partir de intrincadas redes que relacionam eventos e símbolos pode suscitar o desenvolvimento de relações entre eventos que, em determinadas situações, levam ao sofrimento psicológico (para uma introdução detalhada sobre a RFT, ver Perez et al., 2013). O objetivo primário da ACT é, essencialmente, promover uma vida flexível e valorosa – ou seja, uma vida significativa guiada por valores pessoais – na qual os indivíduos desenvolvem disposição para lidar com as experiências inerentes à vida (incluindo a dor inevitável à existência humana) e compromisso com ações congruentes com a vida que almejam viver. A diminuição de sintomas não é o foco da ACT, porém frequentemente ocorre como consequência do processo terapêutico (Luoma et al., 2017).⁶

O modelo terapêutico da ACT é estruturado com base no manejo de seis processos psicológicos centrais. A depender do contexto de vida do indivíduo, cada processo pode estar mais ou menos proeminente na constante interação que produz a inflexibilidade psicológica – que é, para a ACT, o cerne do sofrimento humano. O ponto chave para compreender o estado de sofrimento é justamente a constante influência e codependência dos processos psicológicos. Nenhum dos processos é mais importante do que outro e eles dificilmente ocorrem isoladamente, considerando a complexidade do comportamento humano. Por isso, os processos são comumente representados em um esquema didático chamado de hexaflex. Cada processo de inflexibilidade psicológica tem seu contraponto em um processo de flexibilidade psicológica; desenvolver flexibilidade a partir destes processos, lidando com ou enfraquecendo os de inflexibilidade, é o fio condutor de um processo terapêutico em ACT (Luoma et al., 2017).

A seguir, serão explicados muito brevemente⁷ cada um dos seis processos de inflexibilidade psicológica propostos na ACT e seus contrapontos de flexibilidade psicológica, de modo que possamos desenvolver um panorama geral desse modelo teórico de sofrimento humano para discutirmos o caso de Matt Pandamiglio. As explanações são baseadas nos conceitos da ACT explicados por Luoma et al. (2017).

6. O capítulo de Torres e Soares, “‘Alguém como Você’: Luto por separação e o papel da contextual ACT”, publicado nesta coletânea, no volume sobre música, também ilustra a utilização da ACT em um caso clínico (de luto amoroso).

7. Existe uma série de livros, artigos científicos e outros materiais para obter uma compreensão mais detalhada e aprofundada sobre a ACT, que foge ao escopo do presente capítulo. Ao leitor iniciante e interessado no assunto, recomendamos o estudo dos livros “ACT Made Simple: An Easy-to-Read Primer on Acceptance and Commitment Therapy” (Harris, 2009) e “Learning ACT: An Acceptance & Commitment Therapy skills training manual for therapists (Luoma et al., 2017). Leitores que já têm uma base teórica em Análise do Comportamento também poderão se interessar pelo livro “Acceptance and Commitment Therapy for Behavior Analysts: A practice guide from theory to treatment” (Dixon et al., 2023). Por fim, sugerimos explorar os recursos disponíveis no site da Association for Contextual Behavioral Science (<http://contextualscience.org/>).

ESQUIVA EXPERIENCIAL VS. ACEITAÇÃO

Quando experienciamos situações aversivas que geram eventos privados desagradáveis, tendemos a evitar essas situações no futuro. Nesse contexto, utilizamos a linguagem como uma ferramenta de resolução de problemas ao avaliar, prever e evitar eventos aversivos. Essa característica do comportamento humano possui evidente valor adaptativo, mas pode causar sofrimento na medida em que tentamos excessivamente controlar ou alterar experiências internas aversivas quando elas surgem ou antes mesmo de elas ocorrerem. O próprio ato de pensar sobre ou imaginar consequências aversivas pode gerar eventos privados aversivos, contribuindo para um ciclo de controle excessivo da própria experiência que pode até ter efeitos reforçadores em curto prazo (i.e., consequências que reforçam esse padrão comportamental evitativo), mas geralmente leva a prejuízos em longo prazo. Nesse contexto, aceitar significa desenvolver disposição para experienciar sensações privadas que naturalmente advêm de situações aversivas, como dor, ansiedade, medo, luto, raiva etc. Para a ACT, a aceitação tem um sentido bem diferente de resignação, pois aceitar requer ser ativo no processo de permitir que experiências que não podemos controlar ocorram, i.e., que não tentemos controlar o incontrolável, já que isso apenas amplifica o sofrimento⁸.

FUSÃO COGNITIVA VS. DESFUSÃO

A fusão cognitiva ocorre quando formulações verbais (ou “cognitivas”) sobre contingências da vida do indivíduo passam a controlar seu comportamento em detrimento de fontes mais adequadas ou úteis de controle, independente da correspondência dessas formulações verbais com as contingências que de fato ocorrem atualmente na vida da pessoa. Nesse sentido, o problema não está no conteúdo das formulações verbais (ou pensamentos) em si, já que o comportamento verbal, como qualquer outro comportamento operante, é controlado a partir da sua relação com estímulos ambientais. O problema surge na relação que temos com esses pensamentos, i.e., relações de controle que promovem o sofrimento. A desfusão cognitiva reside no ato de perceber que estamos emitindo certos pensamentos e que eles são apenas pensamentos, que naturalmente surgem e desaparecem, assim como as emoções. Na ACT, o trabalho com a desfusão cognitiva envolve promover contextos que auxiliem que o paciente “separe a si mesmo” dos pensamentos que tem acerca da realidade e observá-los como de fato são – apenas pensamentos.

ATENÇÃO INFLEXÍVEL VS. CONTATO COM O MOMENTO PRESENTE

Engajados em esquiva experiencial e fusão cognitiva, tendemos a manter nossa atenção em ruminções sobre o passado e preocupações sobre o futuro. A vida, entretanto, ocorre apenas e simplesmente no agora. A atenção inflexível impede que tenhamos consciência dos eventos que ocorrem no presente, dificultando que estejamos sensíveis a novas possibilidades de nos comportarmos. Como contraponto, o contato com o momento presente significa estar atento e conectado a quaisquer experiências que estejam ocorrendo no agora de forma flexível e consciente, fora do “piloto automático”.

EU-COMO-CONTEÚDO VS. EU-COMO-CONTEXTO

A interação com a comunidade verbal desde a infância nos leva a observar e descrever as contingências que controlam nosso próprio comportamento como forma de explicá-lo aos outros e a nós mesmos. Nesse processo, avaliamos e interpretamos nosso comportamento, criando formulações verbais sobre quem somos a partir de nosso complexo repertório. A ACT compreende que quando o eu, ou *self*, corresponde a formulações verbais sobre como nos relacionamos nas intrincadas interações com o ambiente, padrões inflexíveis de ação podem surgir por nosso comportamento ficar “preso” a essas autodescrições. O eu-como-contexto implica uma relação diferente com essas formulações verbais sobre nós mesmos, reconhecendo que são apenas construções verbais e que quem somos não corresponde necessariamente a palavras que criamos para descrever padrões comportamentais. Quem somos estaria mais próximo de um ser que vivencia as experiências passageiras da vida. Nessa perspectiva, o eu é um organismo complexo em constante interação com ambientes mutáveis, que vivencia determinadas

8. Para literatura em português, ver Hayes, Strosahl e Wilson (2021) e Saban-Bernauer (2022).

experiências que vêm e vão (*e.g.*, “eu sinto medo”) e não necessariamente é definido por elas (*e.g.*, “eu sou ansioso”). Essa mudança de perspectiva abre possibilidades de mudança, ou seja, de agir com flexibilidade diante de situações geradoras de sofrimento.

Falta de Contato com Valores Escolhidos vs. Valores

Valores podem ser entendidos como princípios que orientam como cada pessoa deseja estar, agir e interagir no mundo. Em outras palavras, são aspectos qualitativos dos padrões comportamentais de cada indivíduo que servem como um guia ou direção de como cada pessoa gostaria de agir (*e.g.*, ser atencioso, justo, comedido, atento etc.), sempre em constante e inevitável interação com o ambiente físico e social interno e externo. Os valores são um pilar importante da ACT que orientam como cada pessoa intencionalmente escolhe⁹ viver sua vida. A esquivia experiencial pode favorecer a falta de contato ou clareza com valores escolhidos na medida em que a pessoa se comporta predominantemente para evitar o contato com eventos aversivos, o que pode a impedir de perceber o que ela de fato valoriza e o que realmente importa em sua vida. Em última instância, isso limita suas possibilidades de viver uma vida significativa – em palavras comuns na ACT, uma vida que valha a pena ser vivida.

INAÇÃO, IMPULSIVIDADE E PERSEVERAÇÃO NA EVITAÇÃO VS. AÇÃO COMPROMETIDA

Quando as pessoas se ocupam excessivamente com controlar e evitar experiências aversivas, perdendo o contato com o momento presente e defendendo persistentemente um eu-como-conteúdo ao estarem fusionadas às suas experiências internas, padrões comportamentais como impulsividade e inação podem surgir. Esses padrões apenas perpetuam o sofrimento psicológico, impedindo que o indivíduo aja de maneiras efetivas em prol da vida que gostaria de viver. A ação comprometida é um pilar da ACT que requer o trabalho conjunto entre os processos de inflexibilidade psicológica e clareza sobre os valores que a pessoa escolheu para guiar qualitativamente suas ações e direcionar sua vida. Agir de forma comprometida com valores pode ser difícil como qualquer mudança, podendo evocar experiências internas aversivas. Portanto, o processo terapêutico na ACT requer constante desenvolvimento de disposição consciente em lidar com as experiências que podem surgir nessa empreitada.

PROCESSOS DE INFLEXIBILIDADE PSICOLÓGICA NO CASO DE MATT

A seguir, proporemos como cada um dos seis processos de inflexibilidade psicológica da ACT podem ser identificados em cenas do filme “Sleepwalk With Me”, de modo a construir um panorama geral sobre o desenvolvimento do sofrimento psicológico do protagonista.

9. Apesar de essa perspectiva aparentar ser uma defesa do livre arbítrio, é perfeitamente condizente com as noções de liberdade e controle da Análise do Comportamento. Na ACT, reconhece-se que todo comportamento – incluindo a escolha de valores – é controlado por eventos ambientais e depende do repertório e história de vida do indivíduo: “cientificamente falando, não significa que as escolhas sobre valores não tenham nada a ver com a história ou o contexto de uma pessoa. As escolhas são histórica e contextualmente situadas, como todas as ações humanas, mas não são especificamente ligadas e defendidas por regras verbais na forma de razões e justificativas” (tradução livre de Luoma et al., 2017, p. 200). Ao abordar valores, enfatiza-se o ato de escolher no sentido de estabelecer um contexto para a ocorrência de um *senso de intencionalidade* no indivíduo, de modo que isso aumente a probabilidade de ele se comportar efetivamente na direção de reforçadores intrínsecos: “é importante que os valores sejam escolhidos livremente, no mesmo sentido que Skinner quis dizer o termo ‘livre’, significando ausência de controle aversivo. Um operante livre, como dizemos. Quando algo é verdadeiramente valorizado, deveria exibir propriedades reforçadoras que são intrínsecas ao comportamento – qualidades intrínsecas de ser e fazer. Muito do processo da ACT envolve trabalhar com os clientes para realmente sentirem, possuírem e definirem o que eles valorizam – aqui e agora – para além do que a sociedade lhes diz que deveriam valorizar” (Dixon et al., 2023, p. 124).

Esquiva Experiencial

O processo de inflexibilidade psicológica mais evidente no caso de Matt é a esquiva experiencial. O personagem constantemente se engaja em diversos comportamentos que claramente têm a função de controlar experiências aversivas indesejáveis. O que torna esse filme um estudo de caso interessante é justamente o fato de ficar evidente ao longo da narrativa como o aumento na frequência e variedade de comportamentos de esquiva está diretamente relacionado à amplificação do sofrimento do personagem até que alcance seu ápice, no sonho em que ele pula da janela.

Um dos primeiros momentos em que a esquiva de Matt fica clara no filme é a cena em que ele e Abby estão visitando apartamentos para se mudarem juntos. Enquanto Abby se apaixona por um apartamento, Matt fica inseguro e diz que acha que deveriam procurar mais opções, se esquivando de tomar uma decisão tão grande quanto se comprometer com um apartamento compartilhado com sua companheira. A esquiva de Matt em lidar com a evolução de seu relacionamento permeia todo o filme. No início, o protagonista se encontra em uma zona de conforto, mantendo seu namoro praticamente no mesmo nível de casualidade que tinham nos primeiros anos, quando se conheceram na faculdade. O casamento de Janet, sua irmã mais nova, aumenta a pressão familiar sobre a possibilidade de Matt e Abby se casarem, o que estabelece um poderoso contexto antecedente para a ocorrência de comportamentos de esquiva, de modo que Matt evita persistentemente firmar uma relação de características mais permanentes. O sonho de Matt segurando um bebê em um pódio depois de fugir de um perigo desconhecido (talvez simbolizando sua vitória em se esquivar de seus medos) possivelmente evidencia essa relutância em discutir com Abby sobre casamento e filhos, assunto que ela vinha tentando inserir em suas conversas sem sucesso. Essa possibilidade provavelmente aumentou a ansiedade de Matt sobre o assunto e isso refletiu em seu sonho, o que é condizente com as teorias neurocientíficas mencionadas anteriormente sobre a função de “processamento de emoções” desse estado, e com a perspectiva comportamental de que tendemos a direcionar nosso comportamento nos sonhos para estados que experimentamos na vigília.

Muitas passagens em que Matt faz declarações humorísticas, seja em sua vida pessoal ou nos shows de comédia, demonstram que o personagem utiliza o cômico como forma de se esquivar de lidar efetivamente com seus problemas. Matt encontra nos shows de comédia uma audiência não punitiva para seu comportamento de fazer piadas sobre seus problemas ao invés de resolvê-los. Quando um comediante sugere que ele faça piadas sobre seu relacionamento nos shows, Matt diz que isso não “pegaria bem” em casa, e o comediante responde que eles não estão em casa. A partir disso, Matt começa a falar sobre suas inseguranças no relacionamento com Abby em seus shows, sendo bem recebido pelo público. Desse modo, o personagem se esquivava de conversar sobre seu relacionamento com a própria parceira e a audiência dos shows de comédia reforça seu comportamento evitativo.

Ainda sobre a relutância em lidar com seu relacionamento, no início do filme é mostrado que Matt considera a possibilidade de “dar um tempo” no namoro. Esse status de relacionamento o colocaria em uma posição em que não necessariamente tomou uma decisão – não terminou a relação nem de fato a manteve. Abby, que tem um padrão de comportamento mais decidido, prontamente rejeita a possibilidade. A indecisão de Matt perdura, aparentemente mantida por contingências de reforçamento negativo que dizem respeito à esquiva tanto em tomar decisões definitivas quanto em possivelmente magoar os sentimentos de Abby. Quando ela chega bêbada em casa, demonstrando tristeza, raiva e confusão sobre o relacionamento dos dois, Matt acaba firmando um compromisso de casamento com ela, mesmo reconhecendo em seu papel de narrador que sabia que não era a melhor decisão. Esse momento registra como Matt evita lidar com decisões de caráter mais definitivo e com a possível decepção e tristeza de Abby a ponto de se comportar de uma forma completamente oposta da que gostaria.

Desde o início do filme, outra esquiva evidente de Matt é em lidar com seu distúrbio do sono. Logo após o sonho do bebê, quando acorda após cair de um móvel, ele reconhece que sua condição é perigosa e talvez devesse ir a um médico. Porém, em um tom cômico, ele diz que prefere ir jantar, ou seja, dá preferência a um ato banal em detrimento de uma decisão importante (mais ou menos como escolher comprar uma bicicleta em vez de se casar), o que escancara sua evitação. A relutância em se consultar com um médico aparece também na conversa com seu pai, quando Matt minimiza a gravidade de seu problema de

sono, e no não comparecimento à consulta que Frank havia lhe agendado. É relevante analisar esse padrão comportamental tanto a partir das contingências atuais da vida de Matt quanto de sua história de vida. Em relação ao contexto atual, observa-se que Matt expressa certo medo em ter uma doença muito grave. Em um show de comédia, ele faz piada sobre sua esquiva: "eu deveria ver um médico, sério, porque ficou realmente grave, mas eu não quero mesmo ver um médico, sabe? Porque os distúrbios do sono, eles envolvem seu cérebro, e a lista de doenças cerebrais divertidas é bem pequena, sabe, se você algum dia estiver navegando na internet...", declarando seu receio em investigar mais sobre sua condição e tendo esse comportamento evitativo reforçado pela audiência.

Em relação à história de vida de Matt, pouco é retratado no filme sobre isso. Com o que foi mostrado nas cenas, podemos levantar a hipótese de que a construção de uma relação delicada e permeada por aversividade entre Matt e seu pai, um médico bem-sucedido, pode generalizar a esquiva de Matt diante de médicos em geral. Para além do filme, o diretor e ator principal revelou em uma entrevista que sua relutância em ir a consultas médicas está relacionada a outros acontecimentos de sua vida que não foram retratados no longa (Rothman, 2012). Isso mostra a relevância de investigar de modo abrangente as contingências relacionadas a comportamentos de esquiva, situando-os em seus contextos históricos de surgimento e nas contingências atuais que os mantêm.

Fusão Cognitiva

A inflexibilidade de Matt relacionada à identificação excessiva com suas próprias formulações verbais não fica tão evidente nas cenas retratadas no longa, mas podemos supor que, de modo geral, seu padrão de comportamento evitativo pode ter como uma das fontes de controle constatações inflexíveis sobre si mesmo. Quando Matt evita ir ao médico, é possível que ele esteja sob controle de regras como "ir ao médico equivale a sofrimento" e "meu problema de sono não tem consequências tão graves assim", como se essas formulações fossem de fato a realidade, o que dificulta uma avaliação flexível sobre essas situações. A esquiva em magoar Abby pode estar relacionada a regras como "magoar os outros é errado" e "se eu não conversar sobre meus sentimentos com Abby, as coisas vão continuar bem".

Matt constantemente evitava o contato com fontes de controle aversivas, o que aparece no início do filme, quando ele está falando sobre sua tentativa de seguir na carreira de comediante e afirma que "as coisas não estavam indo tão bem, mas eu continuava dizendo a mim mesmo que estavam". Matt afirma que, para seguir nessa carreira, é necessária muita persistência devido aos constantes fracassos, principalmente no início. Ele ainda diz que, para não desistir, é necessário continuar seguindo como se as coisas estivessem indo bem. Essa persistência, que pode ser caracterizada como benéfica no contexto de dedicação à carreira, pode ter propiciado um padrão comportamental de constante esquiva de estímulos aversivos que pode ser prejudicial em determinados contextos. Mesmo que Matt reconhecesse as contingências em sua vida que lhe causavam sofrimento, ele se comportava predominantemente de modo a ficar sob controle de descrições de seu ambiente contrárias a essa realidade ("as coisas estavam bem"), como se essas descrições correspondessem à própria realidade.

Nos shows de comédia, Matt faz piadas sobre o longo casamento de seus pais e sobre casamentos em geral, afirmando que o matrimônio nunca foi um desejo seu. Em certo momento ele revela: "eu tenho esse medo de relacionamentos, que eu vou amar alguém e eventualmente odiá-lo". Essa fala indica que Matt possivelmente está fusionado à ideia de que "se eu amar alguém seriamente, vou acabar odiando essa pessoa". Essa ideia se reflete na sua relação com Abby a partir da constante evitação de decisões relacionadas a firmar um compromisso duradouro. Também é possível que Matt estivesse sob controle de sua insegurança relacionada a não ser bom o suficiente nas diversas áreas de sua vida. Isso transparece na relação com seu pai, quando ele asperamente lhe oferece um carro e dinheiro (ou seja, nesse momento ele ainda não é capaz de sustentar a si próprio completamente). Sua insegurança também é propiciada pela audiência punitiva dos shows de comédia, que não ria de suas piadas antes de ele começar a trazer conteúdos sobre sua vida amorosa e distúrbio do sono. A insegurança de Matt também é sustentada pela relação com Abby, pois ele afirma que as pessoas pensam que ela é a melhor coisa que lhe aconteceu – colocando suas realizações pessoais e profissionais em relação de inferioridade com seu namoro com uma mulher

praticamente perfeita. Desta forma, Matt poderia também experimentar um medo de que Abby passasse a odiá-lo em um relacionamento mais firme, estando ele fusionado com as ideias de amar alguém pode levar a sentimentos aversivos, que Abby é uma pessoa muito melhor que ele e ele não é bom o suficiente nas coisas que se propõe a fazer.

Atenção Inflexível

A relutância em aceitar seu distúrbio do sono também mostra que Matt evita direcionar sua atenção às consequências do problema, dizendo que seu distúrbio não é algo relevante de se preocupar, sendo que as pessoas à sua volta – seus pais, Abby e até pessoas que ele conhece em viagens – lhe dizem o contrário. Isso pode dar indícios de inflexibilidade psicológica relacionada a evitar o contato com o momento presente: Matt prefere direcionar sua atenção ao futuro, quando se preocupa com seus próximos shows de comédia, e ao passado, quando apresenta comportamentos de ruminação e ansiedade sobre seu relacionamento com Abby. Quando Frank conversa com ele por telefone sobre medidas de higiene do sono, Matt concorda distraidamente com a importância desses comportamentos enquanto faz praticamente o oposto do que é indicado. Nesse momento, sua atenção está muito mais voltada ao planejamento dos shows. Esse contexto fez com que Matt não percebesse, ou evitasse perceber, a exaustão com as viagens, a ansiedade sobre o relacionamento com Abby e as consequências negativas de seus hábitos de vida à sua saúde e no seu sono.

Apego ao Eu-como-Conteúdo

A relação de Matt com sua família mostra que ele provavelmente estabelecia relações verbais entre seu “eu” e as outras pessoas que lhe promoviam sofrimento. Todas as interações entre Matt e seu pai mostradas no filme foram retratadas com tons de aversividade. Quando Frank oferece dinheiro a Matt e ele fala que não precisa porque tem um emprego, Frank ri e diz que ele precisa de um choque de realidade. Matt provavelmente contextualizou a si mesmo em uma relação de inferioridade com seu pai, estando longe de ser tão bem-sucedido e decidido na carreira quanto ele. Esse tipo de comparação provavelmente também acontecia entre ele e sua irmã Janet que, apesar de mais nova, casou-se antes dele e com bem menos tempo de relacionamento. Isso por si só não é ruim ou inadequado (afinal, a aversividade de um evento depende necessariamente de seus efeitos sobre o indivíduo), mas a pressão familiar que se seguiu após o noivado de Janet sobre o possível casamento entre Matt e Abby pode ter suscitado o estabelecimento de uma relação de atraso entre ele e sua irmã. Essas relações, que controlam o comportamento de Matt ao estabelecer contextos para a ocorrência de estímulos privados aversivos e comportamentos de esquiva, são indícios de um apego a um eu-como-conteúdo que poderia ser descrito como “sou inferior” e “sou atrasado na vida”.

A esquiva em lidar com o RBD também pode demonstrar o apego a um eu-como-conteúdo com características de uma pessoa que não consegue encarar seus problemas. No começo do filme, Matt afirma que “existem várias realidades que eu tenho dificuldade em enfrentar”, e então é mostrado um vislumbre do sonho em que ele estava fugindo de um perigo desconhecido. A dificuldade em lidar tanto com seus medos quanto com o RBD mostram que Matt se considera uma pessoa que tem dificuldade em lidar com as situações da vida no geral. O apego a essa autodescrição de si mesmo propicia padrões de comportamento inflexíveis, dificultando a mudança na direção de lidar efetivamente com seus problemas.

Outro indício de um apego a um eu-como-conteúdo é mostrado em um momento em que Matt conta a história de como ele e Abby se conheceram. Os dois começaram a namorar na faculdade, tendo sido o primeiro amor um do outro. O filme mostra cenas do passado em que ambos eram mais jovens e levavam uma vida mais descontraída e irresponsável. De volta ao presente, as pessoas ao redor de Matt, especialmente Abby, aparentam ter amadurecido, agindo de forma mais condizente com suas situações atuais de vida pós-faculdade. Matt, no entanto, parece preso à realidade anterior, ainda agindo de maneira irresponsável e impulsiva, como se essas características necessariamente o definissem mesmo que o tempo tivesse passado e seu

contexto tivesse mudado. Apesar de seu contexto de vida exigir que ele se torne uma pessoa mais madura, ele demonstra estar apegado a quem ele era antes, ficando insistentemente preso em uma fase de começos – da carreira, do namoro e da vida adulta.

Falta de Contato com Valores Escolhidos

Como foi explicado anteriormente, valores são princípios que guiam qualitativamente nossas ações, sendo profundamente pessoais e devendo ser intencionalmente escolhidos pelo indivíduo. Analisar apenas as cenas mostradas no filme não nos permite deduzir que Matt estivesse necessariamente agindo de modo distanciado de valores escolhidos, já que princípios como liberdade, espontaneidade e persistência poderiam ser importantes para ele. Esses aspectos aparecem em seus comportamentos, principalmente nos que dizem respeito à sua carreira de comediante.

Ao mesmo tempo, é possível afirmar que Matt se comporta de modo predominantemente confuso e incerto sobre o direcionamento da sua vida na maior parte do filme, o que é um indício de distanciamento do contato com valores. Depois que Abby conversa com ele sobre achar estranho eles estarem há tanto tempo juntos e não considerarem casamento, Matt, na narração do filme, compartilha: “ela estava certa. Mas nesse ponto da minha vida, eu estava descobrindo algumas coisas bem básicas, como ‘o que vou fazer da minha vida?’ e ‘onde eu compro cereal?’, sabe?”. O contato com valores requer profunda reflexão sobre o direcionamento que o indivíduo deseja atribuir a sua vida. Essa fala de Matt evidencia que ele estava no processo de descobrir as respostas a esse tipo de questão, embora não se comportasse ativamente nessa direção, como ficou evidente na análise de seus comportamentos de esquivas.

Outro momento que exemplifica o distanciamento no contato com valores de Matt é quando ele conversa com Janet sobre todos na família acharem que a melhor parte de sua vida é o fato de estar com Abby. Matt demonstra insatisfação com esse fato, mas também não discorda necessariamente dessa constatação. Com isso, o personagem provavelmente percebe que sua vida carece de propósitos advindos de suas aspirações, já que as outras pessoas (e talvez ele próprio) atribuem seu próprio valor à outra pessoa e não a seus comportamentos e conquistas pessoais.

Inação, Impulsividade e Perseveração na Evitação

Engajado em evitar o contato com situações aversivas e, em última instância, tentando aliviar o sofrimento psicológico advindo de seus problemas no sono, na carreira, no relacionamento com Abby e com a família, Matt se comporta predominantemente na direção de reforçadores imediatos e sob controle de contingências de reforçamento negativo. Nesse contexto, sobra pouco espaço para Matt se comportar de modo direcionado a atingir objetivos de médio e longo prazo consonantes com uma vida vivida de modo intencional. O ambiente permeado por aversividade e o estado emocional de Matt proporcionam um contexto que o leva a não agir para resolver grande parte de seus problemas, como quando ele não se engaja em praticar medidas de higiene do sono e em ir ao médico, dando mais atenção a reforçadores mais imediatos como os pagamentos por seus shows e alimentos não saudáveis. A notável exceção a esse padrão de inação é a sua carreira: Matt aproveita todas as oportunidades que surgem para se apresentar em shows de comédia, mesmo que ainda não se sentisse completamente pronto. Todavia, mesmo os comportamentos direcionados à carreira parecem ser controlados em partes por contingências de reforçamento negativo. Ao longo do filme, é mostrado que Matt aceita todas as ofertas de Colleen para se apresentar, mesmo que isso o deixe exausto e faça com que ele passe longos períodos longe de casa. É justamente a exaustão e o distanciamento de Abby que permitem que Matt evite prestar atenção em seus problemas, ou seja, ao se dedicar excessivamente à sua carreira, Matt está também se esquivando de lidar com as causas de seu sofrimento, principalmente seu namoro e sua saúde do sono.

A inabilidade em realizar ações comprometidas com valores é destacada nos padrões de impulsividade e irresponsabilidade com compromissos de Matt, como quando ele aceita se apresentar no interior do estado e só no meio do caminho, enquanto dirige, liga para seu chefe no bar para avisar que não poderá comparecer ao trabalho naquela noite (e ele

faz essa ligação apenas porque Abby o lembra disso). Ademais, a dificuldade em se comprometer com responsabilidades afetivas já foi discutida aqui e está relacionada à inflexibilidade psicológica de Matt. Enquanto o protagonista passava meses fazendo diversas viagens para se apresentar, é mostrado que Abby se dedicava ao planejamento do casamento dos dois. Em certo momento, o Matt-narrador revela: "eu sabia que isso [o casamento] não ia acontecer, mas eu não conseguia dizer isso", mostrando sua dificuldade em tomar uma atitude sobre o assunto.

Como já foi exposto, o principal processo de inflexibilidade psicológica que permeia o sofrimento de Matt é a esquiva experiencial. O comediante persevera na evitação de entrar em contato com seus problemas e com seus próprios sentimentos, de modo que a tensão se acumula exponencialmente até alcançar a fatídica noite em que ele tem o sonho no La Quinta Inn, que o fez pular da janela de uma altura de dois andares. Considerando que uma possível função dos sonhos é a obtenção de reforçadores (Skinner, 1953/2003), o ato de pular da janela no sonho provavelmente significou para Matt uma fuga desesperada e imediata de um contexto intensamente aversivo, a saber, toda a tensão que havia se acumulado nas diferentes áreas de sua vida. Como vimos, o grande problema dessa situação foi justamente o fato de Matt ter o RBD, o que fez com que essa fuga concretizada durante o sonho também fosse severamente concretizada na vigília, levando a sérias consequências à sua saúde e integridade física na "vida real".

REFLEXÕES PARA PROMOVER FLEXIBILIDADE PSICOLÓGICA

A análise apresentada mostra áreas da vida de Matt – saúde, carreira, relacionamento amoroso e família – nas quais foi possível identificar processos de inflexibilidade psicológica relacionados à manutenção de um estado de sofrimento. A ACT tem como objetivo geral a promoção de flexibilidade psicológica a partir da construção de uma vida guiada por valores importantes ao indivíduo. Um processo terapêutico no caso de Matt envolveria essencialmente a construção de um repertório comportamental guiado por valores a partir da identificação de situações passadas e atuais causadoras de sofrimento, constatação de padrões comportamentais influenciados por formulações verbais inflexíveis, formulação de objetivos guiados por valores importantes a Matt, aumento de disposição para lidar com eventos aversivos em prol da ação comprometida com valores, entre outros manejos terapêuticos típicos do modelo da ACT.

Adicionalmente, sugerimos que seria especialmente interessante no caso de Matt considerar a utilidade do relato de sonhos no processo terapêutico – não porque os sonhos pudessem conter algum significado oculto sobre o sofrimento de Matt, mas porque, no seu caso, eles adquiriram uma relevância mais acentuada do que o comum. Na análise do comportamento, entendemos que o relato de sonhos pode ter interessantes funções terapêuticas. A forma como o indivíduo reage aos contextos sonhados pode dar pistas sobre sua história de aprendizagem ocorrida na vigília e as variáveis controladoras de seu comportamento. Além disso, o relato de sonhos pode ser mais fácil de ser realizado do que o relato de acontecimentos "reais" em algumas situações, uma vez que a comunidade verbal geralmente nos ensina que os acontecimentos oníricos não imputam necessariamente na mesma responsabilidade que devemos assumir com nossos atos na vigília. Isso diminui a censura social sobre os ocorridos nos sonhos e pode facilitar que o cliente fale sobre assuntos difíceis ou aversivos, mesmo que, por vezes, de forma metafórica. O relato de sonhos também pode evocar comportamentos públicos e encobertos importantes para discutir as contingências atuais e passadas do indivíduo e, dessa forma, falar sobre sonhos em terapia pode ser uma forma de estabelecer um contexto para que o cliente entre em contato com contingências de sua vida que lhe são relevantes, apresente comportamentos de auto-observação e descreva as contingências das quais seu comportamento é função. A psicoterapia constitui um ambiente propício para evocar esses comportamentos e, portanto, o relato de sonhos pode ser um recurso terapêutico apropriado (Vandenberghe & Pitanga, 2007). Em suma, a depender do manejo realizado em terapia e da disposição e habilidade do cliente em lembrar e relatar seus sonhos, esse recurso pode auxiliar na elucidação das contingências que sustentam o sofrimento psicológico.

Por fim, um elemento adicional importante em um processo terapêutico no caso de Matt seria a discussão sobre práticas de higiene do sono de modo a promover a qualidade do sono do personagem. As regras de higiene do sono variam na literatura (Stepanski & Wyatt, 2003) e podem ter especificidades a depender da população (*e.g.*, trabalhadores por turnos; Shriane et al.,

2023). Algumas das recomendações gerais são: evite líquidos antes de dormir, evite produtos com cafeína até 6 horas antes de dormir, evite álcool como hipnótico, use protetores de ouvido ou ruído branco para atenuar barulhos, evite compartilhar a cama com animais de estimação, torne o ambiente de sono confortável e propício ao sono (*e.g.*, regulando a temperatura do quarto para um nível ameno e escurecendo o ambiente) e mantenha um horário regular de sono (Müller, 2010; Müller et al., 2022; Posner & Gehrman, 2011). No caso do RBD, podem ser feitas recomendações específicas como a criação de barreiras (*e.g.*, com travesseiros) entre o indivíduo e seu companheiro de cama. Essas alterações estão relacionadas a um aspecto indispensável a ser tratado sobre o sono de Matt: as medidas de segurança mencionadas no início do capítulo que devem ser seguidas por indivíduos com RBD (Howell et al., 2023). Essas medidas devem ser abordadas em terapia compreendendo possíveis dificuldades que Matt teria em colocá-las em prática, promovendo a disposição para lidar com eventuais obstáculos e favorecendo com que o paciente entre em contato com as consequências benéficas à sua saúde ao aderir a essas orientações.

Ditas essas considerações gerais, traremos a seguir algumas reflexões específicas sobre processos de flexibilidade psicológica que poderiam ser relevantes de serem abordados no caso de Matt.

Aceitação e Disposição

No início do filme, Matt afirma que tem dificuldades em lidar com certas realidades, se referindo principalmente a seu distúrbio do sono. A disposição para lidar com eventos encobertos e consequências ambientais aversivos relacionados ao RBD seria um aspecto essencial em um possível manejo terapêutico do caso do personagem. Nesse processo, seria relevante uma abordagem psicoeducativa sobre as características do RBD de modo que Matt possa compreender que as consequências de seus sonhos na “vida real” poderão ser amenizadas com o tratamento farmacológico e as medidas comportamentais de segurança, mas, não obstante, serão um aspecto crônico em sua vida. Nesse contexto, poderia ser relevante a articulação do processo terapêutico em ACT com a expertise de um(a) psicólogo(a) do sono, que é devidamente capacitado(a) para lidar com esse tema específico.

A discussão sobre episódios anteriores em que Matt agiu na “vida real” de formas perigosas e até violentas, como quando ele derrubou um carrinho de produtos de limpeza em um hotel e, obviamente, quando ele pulou da janela do La Quinta Inn, pode favorecer a disposição em aderir a medidas de segurança durante o sono. A análise das consequências dos sonhos de Matt em seu ambiente de dormir seria extremamente relevante no trabalho de desfunção cognitiva ao contrapor regras como “está tudo bem” e “meu problema de sono não é sério” às consequências reais do RBD, possivelmente favorecendo com que Matt fique sob controle predominante das contingências ambientais em detrimento de formulações inflexíveis. Além disso, considerando que Matt apresenta um padrão de fazer piadas para falar de seus problemas, o desenvolvimento de atenção flexível e aceitação poderia ser favorecido ao ser estabelecido um contexto para Matt falar de seu distúrbio do sono de forma cômica, tanto para incentivar que ele fale sobre o assunto quanto para propiciar que ele perceba que, em certas situações, utiliza o humor como forma de esquiva e distração de situações aversivas, refletindo como isso afeta seu comportamento de lidar com seu problema de sono e com outros problemas de sua vida.

Propiciar que Matt relate seus sonhos em um processo terapêutico poderia favorecer que ele identificasse importantes fontes de controle de seu comportamento na vigília. O sonho em que ele está fugindo de um perigo misterioso, por exemplo, poderia ser usado de exemplo para discutir sua esquiva experiencial de forma metafórica. Quando ele sonha com o casal do *Baby Tales* e que está segurando um bebê, isso poderia ser discutido em um processo terapêutico de modo a investigar os sentimentos que são evocados quando Matt se depara com as ideias do matrimônio e de ter filhos, e como as tentativas de Abby de conversar sobre isso afetam seu comportamento. Aqui faz-se relevante uma observação: sendo os sonhos em grande parte desprovidos de articulação racional, nem todos os conteúdos dos sonhos necessariamente terão elementos importantes de serem refletidos em um processo de promoção da flexibilidade psicológica. Ainda assim, as consequências desses sonhos podem ser relevantes dependendo do caso. Por exemplo, quando Matt sonha que tem um chagal no quarto, o sonho em si pode

não ter elementos especiais de serem abordados, mas o conseqüente café da manhã em família, no qual seus familiares zombam do ocorrido e se preocupam com o problema de Matt, pode ser relevante de ser discutido no processo terapêutico em termos de como esses eventos afetaram o comportamento do personagem.

A reflexão sobre conteúdos dos sonhos de Matt poderia favorecer o processo de atenção flexível ao momento presente no qual o comediante poderia refletir sobre o que sentiu ao interagir com as pessoas que apareceram em seus sonhos (*e.g.*, sua família no sonho da sala de controle), como agiu em relação a elas (*e.g.*, pulando de uma janela para protegê-las) e o que isso diz sobre as relações estabelecidas entre ele e essas pessoas e seu contexto de vida, considerando que a psicoterapia promove um ambiente seguro e sendo o(a) terapeuta desejavelmente uma audiência não punitiva. O relato dos sonhos com outras mulheres, por exemplo, poderia propiciar um contexto para identificar possíveis sentimentos (*e.g.*, desejo sexual, culpa) e valores de Matt e como isso impacta seus comportamentos na vigília.

Compromisso com a Mudança

Como foi mencionado anteriormente, Matt apresenta certos comportamentos relacionados à sua carreira que possivelmente demonstram o controle de seu comportamento por valores relevantes a ele. Por exemplo, quando ele vai se apresentar em um show de comédia de duração de 30 minutos, mas só tem um material suficiente para 11 minutos, ele fica extremamente nervoso, chegando a vomitar antes da apresentação, mas, mesmo assim, prossegue com a atividade – mesmo com a alta probabilidade de seu comportamento de se apresentar ser punido pela plateia. Outro exemplo é quando Matt vibra de animação com todos os shows que consegue com Colleen, mesmo quando ela afirma em uma cena que ele não é um bom comediante, mas que foi chamado porque os outros profissionais acham bom ter alguém pior que eles no palco. Matt afirma que é necessário ter perseverança para seguir nessa carreira, o que indica um valor que lhe é importante e que guia qualitativamente seus comportamentos. Um processo terapêutico de identificação de valores e comprometimento com ações congruentes a eles poderia começar com a identificação de comportamentos que Matt já apresenta, que vão ao encontro do direcionamento que ele deseja para sua vida, como perseverança e dedicação no trabalho. Também seria relevante a análise das consequências desses comportamentos comprometidos com valores, como a progressão na carreira, e como essas consequências influenciam outros comportamentos, como quando Matt se impõe em um bar após uma apresentação para não receber uma remuneração injusta, o que demonstra uma mudança em relação ao seu típico padrão comportamental de insegurança.

O relato de sonhos também poderia propiciar a identificação de valores e estabelecer um contexto favorável para o comprometimento com ações congruentes. Discutir o sonho em que Matt está recusando a mulher com quem traiu Abby poderia elucidar, além de sentimentos relacionados – como a culpa –, possíveis valores importantes ao personagem ao favorecer a auto-observação de Matt, analisando tanto o contexto em que ele cometeu a traição em vigília quanto o contexto do sonho em que ele teve uma atitude diferente. Em contraste, o relato de sonhos também poderia esclarecer valores que *não* são relevantes para Matt em seu momento atual de vida (*e.g.*, comprometimento com um matrimônio), diferenciando valores intencionalmente escolhidos por ele dos que são valorizados predominantemente por outras pessoas que exercem influência em sua vida.

É importante destacar que o trabalho com ações comprometidas na ACT pode envolver estratégias comportamentais como treino de habilidades, exposição e estabelecimento de objetivos, a depender do caso. Para Matt, poderia ser importante modelar o relato de eventos privados e a generalização desse comportamento para ambientes extra-sessão, considerando que o personagem admite ter dificuldades em conversar diretamente com Abby sobre seus sentimentos. O estabelecimento de objetivos é um aspecto importante para direcionar o comportamento dos indivíduos no sentido de uma vida valorosa a eles e, no caso de Matt, poderia ser feito em relação às necessárias medidas de higiene do sono e de segurança durante a noite. Outros objetivos de curto, médio e longo prazo poderiam ser estabelecidos em relação às diferentes áreas da sua vida, como a progressão na carreira e o relacionamento com seus pais, a depender do contexto de vida de Matt e de suas prioridades no momento de uma possível intervenção terapêutica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No presente capítulo, propusemos uma análise do sofrimento psicológico de Matt Pandamiglio, um indivíduo com RBD retratado no filme "Sleepwalk With Me", a partir da identificação de processos de inflexibilidade psicológica nos comportamentos do personagem de acordo com o modelo da ACT. Também refletimos sobre possibilidades de promoção de flexibilidade psicológica, acrescentando elementos específicos ao caso de Matt como a utilização do relato de sonhos como recurso terapêutico e a importância de discutir medidas de segurança que devem ser realizadas por pessoas com RBD. A análise dos comportamentos de Matt nos pareceu interessante tanto por seu caso evidenciar como processos de inflexibilidade, especialmente a esquivar experiencial, estão relacionados ao aumento do sofrimento psicológico, quanto por proporcionar a reflexão sobre possibilidades de incorporação de intervenções específicas para uma pessoa que tem um raro distúrbio do sono.

O filme se propõe a ter um estilo leve e divertido e, como tal, tem um final otimista. Matt mostra que, depois do episódio em que pulou da janela do hotel, foi a um médico do sono, fez exames e recebeu o diagnóstico de RBD. Ele também conta que começou a adotar medidas de higiene do sono, tomar medicação para seu distúrbio e seguir medidas de segurança, como utilizar luvas e um saco de dormir para prevenir movimentos e machucados durante seu sono. O filme se encerra com o reconhecimento de Matt de que seu distúrbio não foi curado, mas que mesmo assim ele está bem, o que representa um grande avanço em direção à aceitação dessa realidade que ele tinha tanta dificuldade em enfrentar.

O RBD é um distúrbio do sono muito raro e, sendo uma condição crônica, não há evidências de que tratamentos psicológicos possam atenuar os sintomas. Não obstante, a presença de uma condição médica rara não deve ser um impeditivo para a reflexão sobre possibilidades de intervenção terapêutica no que diz respeito ao sofrimento psicológico relacionado ou não a essa condição. A análise do filme "Sleepwalk With Me" representa uma oportunidade para analistas do comportamento ponderarem sobre como as decorrências psicológicas de distúrbios do sono podem ser abordadas em um processo terapêutico, de modo a não ignorar as particularidades da ciência do sono e dos sonhos na promoção de flexibilidade psicológica.

REFERÊNCIAS

- American Academy of Sleep Medicine (2023). *The AASM International Classification of Sleep Disorders: Third edition, text revision* (ICSD-3-TR). ISBN 978-0970613707
- Becchetti, A., & Amadeo, A. (2016). Why we forget our dreams: Acetylcholine and norepinephrine in wakefulness and REM sleep. *Behavioral and Brain Sciences*, 39. <https://doi.org/10.1017/S0140525X15001739>
- Barrett, D. (1993). The committee of sleep: A study of dream incubation for problem solving. *Dreaming*, 3, 115-122. <https://doi.org/10.1037/h0094375>
- Blampied, N. M., & Bootzin, R. R. (2013). Sleep: A behavioral account. Em G. J. Madden, W. V. Dube, T. D. Hackenberg, G. P. Hanley, & K. A. Lattal (Eds.), *APA Handbook of Behavior Analysis, Vol. 2: Translating principles into practice* (pp. 425-453). Washington: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/13938-017>
- Blampied, N. M., & France, K. G. (1993). A behavioral model of infant sleep disturbance. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 26(4), 477-492. <https://doi.org/10.1901/jaba.1993.26-477>
- Dement, W. C., & Vaughan, C. (1999). *The promise of sleep: A pioneer in sleep medicine explores the vital connection between health, happiness, and a good night's sleep*. New York: Dell Publishing Co. ISBN 978-0440509011
- Dixon, M. R., Hayes, S. C., & Belisle, J. (2023). *Acceptance and commitment therapy for behavior analysts: A practice guide from theory to treatment*. New York: Routledge. ISBN 978-1003250371
- Fonseca, F. N., & Nery, L. B. (2018). Formulação comportamental ou diagnóstico comportamental: um passo a passo. Em A. K. C. R. de-Farias, F. N. Fonseca, & L. B. Nery (Orgs.), *Teoria e formulação de casos em Análise Comportamental Clínica* (pp. 23-48). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582714737

- Harris, R. (2009). *ACT made simple: An easy-to-read primer on acceptance and commitment therapy*. Oakland: New Harbinger Publications, Inc. ISBN 978-1572247642
- Hartmann, E. (1996). Outline for a theory on the nature and functions of dreaming. *Dreaming*, 6(2), 147-170. <https://doi.org/10.1037/h0094452>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2021). *Terapia de Aceitação e Compromisso: O processo e a prática da mudança consciente* (S. M. M. da Rosa, trad.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-6581335298
- Hobson, J. A., & McCarley, R. W. (1977). The brain as a dream state generator: An activation-synthesis hypothesis of the dream process. *The American Journal of Psychiatry*, 134(12), 1335-1348. <https://doi.org/10.1176/ajp.134.12.1335>
- Howell, M., Avidan, A. Y., Foldvary-Schaefer, N., Malkani, R. G., During, E. H., Roland, J. P., McCarter, S. J., Zak, R. S., Carandang, G., Kazmi, U., & Ramar, K. (2023). Management of REM sleep behavior disorder: An American Academy of Sleep Medicine clinical practice guideline. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 19(4), 759-768. <https://doi.org/10.5664/jcsm.10424>
- Krueger, J. M., Frank, M. G., Wisor, J. P., & Roy, S. (2016). Sleep function: Toward elucidating an enigma. *Sleep Medicine Reviews*, 28, 46-54. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2015.08.005>
- LaBerge, S. (1990). Lucid dreaming: Psychophysiological studies of consciousness during REM sleep. Em R. R. Bootzin, J. F. Kihlstrom, & D. L. Schacter (Eds.), *Sleep and cognition* (pp. 109-126). Washington: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10499-008>
- Luoma, J. B., Hayes, S. C., & Walser, R. D. (2017). *Learning ACT: An acceptance & commitment therapy skills training manual for therapists* (2nd ed.). Oakland: Context Press. ISBN 978-1626259492
- Müller, M. (2010). Intervenções comportamentais em uma paciente com insônia crônica. Em A. K. C. R. de-Farias (Org.), *Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso* (pp. 311-320). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536321004
- Müller, M., Rafihi-Ferreira, R. El, & Castro, L. de S. (2019). Em A. K. C. R. de-Farias (Org.), *Ciências da Saúde: O trabalho em equipes multiprofissionais* (pp. 477-490). Curitiba: Juruá. ISBN 978-8536290256
- Nery, L. B., & Fonseca, F. N. (2018). Análises funcionais moleculares e molaes: um passo a passo. Em A. K. C. R. de-Farias, F. N. Fonseca, & L. B. Nery (Orgs.), *Teoria e formulação de casos em Análise Comportamental Clínica* (pp. 1-22). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582714737
- Perez, W. F., Nico, Y. C., Kovac, R., Fidalgo, A. P., & Leonardi, J. L. (2017). Introdução à Teoria das Molduras Relacionais (Relational Frame Theory): Principais conceitos, achados experimentais e possibilidades de aplicação. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 4(1), 32-50. <https://doi.org/10.18761/perspectivas.v4i1.105>
- Posner, D., & Gehrman, P. R. (2011). Sleep hygiene. Em M. Perlis, M. Aloia, & B. Kuhn (Eds.), *Behavioral treatments for sleep disorders* (pp. 31-43). Washington: Elsevier. ISBN 978-1433808210
- Revonsuo, A. (2000). The reinterpretation of dreams: An evolutionary hypothesis of the function of dreaming. *Behavioral and Brain Sciences*, 23(6), 877-901. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00004015>
- Ribeiro, S. (2019). *O oráculo da noite: A história e a ciência do sonho*. São Paulo: Companhia das Letras. ISBN 978-8535932171
- Rothman, L. (22 de Agosto, 2022). *Comedian Mike Birbiglia on his new movie, Sleepwalk with Me*. Time. <https://entertainment.time.com/2012/08/22/comedian-mike-birbiglia-on-his-new-movie-sleepwalk-with-me/>

- Saban-Bernauer, M. S. (2022). Um protocolo de Terapia de Aceitação e Compromisso para a área da saúde. Em L. de F. Kirhsner, & A. K. C. R. de-Farias (Orgs.), *Análise do Comportamento na atenção primária, secundária e terciária* (pp. 19-39). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-6558820611
- Shriane, A. E., Rigney, G., Ferguson, S. A., Bin, Y. S., & Vincent, G. E. (2023). Healthy sleep practices for shift workers: Consensus sleep hygiene guidelines using a Delphi methodology. *Sleep*, 46(12), zsad182. <https://doi.org/10.1093/sleep/zsad182>
- Siclari, F., Baird, B., Perogamvros, L., Bernardi, G., LaRocque, J. J., Riedner, B., Boly, M., Postle, B. R., & Tononi, G. (2017). The neural correlates of dreaming. *Nature Neuroscience*, 20(6), 872-878. <https://doi.org/10.1038/nn.4545>
- Siegel, J. M. (2022). Rapid eye movement sleep control and function. Em M. Kryeger, T. Roth, & C. A. Goldstein (Eds.), *Principles and practice of Sleep Medicine* (7th ed., pp. 68-86). Amsterdam: Elsevier. ISBN 978-0323661898
- Skinner, B. F. (1953/2003). *Ciência e Comportamento Humano* (J. C. Todorov, & R. Azzi, Trans.). São Paulo: Martins Fontes. ISBN 978-8533619357
- Skinner, B. F. (1968). *The technology of teaching*. New York: Appleton-Century-Crofts. ISBN 978-0390812902
- Skinner, B. (1974/1993). *Sobre o Behaviorismo* (M. da P. Villalobos, trad.). São Paulo: Cultrix. ISBN 978-8531603600
- Stepanski, E. J., & Wyatt, J. K. (2003). Use of sleep hygiene in the treatment of insomnia. *Sleep Medicine Reviews*, 7(3), 215-225. <https://doi.org/10.1053/smr.2001.0246>
- Sullivan, S. S., Carskadon, M. A., Dement, W. C., & Jackson, C. L. (2022). Normal human sleep: An overview. Em M. Kryeger, T. Roth, & C. A. Goldstein (Eds.), *Principles and practice of Sleep Medicine* (7th ed., pp. 16-26). Philadelphia: Elsevier. ISBN 978-0323661898
- Vandenbergh, L., & Pitanga, A. V. (2007). A análise de sonhos nas terapias cognitivas e comportamentais. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 24(2), 239-246. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2007000200010>
- Walker, M. (2018). *Por que nós dormimos: A nova ciência do sono e do sonho* (M. Borges, trad.). São Paulo: Intrínseca. ISBN 978-8551003657
- Zadra, A., & Stickgold, R. (2021). *When brains dream: Exploring the science and mystery of sleep*. New York: W. W. Norton & Company. ISBN 978-1324002833

XI

"ÊXTASE": A ANOREXIA NERVOSA A PARTIR DO REFERENCIAL DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO¹

Nilse Chiapetti²

Maria Cristina Antunes

Denise Cerqueira Leite Heller

Tarcis Murilo Sartor

Letícia Stephane de Jesus Sottomaio Camargo

Felipe Alckmin-Carvalho

Simone Bernardes

Título do filme (documentário): Êxtase

Ano de lançamento 2020

Direção: Moara Passoni

Produção: Petra Costa

Lançado por: Descoloniza Filmes

Eu não entendo a anorexia como a consequência de uma causa. É muito difícil falar de um fato que a desencadeie. (...) é difícil identificar quando ela começa. Há um momento que você tá dentro da anorexia. (...) Há um modo de ser que vai se constituindo em cada uma das suas experiências diárias, sejam traumas ou validações. A partir de um dado momento você entra num lugar em que é possível identificar uma mudança qualitativa na forma como você lida, responde, processa estas experiências. E quando você se dá conta, parece que você já tá em outro lugar – dentro da anorexia (Gomes, 2020, s.p.).³

Em "Êxtase", vemos Clara mergulhada num processo de adoecimento que tem início no final da infância e vai até quase o final da adolescência. Todas as suas experiências são marcadas pela busca obsessiva de manter o controle do seu peso. Ignorando as tentativas de pessoas como a mãe, a professora de balé e profissionais de saúde, de ajudá-la na superação da doença, Clara segue obstinada a alcançar o "peso ideal", incompatível com a manutenção da saúde e até mesmo com a vida. O filme é baseado na história da própria diretora, Moara Passoni, em sua luta contra a anorexia, dos 11 aos 18 anos, e em relatos de outras mulheres que também enfrentam ou enfrentaram a doença (Gomes, 2020), e apresenta situações em que o sofrimento da personagem é evidente, ilustrando com perfeição e sensibilidade, experiências que marcam a vida de pessoas que apresentam esse quadro. Ademais, possibilita analisar o envolvimento da personagem com seus contextos de convivência e a influência destes no surgimento e na manutenção da doença, na perspectiva da Análise do Comportamento, propósito desse capítulo.

1. Acesso ao filme: <https://vimeo.com/ondemand/extase/>

2. Email: chiapetti@yahoo.com

3. Matéria sobre o filme-documentário "Êxtase", de Moara Passoni (Revista Meer, 02 de abril de 2020).

A anorexia (AN), quadro mais importante entre os transtornos alimentares (TA) e de maior morbimortalidade entre os transtornos mentais (APA, 2023), afeta principalmente adolescentes do sexo feminino e é caracterizada por severa restrição alimentar, que resulta em um peso corporal marcadamente abaixo do que se espera, tendo em vista a idade, gênero e etapa de desenvolvimento. Além de uma intensa preocupação com o peso corporal e com a possibilidade de engordar, ocorre uma distorção na imagem corporal, o que leva o indivíduo a lançar mão de estratégias extremas para evitar o ganho de peso (Fairburn & Cooper, 2016; Segreda Castro & Segura Araya, 2020; Timerman et al., 2019), comprometendo de forma significativa a saúde física e/ou o ajustamento psicossocial (APA, 2023; Timerman et al., 2019).

Em matéria sobre o documentário, Gomes (2020) sintetiza as ideias de Moara Passoni, destacando que a anorexia é a expressão máxima da recusa ao controle exercido pelo mundo sobre o corpo por meio do exercício extremo do controle do próprio corpo até o ponto de praticamente destruí-lo. Além disso, é a busca da superação do isolamento por meio do extremo isolamento. Esse processo de controle patológico e de isolamento é ricamente abordado ao longo do filme-documentário. De acordo com Gomes, a narração em primeira pessoa (trata-se de Clara falando dela mesma em distintos momentos de sua vida), juntamente com cenas que demonstram, de forma realística, situações que ocorrem na vida de pessoas com anorexia, permitem que o espectador sinta as tensões e, também, os momentos de êxtase provocados pelo controle percebido pela protagonista em relação ao seu próprio corpo/peso.

Cenas do início do filme mostram Clara vivendo a infância no Jardim Ângela, Bairro da zona sul de São Paulo. As cenas sugerem uma vida simples, porém marcada por certa leveza da vida na comunidade, com a qual mantém laços. A narração é acompanhada de registros de memórias de momentos difíceis, nos quais Clara sente muito medo e vulnerabilidade, e de outros positivos, como o de crianças sorrindo e brincando no que parece ser o entorno de sua casa. Chamaremos esse momento de *contexto de saúde*.

Posteriormente, vemos a mudança para Brasília e as dificuldades da menina, então com cerca de 10 anos, para se adaptar, sobretudo porque passa a ter pouco acesso à mãe. O isolamento da personagem ao longo de sua pré-adolescência e adolescência, e o mergulho na anorexia (Gomes, 2020), é narrado, de forma realística, ao mesmo tempo em que as cenas apresentam momentos tangíveis da vida de uma pessoa que convive com essa doença. As condições em que o adoecimento ocorre marcam as experiências da protagonista, a piora do quadro, até chegar ao seu clímax – a internação e “morte” simbólica da jovem Clara –, o que chamamos de *contexto de adoecimento*.

Finalmente, Clara renasce no terceiro ato do filme, e o espectador pode perceber seu empenho reticente para superar a doença. Ela ingressa na Universidade e, nesse contexto, observa-se um movimento expressivo (e, porque não dizer, doloroso) em direção à superação da doença. Na faculdade de Arquitetura a protagonista passa a olhar as formas da cidade de Brasília – cuja arquitetura modernista é conhecida mundialmente, e parece haver uma redução na preocupação obsessiva com as formas do corpo. Simbolicamente, Clara abandona a solidão da anorexia (a personagem afirma, num certo ponto do documentário, que não quer mais estar sozinha) e finalmente se adapta à cidade, onde até então parecia se sentir estranha e excluída, acolhe-a e é acolhida por ela. Pode-se considerar esse momento como o *contexto de enfrentamento/controle da doença*.

Posto isto, propomo-nos, nesse capítulo, a realizar uma análise de comportamentos da protagonista do filme Êxtase nos três momentos citados – contexto de saúde (infância na comunidade), contexto de adoecimento (pré-adolescência e adolescência em Brasília) e contexto de controle da doença (“renascimento” simbólico e inserção na universidade e na cidade de Brasília) –, a partir do referencial teórico da Análise do Comportamento (AC) e da filosofia que a embasa, o Behaviorismo Radical de Skinner. Procura-se evidenciar a importância de eventos ambientais que permeiam a vida de Clara em cada um dos contextos apresentados na obra cinematográfica, tanto no processo do adoecer quanto no processo de superação da anorexia, ou controle da doença.

Nas seções que se seguem, após a apresentação de uma síntese do documentário, aborda-se o quadro de anorexia como um transtorno alimentar, tal como é apresentado na literatura, destacando-se os critérios diagnósticos, etiologia e outros aspectos, como o tratamento e a evolução. Posteriormente, apresentam-se conceitos em Análise do Comportamento, particularmente dos comportamentos encontrados no quadro de anorexia, com destaque para a compreensão destes a partir

do modelo de seleção pelas consequências proposto por Skinner. Finalmente, faz-se uma análise dos comportamentos de Clara nos três contextos mencionados, com a finalidade de produzir uma avaliação consistente do surgimento da anorexia, sua manutenção e enfrentamento, na perspectiva analítico-comportamental.

"ÊXTASE": O DOCUMENTÁRIO

O filme inicia com a protagonista em dois momentos distintos da vida: a Clara criança (com cerca de 11 anos), saindo de uma aula de balé, vê a Clara com cerca de 16 ou 17 anos, muito emagrecida, caindo na calçada durante uma corrida (que, no contexto do quadro de anorexia, configura-se como uma estratégia de purgação). A Clara criança narra que, naquele dia, tinha visto uma pessoa morrer: era a Clara adolescente. A cena traz duas pessoas distintas e deixa o espectador confuso por um momento, pois sugere a morte real da protagonista. Entende-se, no decorrer do filme, que naquele momento Clara morre simbolicamente para renascer e enfrentar a doença.

No momento seguinte, vemos Clara em sua casa, com cerca de 7 ou 8 anos. A narradora (Clara criança) relata sua vida e da sua família, em meio a cenas nas quais ela está sozinha, em seu quarto, olhando para a comunidade que a cerca através de sua janela. Fotos da mãe grávida, de um personagem da cena política brasileira que se tornaria presidente no futuro, e da comunidade, completam os elementos que descrevem a vida da protagonista na infância. As falas e as fotos oferecem indicadores de que, a despeito das dificuldades materiais que afetam a comunidade e a família, e da solidão, que já se apresenta na vida de Clara, ela tem momentos de bem-estar e de alegria (e.g., foto de crianças brincando). Clara afirma que sua casa foi feita "a muitas mãos" – destacando a união das pessoas da comunidade em torno do projeto –, e que a mãe é uma figura de destaque nesse contexto. Entende-se que existe uma percepção positiva da família, em especial da mãe e de sua força como liderança, do engajamento político desta, bem como da própria comunidade.

Em contraposição às cenas iniciais, que parecem expressar que existe um contexto relativamente favorável para uma criança se desenvolver, as cenas seguintes evidenciam momentos de medo e tensão pelos quais Clara atravessa, juntamente com a família. A mãe parece estar excessivamente ocupada com ações na comunidade, restando pouco tempo para dar atenção à menina, e a solidão se torna evidente. Sua casa parece "um comitê", como ela descreve. Além disso, a foto da mãe grávida (o bebê é Clara) é muito significativa, e permanece por um longo tempo no vídeo: ela está em frente à polícia montada, de costas para trabalhadores em greve (como indicam os cartazes). A foto se contrapõe à percepção de segurança e de espera pacífica que temos da gestação. Posteriormente, vemos fotos de ataques da polícia à família (especialmente à mãe), que a menina interpreta como "assalto". Então, vemos cenas de Clara, muito pequena ainda (com cerca de 8 anos), rezando e pedindo a Deus, repetidamente e com evidente sofrimento, que proteja sua mãe e a ela mesma.

Em seguida, as cenas remetem à eleição da mãe como deputada federal e à mudança para Brasília, que Clara narra como uma viagem interminável para uma cidade estranha. Nas cenas que se seguem, a menina está sempre tentando ter acesso à mãe, sem sucesso. Liga para o gabinete repetidas vezes e não consegue falar com a mãe, achando que ela se perdeu nos grandes corredores do Congresso Nacional. A solidão parece ser a tônica nesse período, e várias vezes vemos seu diálogo com um amigo imaginário – o Sr. Ovo. Clara até participa de eventos comuns na agenda intensa da mãe, como, por exemplo, jantares em sua casa. Mas estes não promovem intimidade e real acesso àquela. Clara parece não estar ali, efetivamente, ou seja, está cercada de pessoas, mas se sente sozinha. Os sentimentos de medo e vulnerabilidade são exacerbados.

A mãe matricula Clara numa escola católica privada e, também, na escola de balé. Ao mesmo tempo, as cenas mostram uma pré-adolescente tentando encontrar seu lugar na nova cidade e na nova vida. Ao lado de experiências de autodescoberta e de exploração mais ativa do mundo (por exemplo, em torno da sexualidade e da percepção do próprio corpo em mudança), bem como dos questionamentos acerca de si mesma e das coisas, comuns na pré-adolescência, a menina começa a ficar intencionalmente no quarto e já se evidenciam comportamentos restritivos típicos de um quadro de transtorno alimentar. Clara se isola cada vez mais e é perceptível a dificuldade de ser aceita pelos pares.

Neste momento, a anorexia ganha contornos mais evidentes: o controle sobre seu corpo, sobre o que come e, principalmente, a escolha por "não comer" (ainda que o apetite ou a "fome" estejam presentes), parece ser o único controle que Clara tem sobre sua vida. A mudança de ambiente e a ausência emocional da mãe são fatores desencadeantes da anorexia.

Os comportamentos típicos de um quadro de anorexia se apresentam de forma cada vez mais extrema à medida em que Clara se torna adolescente. Além de restringir drasticamente a quantidade de alimentos que consome, ela apresenta outros comportamentos: classifica os alimentos e escolhe aqueles menos calóricos para comer, pratica exercícios (corre) de forma excessiva, coloca o alimento na boca e o cospe em seguida (não engole), enrolando em pequenos guardanapos que esconde na bolsa, em ocasiões em que a mãe a observa e tenta fazê-la comer, entre outros. A função de todos esses comportamentos é perder peso ou evitar, a qualquer custo, o ganho de peso. O isolamento agora é buscado e ela aparece no quarto em muitas cenas, sozinha, evidenciando-se que não tem outros temas de interesse, nesse período, senão o controle sobre o peso e sobre o corpo. O isolamento, antes imposto, quando era excluída pelos pares, agora é buscado. O prazer obtido no controle sobre o próprio corpo ("êxtase") é evidente em algumas cenas do filme.

Algumas cenas mostram tentativas da mãe de ajudá-la, internamentos para tratamento da anorexia, e alertas feitos pelos profissionais de saúde a respeito do risco de morte. Clara demonstra ignorar ou não se importar com o risco. Relata que numa das internações, provavelmente a última (isso não fica claro no filme), ela estava pesando 29 quilos.

Quando sai do hospital, após longo tempo de internação, observa-se um esforço para sair desse quadro. Clara menstrua na banheira, indicando que volta a apresentar funções fisiológicas comprometidas pelo quadro de inanição em que se encontrava. Vê-se, ademais, a adolescente sentando-se perto da mãe, no sofá, em silêncio. Ela então pousa a cabeça delicadamente no ombro da mãe, demonstrando uma busca de contato e de aproximação com a genitora.

As cenas seguintes mostram Clara, ainda bastante magra e silenciosa, iniciando o curso de Arquitetura. Ela está numa festa e começa a comer algumas coisas, ainda com dúvida e resistência. Ela permite a aproximação de um rapaz e ambos se beijam. Não se pode dizer que ela está livre da anorexia. O que se percebe é que, apesar do medo, Clara se empenha para superar o isolamento do quadro de transtorno alimentar. Numa das cenas ela diz que não deseja mais estar sozinha, o que aponta para uma condição necessária para enfrentar a doença. Clara busca estabelecer relações com as pessoas, de forma a romper com o isolamento e com a anorexia. Ela ganha peso e está mais bonita e vibrante, nas últimas cenas, demonstrando estar feliz no curso e na cidade de Brasília. Em outras palavras, ela agora parece estar novamente se sentindo "em casa" ou na comunidade.

OS TRANSTORNOS ALIMENTARES E A ANOREXIA NERVOSA

Os transtornos alimentares são quadros psiquiátricos marcados por disfunções persistentes no comportamento alimentar, caracterizadas por alterações no consumo ou na absorção de alimentos, e que comprometem de forma significativa a saúde física e/ou o funcionamento psicossocial do indivíduo (APA, 2023; Costa-Val, Coelho, Machado, Campos & Modena, 2019; Timerman et al., 2019). Os déficits ou excessos comportamentais podem incluir práticas restritivas (jejum alimentar prolongado, recusa à ingestão de alimentos ou seleção de alimentos de baixo valor calórico e nutricional), compulsivas (comer, num curto espaço de tempo, uma grande quantidade de alimentos, maior do que outras pessoas costumam comer nas mesmas condições) e/ou purgativas (vômito autoinduzido, uso abusivo de laxantes/enemas ou diuréticos e/ou prática exagerada de exercícios físicos) (APA, 2023; Belchior et al., 2023, Costa-Val et al., 2019; Cunha & Dutra, 2018; Erskine & Whiteford, 2021; Nunes, Santos & Souza, 2017; Segreda Castro & Segura Araya, 2020).

A anorexia nervosa (AN) e a bulimia nervosa (BN) são os quadros mais conhecidos de TA (Costa-Val et al., 2019; Stefani, Azevedo, Souza, Santos & Pessa, 2023) e possuem uma base psicopatológica comum que inclui a presença de intensa preocupação com o peso corporal e a forma do corpo e distorção da imagem corporal, o que leva a um padrão alimentar gravemente perturbado, com tentativas de controle do peso por meios inadequados (APA, 2023; Cooper et al., 2016). No entanto, enquanto na bulimia nervosa há ingestão compulsiva de grandes volumes de alimentos, seguida de meios para evitar

o ganho de peso, na anorexia nervosa ocorre uma acentuada perda de peso que resulta de uma recusa voluntária a ingerir alimentos (abstinência alimentar), acompanhada de um intenso medo de engordar e da busca obsessiva pela magreza (Costa-Val et al., 2019; Cooper et al., 2016; Nunes, Santos & Souza, 2017).

Os TA são mais frequentes em mulheres adolescentes e adultas jovens, têm um curso frequentemente crônico e prognóstico incerto, sendo marcados por grandes prejuízos físicos, psicológicos e sociais (APA, 2023; Cândido, Carmo & Pereira, 2015). A prevalência ao longo da vida para qualquer transtorno alimentar varia de 2,6% a 8,4% em mulheres e de 0,7% a 2,2% em homens, sendo mais alta em países ocidentais, mas com crescimento acelerado em regiões da Ásia, América Latina e Oriente Médio (Hay et al., 2023; Qian et al., 2021). Entre jovens, a prevalência pode chegar a 17,9% em mulheres e 2,4% em homens (Silén & Keski-Rahkonen, 2022).

A Anorexia Nervosa: Caracterização

A AN, foco do presente capítulo, é marcada por restrições alimentares graves e está entre os TA mais sérios (Sangvai, 2016), sendo considerada a terceira doença crônica mais frequente em adolescentes do sexo feminino. Os sintomas emergem na faixa etária entre 14 e 17 anos, podendo surgir no final da infância (por volta dos 10 a 11 anos) ou no início da idade adulta. Sua manifestação após os 23 anos é mais rara, mas pode acontecer (APA, 2023; Segreda Castro & Segura Araya, 2020; Timerman et al., 2019). Estudos evidenciam que o diagnóstico de anorexia é estabelecido mais cedo do que o diagnóstico de outros quadros de TA (Stefani et al., 2023).

Com ocorrência predominante no sexo feminino, chegando a 95% dos casos, a AN ocorre em até 1,42% das pessoas ao longo da vida (APA, 2023). É a doença psiquiátrica com maior taxa de mortalidade (Costa-Val et al., 2019; Curzio et al., 2015; Paolacci et al., 2020), com 5,1 mortes para cada 1000 pessoas anualmente (Pereira, 2018). Observa-se que uma em cada cinco pessoas com AN comete suicídio, evento que tem 18 vezes mais chances de ocorrer do que na população geral, e que esta é a segunda maior causa de morte por anorexia (Pereira, 2018).

O termo é derivado do grego "an", deficiência ou ausência de, e "orexis", apetite. Contudo, sabe-se que não se trata de ausência de fome ou apetite, mas na recusa em se alimentar (Alckmin-Carvalho, Santos, Rafihi-Ferreira & Soares, 2016; Cunha & Dutra, 2018). A pessoa passa a escolher alimentos que possuem baixo valor calórico, ou mesmo a recusar-se voluntariamente a ingerir alimentos, com o propósito de perder peso, de forma contínua e intensa, tendo em vista a conquista de um ideal de corpo perfeito, profundamente magro (Alckmin-Carvalho et al., 2016; Segreda Castro & Segura Araya, 2020; Sgarbi, Sgarbi, Oufino, Fontes & Siqueira, 2023, Timerman et al., 2019).

O diagnóstico da anorexia baseia-se em três critérios fundamentais: restrição extrema da ingestão alimentar em relação às necessidades; medo intenso de engordar ou ganhar peso, ou comportamento que interfere no ganho de peso, resultando em peso corporal abaixo do que o minimamente normal ou esperado considerando a idade, o gênero, o nível de desenvolvimento e a saúde física (e.g., menos de 85% do esperado ou um índice de massa corporal $\leq 17,5$); percepção distorcida do próprio peso ou da forma corporal – elemento essencial na anorexia (APA, 2023; Iliadis, Frantzana, Ouzounakis & Kourkouta, 2020; Segreda Castro & Segura Araya, 2020). A perda de peso e/ou a avaliação distorcida do peso e forma do corpo e intensa insatisfação corporal não podem ser explicadas por outra(s) doença(s) físicas ou mentais. A amenorreia primária ou secundária são eventos associados que apoiam o diagnóstico (APA, 2023; Iliadis et al., 2020) no caso das mulheres.

As pessoas se percebem como gordas, ou, mesmo que se percebam magras, preocupam-se com partes específicas do corpo que lhe parecem gordas, como o abdômen, os glúteos e o quadril. Observa-se uma autoavaliação excessivamente definida pelo peso ou forma do corpo. A perda de peso, nesse contexto, é a meta, e avanços nessa direção são percebidos como evidências de autocontrole ou disciplina. Por outro lado, qualquer ganho ponderal, por menor que seja, é interpretado com ausência de autocontrole. Vale ressaltar que o indivíduo pode até reconhecer que está magro, mas não reconhece a gravidade da sua condição e raramente busca ajuda por conta própria (APA, 2023).

A AN apresenta-se em dois subtipos: o tipo *restritivo*, que se expressa por meio da limitação na ingestão alimentar (jejum ou dieta) e exercício físico exagerado, sem a presença de compulsão alimentar ou comportamento purgativo, nos últimos 3 meses, e o tipo *compulsão alimentar purgativa*, caracterizado por episódios de compulsão alimentar seguidas por práticas purgativas (vômitos autoinduzidos ou utilização frequente de laxantes, diuréticos ou enemas), no mesmo período. É importante ressaltar que, no subtipo *compulsão alimentar purgativa*, os indivíduos podem purgar mesmo quando consomem quantidades pequenas de alimentos (APA, 2023; Bueno & Nascimento, 2014; Segreda Castro & Segura Araya, 2020; Iliadis et al., 2020; Mitchell & Peterson, 2020). Pacientes anoréxicos podem migrar de um subtipo para outro ao longo do curso da doença (Iliadis et al., 2020).

O baixo peso corporal é um dos critérios de diagnósticos na anorexia, porém não há um ponto de corte absoluto em termos de IMC baixo, e vários outros fatores devem ser considerados, como idade, gênero, IMC antes da ocorrência dos sintomas e rapidez na perda de peso, o que chama a atenção para os sinais subclínicos do quadro (Mitchell & Peterson, 2020). A evolução da doença tende a ser lenta e progressiva, o que pode dificultar ou retardar o diagnóstico. Além disso, muitos casos iniciam-se com dietas que parecem normais, e evoluem para graves quadros anoréticos. Muitas dietas, nesse sentido, podem se configurar como formas mais brandas da condição ou sinais subclínicos da doença, apontando para o risco de instalação dos TA, incluindo a anorexia (APA, 2023; Dalgalarrodo, 2008).

O emagrecimento extremo da anorexia nervosa e os comportamentos purgativos (no subtipo compulsão alimentar purgativa) podem desencadear condições médicas graves e até mesmo fatais. A carência nutricional produz perturbações fisiológicas (incluindo a amenorreia), alteração nos sinais vitais e perda de densidade mineral óssea, que pode aumentar o risco de osteopenia, osteoporose e fraturas. Na esfera comportamental os indivíduos acometidos podem apresentar sintomas depressivos, humor deprimido, isolamento social, irritabilidade, insônia e redução da libido. Além disso, são comuns padrões comportamentais obsessivo-compulsivos relativos à alimentação, marcados pelo perfeccionismo, os quais são acompanhados de preocupações em alimentar-se em público, sentimentos de fracasso, inflexibilidade cognitiva⁴, prejuízos importantes nas relações sociais e expressão emocional contida, entre outros sintomas (APA, 2023).

Os TAs têm sua gravidade reforçada pela frequente presença de comorbidades psiquiátricas, que se apresentam em mais de metade dos pacientes com diagnóstico de TA, incluindo a anorexia (APA, 2023). Estudos destacam a depressão e os transtornos de personalidade como comorbidades comuns, seguidos pelos transtornos de humor, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC), transtornos de ansiedade e transtornos por abuso de substâncias (Segreda Castro & Segura Araya, 2020; Stefani et al., 2023).

Fatores Etiológicos da Anorexia Nervosa

A literatura propõe um modelo multifatorial para a anorexia, com a contribuição de fatores biológicos, genéticos e ambientais na gênese, evolução e manutenção da doença (Borges, Sicchieri, Ribeiro, Marchini & Santos, 2006; Pereira, 2018; Valdanha-Ornelas, Squires, Barbieri & Santos, 2021). Os fatores biológicos incluem alterações hormonais e de neurotransmissores que estão na base da regulação do comportamento alimentar e manutenção do peso (Lima-Santos, Santos & Oliveira-Cardoso, 2023). Quanto à contribuição genética na gênese da anorexia, estudos indicam um forte componente hereditário no surgimento do quadro (Baker, Schaumberg & Munn-Chernoff, 2017; Donato et al., 2022; Paolacci et al., 2020). Além da probabilidade aumentada em desenvolver anorexia quando há história de AN na família, pesquisas recentes têm apontado para alguns genes, possivelmente relacionados à serotonina, que poderiam estar envolvidos na etiologia genética da anorexia nervosa. Além disso, análises também sugerem risco genético compartilhado entre a anorexia nervosa e vários outros quadros psiquiátricos (Baker, Schaumberg & Munn-Chernoff, 2017).

4. Para a Análise do Comportamento, eventos cognitivos não são de natureza diferente dos eventos ambientais ou comportamentais. São apenas eventos privados, que controlam e são controlados pela constante interação organismo e-ambiente (Skinner, 1974/2011).

Finalmente, muitos estudos consideram que a natureza da anorexia é principalmente ambiental. Borges et al. (2006) apontam fatores de risco, ou que estariam na gênese e manutenção dos TA mais comuns, incluindo a anorexia, apresentando fatores predisponentes, precipitantes e mantenedores. Fatores predisponentes da AN incluem ser do sexo feminino, ter história familiar de transtorno alimentar, baixa autoestima, elevados padrões de autoexigência (perfeccionismo) e dificuldade em expressar as próprias emoções. Curzio et al. (2015) e Sangvai (2016) acrescentam a avaliação social negativa e pressão social e parental, apontando especialmente para a relevância do ambiente na determinação da patologia. Como fatores precipitantes, Borges et al. (2006) apontam, entre outros fatores, dietas, alterações da dinâmica familiar, separação, perdas importantes e proximidade da primeira menstruação. Finalmente, como fatores mantenedores, destacam alterações endócrinas, distorção da imagem corporal e cognitivas, além de práticas purgativas.

Estudos recentes demonstram que o abuso sexual, especialmente na infância e adolescência, está associado a um risco aumentado para o desenvolvimento de transtornos alimentares, incluindo anorexia nervosa, embora a força dessa relação varie conforme o tipo de transtorno e o contexto populacional (Andrade et al., 2023; Convertino, Morland & Blashill, 2022; Malet-Karas, Bernard-Wallendorf & Piet Bertin, 2021). Em adolescentes brasileiros, o abuso sexual está relacionado a comportamentos purgativos, insatisfação corporal e uso de laxantes, sendo potencializado por fatores familiares (violência, distanciamento parental) e escolares (bullying) (Andrade et al., 2023). Estudos em grandes populações mostram que a violência sexual frequentemente precede o início dos sintomas alimentares, reforçando a necessidade de abordagens preventivas e de tratamento informadas pelo trauma (Hobbs, Martz, Wingrove & Curtin, 2025; Malet-Karas et al., 2021). Por fim, embora a associação seja mais robusta para bulimia e compulsão alimentar, a presença de abuso sexual também está ligada a piores desfechos e maior cronicidade em casos de anorexia nervosa (Convertino et al., 2022; Eilsen et al., 2023).

São fatores frequentes na etiologia e manutenção dos TA (incluindo a AN) eventos que podem se apresentar na dinâmica familiar, tais como negligência ou ausência dos pais, padrões de comunicação inadequados, práticas educativas inconsistentes, modelos de comportamento alimentar de risco, envolvimento dos filhos em conflitos familiares e parentais, entre outros (Gil, Oliveira-Cardoso, Pessa, Leonidas & Santos, 2022; Lima-Santos et al., 2023).

A busca obsessiva de controle do peso e a restrição calórica podem ocorrer na tentativa de fortalecer a autoestima, especialmente quando se trata de adolescentes – principal público afetado, uma vez que estes estão mergulhados em questões do desenvolvimento, próprias do período, especialmente relacionadas às relações interpessoais e à busca de uma identidade (Curzio et al., 2015).

Ainda no âmbito dos fatores ambientais na gênese e manutenção do quadro, o fator cultural ganha destaque na literatura. O ideal de magreza (frequentemente intangível) como algo a ser conquistado a qualquer custo, sobretudo entre as mulheres adolescentes e jovens, é apontado, na contemporaneidade, como um elemento de grande impacto na instalação e desenvolvimento da doença, bem como na modelação do comportamento alimentar (Gois & de Faria, 2021; Sangvai, 2016).

Tratamento da Anorexia Nervosa: Considerações Gerais

O tratamento da AN tem como meta a recuperação do peso corporal, a normalização do padrão alimentar e das percepções de fome e saciedade e a melhora do quadro de desnutrição (APA, 2023). O objetivo central é reabilitar o paciente nos aspectos clínicos, nutricionais e psicológicos, o que faz do trabalho em equipe multidisciplinar a estratégia mais desejável de acompanhamento (Alckmin-Carvalho et al., 2016; Moraes, Maravalhas & Mourilhe, 2019; Segreda Castro & Segura Araya, 2020).

Modelos teóricos atuais enfatizam a rigidez cognitiva e o perfeccionismo como variáveis psicológicas centrais para a manutenção do quadro, reforçando a importância de abordagens integradas no seu manejo clínico (Treasure & Schmidt, 2013). Além da recusa em manter um peso adequado, observa-se uma intensa aversão à possibilidade de engordar, acompanhada por uma distorção persistente da imagem corporal. Essa distorção impulsiona a adoção de comportamentos compensatórios extremos, como jejuns prolongados, exercício físico extenuante ou purgação, que comprometem gravemente tanto a saúde física quanto o funcionamento psicossocial (Cooper et al., 2016; Timmerman et al., 2019).

Dada a complexidade do quadro e a elevada frequência de comorbidades psiquiátricas, a literatura recomenda uma equipe multidisciplinar composta pelo menos por médico (psiquiatra), nutricionista e psicólogo, com experiência no manejo dos transtornos alimentares. Aponta, ademais, a conveniência de outros profissionais para uma evolução mais favorável do quadro, incluindo endocrinologista, fisioterapeuta e educador físico (Alckmin-Carvalho et al., 2016; Segreda Castro & Segura Araya, 2020; Timerman et al., 2019).

Como já foi ressaltado anteriormente, os pacientes normalmente não reconhecem a gravidade dos seus sintomas, ainda que possam perceber que estão abaixo do peso esperado. Sendo assim, é comum pacientes com AN serem levados para o tratamento e/ou à internação involuntária por se encontrarem em condições clínicas que oferecem risco à vida, e, nesse sentido, o primeiro objetivo é a reabilitação nutricional. A intervenção nutricional, então, é um elemento crucial no tratamento dos TA e, em especial, na anorexia nervosa, visando à recuperação física e mental (Alckmin-Carvalho et al., 2016; Freitas, Souza, Oliveira, Holanda & Gonçalves, 2024). Moraes, Maravalhas e Mourilhe (2019) enfatizam que não existe um peso ideal ou estabelecido de forma única para qualquer paciente, mas sim uma faixa de normalidade que estaria relacionada à melhora da qualidade de vida e que possa ser passível de manutenção por meio de um estilo de vida saudável.

Somente depois desse momento é que cabe tratamento psicológico, abordando-se os diversos fatores envolvidos na causalidade e manutenção do quadro. Costa e Melnik (2016), em uma revisão da literatura a respeito da intervenção psicossocial nos TA, encontram a recomendação de protocolos de tratamento multimodais compostos por modelos psicoterápicos comportamentais e cognitivos, associados a aconselhamento nutricional, psicoeducação e automonitoramento nutricional, além de medidas farmacológicas, quando aplicáveis.

A família é apontada em diversos estudos com um elemento que pode otimizar a eficácia do tratamento e a evolução positiva do quadro (Bonfim et al., 2024; Heller, 2001; Treasure, Parker, Oyeleye & Harrison, 2021). Por um lado, a família geralmente é parte do processo saúde-doença, e por isso precisa ser acolhida nos processos de cuidados (Gil et al., 2022), mas também é capaz de auxiliar no tratamento. O envolvimento da família no processo pode se dar de forma indireta, na medida em que esta pode ser capacitada a assumir uma postura ativa na direção de mudanças comportamentais recomendadas – por exemplo, mudanças no conteúdo e nas práticas alimentares. Por outro lado, a participação da família pode ocorrer de forma mais direta, em sessões de terapia ou de psicoeducação, por exemplo, que têm como meta última a mudança de comportamento (Bonfim et al., 2024; Gil et al., 2022; Souza & Pessa, 2016; Vilela e Souza & Santos, 2010). Ademais, investir na transformação das relações familiares pode contribuir para promover resultados mais efetivos e duradouros no tratamento (Gil et al., 2022).

O processo costuma ser longo, chegando a 5 ou 6 anos de duração, com elevados índices de abandono (Berends, Boonstra & van Elburg, 2018; Fichter, Quadflieg, Crosby & Koch, 2017; Quadflieg & Fichter, 2019; Smink, van Hoeken & Hoek, 2013), chegando à quase metade dos casos, o que parece depender da natureza do tratamento. Parece haver índices mais elevados de abandono em tratamentos de caráter mais educacional ou baseados num componente isolado, como acompanhamento nutricional, por exemplo. Por outro lado, menores índices de abandono são referidos quando os pacientes têm acesso a tratamentos multidisciplinares e marcados pela presença da família (Stefani et al., 2023; Treasure et al., 2021), reforçando, mais uma vez, o potencial impacto positivo desta no processo.

Pesquisas apontam que é comum a persistência e a manutenção de sintomas da anorexia, os quais podem resultar na cronicização da doença ou sua migração para outro quadro, sendo comum o reaparecimento da doença até alguns anos depois da alta e da remissão dos sintomas (Berends, Boonstra & van Elburg, 2018; Fichter, Quadflieg, Crosby & Koch, 2017; Quadflieg & Fichter, 2019; Smink et al., 2013). Estudos de acompanhamento evidenciam que o prognóstico tende a ser melhor quando o paciente obtém o diagnóstico de anorexia na adolescência (mais cedo). Quando a doença é diagnosticada mais tarde, na vida adulta, tende a ter desfecho pior, com índices mais elevados de mortalidade e cronicidade do quadro, o que destaca a importância de identificar sinais precoces da doença (Dobrescu, Dinkler, Gillberg, Rastam, Gillberg & Wentz, 2020).

A ANOREXIA NERVOSA À LUZ DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

Na perspectiva da Análise do Comportamento – a Ciência do Comportamento, cuja base filosófica é o Behaviorismo Radical, ambos propostos por Skinner (1953/2003) na primeira metade do século XX –, comportamento é um termo que vai além da ação isolada de um sujeito, humano ou animal, contemplando aquilo que um organismo faz e o ambiente onde este “fazer” acontece (de-Farias, 2010; Skinner, 1953/2003). Nas palavras de Pessoa e Velasco (2012): “Comportamento deve ser entendido como relação entre organismo e ambiente, ou seja, o intercâmbio que ocorre entre respostas emitidas pelo organismo e aqueles eventos do universo que estão diretamente relacionados a elas” (p. 26). Nesse sentido, uma compreensão behaviorista da anorexia nervosa não se ancora em uma explicação causal simples, mas em uma leitura funcional dos comportamentos envolvidos no processo. Ou seja, o foco não está em identificar um evento traumático ou um fator biológico isolado, mas em compreender como repertórios comportamentais são selecionados e mantidos por contingências específicas, ao longo do tempo, como se verá nesta seção.

Padrões Comportamentais Anoréxicos: Perspectiva Analítico-Comportamental

A definição da anorexia enquanto quadro psicopatológico ou transtorno mental, alinhada com a perspectiva psiquiátrica, como foi apresentada anteriormente nesse capítulo, contempla a classificação de sintomas e a análise de indivíduos com base em uma “normalidade” pré-estabelecida, ou seja, é baseada em critérios topográficos e estatísticos. O uso de classificações psiquiátricas por analistas do comportamento é comum por várias razões, incluindo a facilitação da comunicação interdisciplinar com profissionais da área da saúde e a realização de estudos/pesquisas. No entanto, a Análise do Comportamento privilegia, na compreensão de quadros psicopatológicos, como a AN, critérios como:

1. Funcionalidade: busca de relações funcionais entre comportamento e ambiente. Indivíduos emitem comportamentos selecionados por suas consequências (Skinner, 1953/2003, 1981/2007);
2. Análise idiográfica do comportamento: busca de relações funcionais para problemas de comportamento de clientes individuais (Nery & Fonseca, 2018); e
3. Modelo contextualista/externalista de causalidade: a causa/explicação para os comportamentos não está “dentro” do indivíduo, devendo ser buscada na relação do organismo com o ambiente (de-Farias, 2010; Gongora, 2003; Skinner, 1953/2003).

Abordando o comportamento dos organismos a partir do arcabouço teórico da Análise do Comportamento, Skinner (1974/2011) aponta para a análise funcional de comportamentos únicos que emergem em cada uma das relações organismo-ambiente. Assim, contrapondo-se a uma abordagem nomotética de comportamentos tidos como socialmente como “psicopatológicos”, Skinner propõe que se busque por uma ordem entre os eventos, com o propósito de chegar à raiz dos comportamentos, a uma explicação funcional dos mesmos.

Em 1981, Skinner propõe uma nova noção de determinação do comportamento que denomina modelo de seleção por consequências. Aponta, na proposta, três níveis causalidade ou de seleção, os quais operam independentemente: filogênese (ou a seleção comportamental que ocorre no nível das espécies, visando à sua preservação), ontogênese ou condicionamento respondente e operante (seleção dos comportamentos a partir das experiências e interações com o ambiente que modelam o comportamento individual ao longo do desenvolvimento), e cultura (seleção de comportamentos em contextos socioculturais específicos) (Couto & Andery, 2020; Glenn et al., 2016). Nas palavras de Skinner (1981/2007):

o comportamento humano é o produto conjunto de (a) contingências de sobrevivência responsáveis pela seleção natural das espécies, e (b) contingências de reforçamento responsáveis pelos repertórios adquiridos por seus membros, incluindo (c) contingências especiais mantidas por um ambiente cultural evoluído (p. 131).

Nessa perspectiva, analisar repertórios comportamentais implica em observar como os comportamentos de cada indivíduo foram selecionados pelos efeitos que produziram e produzem no mundo. Em outras palavras, o esforço volta-se para a busca pelas contingências instaladoras e mantenedoras de cada repertório comportamental (Chiapetti, Galdino, Silva & Nogueira, 2017). Nesse contexto, a AN é entendida como um conjunto de padrões comportamentais rigidamente mantidos por reforçadores sociais, culturais e emocionais, como a aprovação por autocontrole, a validação estética, ou o alívio de experiências internas aversivas. Esses padrões se desenvolvem de forma gradual e são sensíveis aos contextos relacionais e culturais nos quais o indivíduo está inserido – especialmente aqueles marcados por padrões de exigência, comparação social e idealizações em torno da magreza (Törneke, Luciano & Valdivia Salas, 2008).

O comportamento de recusa alimentar ou distorção da imagem corporal pode ser compreendido como governado por regras (estímulos antecedentes verbais), frequentemente derivadas de processos verbais e relacionais que envolvem fusão cognitiva, autocontrole rígido e esquiva experiencial – todos componentes centrais no entendimento da psicopatologia na perspectiva da Terapia de Aceitação de Compromisso (ACT, do inglês *Acceptance and Commitment Theory*), modelo proposto por Steven Hayes no final da década de 1980. A ACT aborda os fatores de manutenção centrais do transtorno, como a supervalorização do controle sobre alimentação, peso e forma corporal, e a evitação experiencial de emoções e pensamentos negativos relacionados ao corpo e à comida. Nesse contexto, a ACT busca aumentar a flexibilidade psicológica, promovendo a aceitação de experiências internas desconfortáveis e o compromisso com ações alinhadas a valores pessoais (Hayes, Strosahl & Wilson, 2021). Visando à interrupção do ciclo de manutenção da anorexia, buscar-se-ia a superação das respostas rígidas de restrição alimentar, caracterizadas por padrões cognitivos rígidos, perfeccionismo, evitação emocional e comportamentos habituais de restrição. Estudos indicam a ACT como um modelo efetivo de tratamento na anorexia, no entanto recomendam tratamentos mais longos e de maior integração com estratégias de restauração de peso e enfrentamento dos fatores perpetuadores estabelecidos (Parling, Cernvall, Ramklint, Holmgren & Ghaderi, 2016).

Na Análise do Comportamento, então, a AN é compreendida como um quadro marcado pela presença de padrões de comportamento alimentar (patológicos) multideterminados, nos quais interagem aspectos filogenéticos, ontogenéticos e culturais. Nessa perspectiva os comportamentos dos indivíduos – incluindo os padrões anoréxicos – transformam-se em cada relação indivíduo- ambiente, o que define a conduta humana como mutável e adaptativa às contingências (Chiapetti et al., 2017). Pensar em comportamentos patológicos, em Análise do Comportamento, como é o caso dos padrões típicos do quadro de anorexia – redução na ingestão alimentar, contagem obsessiva de calorias ao consumir alimentos, classificação de alimentos de acordo com o “potencial para engordar”, escolha alimentos menos calóricos, emprego de métodos purgativos, e outros –, é percebê-los como naturais, pois sua origem está na adaptação, por parte do organismo, às diversas contingências às quais este está submetido (de-Farias, 2010; Gongora, 2003), ainda que tais padrões sejam socialmente inadequados e que possam causar sofrimento, e até risco de morrer.

Na perspectiva da Análise do Comportamento, conseqüentemente, duas pessoas com anorexia possuem formas de agir topograficamente semelhantes (mesmos “sintomas”), porém histórias de vida/aprendizagem e funcionalidade de suas ações, distintas (Chiapetti et al., 2017). Fazer jejum, por exemplo, produz conseqüências diferentes no ambiente, incluindo atenção e cuidado da família e/ou elogios dos pares.

O Comportamento Alimentar de Clara a partir do Modelo de Seleção pelas Conseqüências

Em “Êxtase”, Clara vivencia um processo saúde-doença que tem início no final da infância e vai até quase o final da adolescência. Suas experiências são marcadas pela busca obsessiva de controlar seu peso. Não obstante, ignora tentativas de diversas pessoas de sua rede de apoio, como a mãe, a professora de balé e profissionais de saúde, de ajudá-la a superar a doença. Ao longo da trama, Clara segue obstinada a alcançar o “peso ideal”, o que é incompatível com a manutenção da saúde e até mesmo é um fator de extremo risco para a manutenção de sua vida.

As cenas iniciais de "Êxtase" apresentam Clara em sua infância. Apesar da simplicidade material, as imagens transmitem um ambiente afetivo, comunitário e funcional, que favorece o desenvolvimento de repertórios saudáveis de interação. A narração resgata memórias significativas – tanto marcadas por medo e vulnerabilidade, quanto por afeto e pertencimento – compondo o que podemos chamar de contexto de saúde. Nesse cenário, a personagem demonstra estar em contato com experiências diretas (ou seja, com contingências naturais de reforço), o que está alinhado com a noção de funcionalidade social do comportamento e com uma vivência menos governada por regras rígidas ou autocontrole (Törneke et al., 2008).

A mudança para Brasília, no entanto, representa uma ruptura abrupta. A perda de acesso à mãe e o consequente isolamento social iniciam um processo de desamparo e reorganização comportamental. A menina, com cerca de 10 anos, começa a se afastar do contato direto com contingências reforçadoras: a mãe (família), os pares da comunidade, a escola e a própria comunidade como um todo. Nesse contexto, observa-se que o comportamento deixa de ser controlado pelas contingências naturais: não é capaz de discriminar que o comportamento de "não comer" a está adoecendo. Isto favorece a rigidez comportamental e a manutenção de padrões de comportamento alimentar e social tidos como disfuncionais. Passa, então, a operar cada vez mais sob *controle de regras*, especialmente aquelas associadas a padrões culturais de perfeição, disciplina e magreza. Esse tipo de organização comportamental tem sido frequentemente associado, na literatura da Análise do Comportamento, ao surgimento e manutenção de quadros psicopatológicos (Gil-Luciano, Calderón-Hurtado, Tovar, Sebastián & Ruiz, 2019; Hayes et al., 2019).

Compreender comportamentos complexos, como os que envolvem o comer e o não comer (alimentação), demanda uma análise que leve em conta múltiplos níveis de seleção, como já foi ressaltado (Couto & Andery, 2020; Glenn et al., 2016). Essa estrutura analítica permite compreender, de forma integrada, os processos biológicos, históricos e sociais que participam da constituição das práticas alimentares, especialmente quando essas práticas se tornam perigosas à saúde (Glenn et al., 2016; Skinner, 1981/2007), ainda que tenham uma ou diversas funções no repertório comportamental, tais como perder peso ou não ganhar peso, receber aprovação social por estar dentro de rígidos padrões de beleza, produzir atenção em pessoas próximas, entre outras, que seriam mantidas especialmente por reforço positivo ou negativo.

No documentário "Êxtase" (2020), esses três níveis de seleção se entrelaçam na trajetória da protagonista, contribuindo para a formação de comportamentos alimentares específicos. No nível filogenético, estamos falando de predisposições evolutivas da espécie humana, como a atração por alimentos mais calóricos, a sensibilidade a estímulos sociais e a tendência à imitação de modelos, promovendo a capacidade de formar conexões sociais que favorecem a sobrevivência. Esses instintos básicos não determinam diretamente o comportamento, mas criam condições iniciais nas quais as experiências posteriores podem se encaixar, orientando a forma como o comportamento se desenvolve ao longo da vida (Catania, 1998/1999). Em outras palavras, compõem o pano de fundo biológico sobre o qual os demais níveis – ontogênese e cultura – atuam. Tais predisposições não determinam o comportamento alimentar, portanto, mas estabelecem condições iniciais sobre as quais as contingências de reforçamento e punição incidirão ao longo da vida (Catania, 1998/1999).

Quando observamos o nível ontogenético, que se refere à história de vida do indivíduo nos seus contextos de convivência, vemos o comportamento da protagonista sendo profundamente moldado por suas interações com o ambiente, especialmente em momentos de crise. A mudança de cidade e a perda de figuras de apego (especialmente a mãe) promovem um cenário de perda de contato com reforçadores sociais significativos. Observa-se um afastamento das respostas naturais às contingências ambientais, levando a uma forma de regulação do comportamento que se baseia mais em regras que descrevem padrões ideais de corpo e valor pessoal, do que em sinais biológicos de fome e saciedade. Nesse sentido, o comportamento alimentar passa a ser controlado por consequências sociais, tais como elogios a um corpo magro ou críticas a um "corpo gordo". Essas regras, muitas vezes apresentadas durante a infância e adolescência, criam padrões rígidos de comportamento, como a busca por controle alimentar e magreza, que tornam o comportamento alimentar um reflexo das expectativas externas, em vez de um reflexo de necessidades biológicas genuínas (Hülsdünker & Kanfer, 2020; Törneke et al., 2008). Instala-se, então, um cenário com padrões comportamentais inflexíveis e insensíveis às consequências reais do ambiente.

Por fim, o comportamento da protagonista é fortemente influenciado por práticas sociais amplamente compartilhadas e reforçadas, como o culto à magreza, a valorização do autocontrole extremo e a associação entre disciplina corporal e sucesso. As normas e práticas compartilhadas pela sociedade desempenham um papel fundamental na formação de comportamentos alimentares. O ambiente social em que a protagonista se insere, com seu culto à magreza e à disciplina extrema, funciona como um sistema de reforçamento coletivo que mantém certos padrões comportamentais. Essas normas culturais, disseminadas por meio de mídias e instituições sociais, operam como metacontingências, ou seja, estruturas de reforço que sustentam práticas coletivas e, conseqüentemente, regulam os comportamentos individuais de maneira que muitas vezes perpetuam quadros tidos como "disfuncionais" (Glenn et al., 2016). O documentário evidencia como tais padrões culturais, ao se tornarem regras e autorregas (aquelas formuladas pela própria pessoa), colaboram para a persistência de comportamentos alimentares problemáticos, mesmo diante de sérios prejuízos físicos e emocionais, e, inclusive, do risco à vida.

Clara e a Anorexia: Contextos de Emergência e de Controle da Doença

Ao longo do filme, é possível observar o impacto dos contextos nos quais Clara está inserida, desde a infância até o final da adolescência, no surgimento e evolução da anorexia. A criança Clara vive numa comunidade simples, onde vivencia predominantemente experiências reforçadoras. Quando a família se muda para Brasília, o ambiente passa a ser marcado pela redução de reforçadores importantes. A mãe se distancia enquanto fonte de afeto e atenção, e a menina conhece a solidão, sendo excluída até mesmo pelos pares. Num contexto marcado por elementos aversivos, e com pouco suporte, Clara enfrenta as mudanças físicas, cognitivas e psicossociais da adolescência, evidenciando-se dificuldade em lidar com as mudanças corporais e a possibilidade de ganhar peso. Encontra, pois, no controle obtido sobre o próprio corpo, praticamente a única fonte de reforçamento, e no isolamento da anorexia uma forma de lidar com a solidão (Gomes, 2020). Finalmente, após uma experiência de "quase morte", no ápice da doença, Clara começa a ter consciência do seu problema e demonstra tentativas sutis de superá-lo. Nesse momento, merece destaque o seu ingresso na universidade e seu empenho na superação da solidão e da doença. Clara se reconecta com a mãe, estabelece relações interpessoais reforçadoras com seus pares e se sente parte da cidade de Brasília. Em outras palavras, ela se reencontra com a comunidade protetora da infância e com os reforçadores que marcavam sua vida no contexto de saúde.

Apresenta-se, a seguir, os contextos referidos, destacando aspectos que entendemos como importantes na emergência, evolução e controle da anorexia.

A comunidade: contexto de saúde (antes da anorexia)

Clara vive sua infância numa comunidade simples, sente-se parte da mesma e é feliz, conforme sugerem as cenas iniciais do filme, que mostram contextos como:

1. Clara criança em seu quarto, observa a comunidade pela janela, enquanto relata a importância política da mãe (e da família) na comunidade;
2. crianças felizes brincando na comunidade (fotos), sugerindo que Clara teria esse tipo de experiência quando criança;
3. Clara descreve o processo de construção de sua casa, sugerindo a participação da comunidade; e
4. Clara percebe sua mãe como uma pessoa forte, que se projeta como uma referência para a comunidade.

O Quadro 1 apresenta análises funcionais de cenas que evidenciam a comunidade predominantemente como um contexto protetivo.

S ^D ANTECEDENTE OU CONTEXTO	R RESPOSTA	S ^C CONSEQUÊNCIA	PROCESSO
Vida na comunidade. País, especialmente a mãe, politicamente engajados e dando suporte à comunidade. Mãe é vista como forte. Muita gente em casa, porém experiência de comunidade.	Interage/está com muitas pessoas. Observa e participa das ações da família e aprende sobre fazer diferença no mundo. Percebe-se como parte da comunidade.	A família é valorizada/validada pela comunidade (ela é parte disso) (R+) Dificuldades de um contexto com poucos recursos são atenuadas. e.g., a casa da família foi construída a partir de um esforço coletivo da comunidade (S ^{R+}).	Adição de estímulos apetitivos/reforçadores: gratidão e reconhecimento pelas ações da mãe/família na comunidade (Reforçamento positivo). Possíveis efeitos: orgulho; satisfação (comportamentos respondentes). Retirada de estímulos aversivos: esquiva de problemas relativos à pouca disponibilidade de recursos (a comunidade se apoia) (reforçamento negativo). Possível efeito: alívio/segurança frente às dificuldades (respondente).
Mãe envolvida com questões da comunidade/ocupada (privação materna).	Clara permanece muito tempo sozinha (sem atenção da mãe), em seu quarto.	Perde o acesso à mãe (que sempre está muito ocupada com todos) (P-).	Retirada de estímulos reforçadores: a mãe é forte, mas não está disponível para ela (punição negativa). Possível efeito: solidão (respondente).
Mãe sofre pressão social/policial em razão do seu engajamento político. A mãe está vulnerável na situação.	Percebe a fragilidade da mãe e a possibilidade de perdê-la. Percebe a própria fragilidade.	A família/mãe e a comunidade estão sob sério risco (P+). Medo de perder a mãe/medo que algo aconteça à mãe e/ou a ela mesma (respondente).	Adição de estímulos aversivos: Clara pode perder a mãe. Não há o que possa ser feito concretamente para assegurar a segurança e permanência da mãe – e nem a sua própria segurança (punição negativa).
Mãe sofre pressão social/policial em razão do seu engajamento político ("assalto").	Reza para a mãe não morrer/se ferir. Reza pela própria segurança. (fuga).	Ela e a mãe conseguem manter-se seguras (reforçadores acidentais, mantendo um comportamento supersticioso) (R-).	Retirada de estímulos aversivos: reza (fuga) para que a mãe fique bem e para que ela também fique protegida (por Deus) (reforçamento negativo). Possível efeito: alívio/segurança frente ao risco de dano/morte da mãe e dela mesma (respondente).

Quadro 1. Análise funcional do comportamento de Clara antes da anorexia (contexto de saúde). A sigla refere-se a estímulo discriminativo, R à resposta, S^C a estímulo consequente, R+ a reforçamento positivo, R- a reforçamento negativo, P+ à punição positiva, e P- à punição negativa.

Mesmo nesse contexto (vida na comunidade), no entanto, algumas cenas evidenciam que a menina já sofre a privação da mãe, que está pouco disponível por ser muito ocupada. Clara pode ser vista sozinha em seu quarto e descreve sua casa como um "comitê". As cenas evidenciam que a mãe se encontra nesse processo há muito tempo, mais precisamente desde antes do nascimento da menina: numa foto, observa-se a mãe, grávida de Clara, em frente à polícia montada, para proteger

trabalhadores. Além disso, num certo ponto, se observa uma cena que sugere que a mãe tenha sido presa e/ou que sofre violência policial (Clara descreve como assalto). Nesse momento, Clara demonstra medo intenso de perder a mãe e nota sua vulnerabilidade. As cenas mostram a menina rezando para que Deus proteja a mãe e também a proteja, demonstrando sofrimento.

A despeito dos problemas pelos quais passa com sua família e da privação da mãe, poder-se-ia dizer que ela tem laços (delicados, como expressa a diretora do filme) com a comunidade, os quais a protegem e viabilizam uma evolução relativamente feliz e segura, durante a infância. Daí entende-se que o contexto que se apresenta é efetivo em protegê-la.

Brasília e o mergulho da mãe na política: contextos que favorecem o adoecimento (emergência da anorexia)

Com a eleição da mãe como deputada federal, a família se muda para Brasília. A mãe então se envolve profundamente na política e o acesso a ela passa a ser bem mais escasso. As cenas mostram Clara tentando localizá-la, por telefone, sem sucesso, evidenciando um processo de privação materna (privação de afeto).

Como se observa no Quadro 2, Clara cria um personagem, o "Sr. Ovo", com quem mantém diálogos privados acerca de suas impressões sobre a cidade de Brasília, e sobre outros temas. Com a redução do acesso à mãe, esta parece uma estratégia para lidar com a solidão, ainda no final da infância.

A família matricula Clara numa escola católica de ensino fundamental e na escola de balé, buscando uma boa educação para a filha. No entanto, o acolhimento, em ambos os contextos, é pobre, e Clara passa muito tempo sozinha, chegando a ser francamente excluída pelos pares, o que se observa na escola de balé, quando a menina ouve colegas comentando sobre o fato de ela ser "estranha".

Clara é agora uma pré-adolescente que enfrenta a avalanche de mudanças (físicas e psicossociais), típicas dessa fase, com pouco suporte. Entre descobertas da fase, sofre punição quando beija a boca de uma coleguinha, e elas são afastadas, aumentando a solidão. Clara lida com dificuldades com as mudanças corporais que se anunciam, que parecem sinalizar a possibilidade de ganhar peso. Assim, ainda na pré-adolescência, começa a apresentar comportamentos anoréxicos diversos: reduz drasticamente a ingestão alimentar, classifica os alimentos de acordo com a quantidade de calorias, escolhendo aqueles que têm menos calorias para consumir (em quantidades muito pequenas). Dessa forma, evita ganhar peso e freia, em algum nível, as mudanças corporais.

Confraternizações e festas, que incluíam a alimentação/o ato de alimentar-se, eram comuns desde o Jardim Ângela. Com o ingresso formal da mãe na política e a mudança para a capital do país, tornam-se ainda mais comuns. É importante destacar que, nessas ocasiões, a mãe não está disponível para a filha. Em meio a pessoas desconhecidas, Clara permanece em silêncio ou se isola em seu quarto, quando isso é possível. Nesse contexto, os comportamentos compatíveis com anorexia tornam-se frequentes e se apresentam como uma forma de ter controle sobre seu próprio corpo, quando o cenário é de total falta de controle sobre o que lhe acontece, incluindo a mudança de cidade e de escola, e a exclusão, que se tornou habitual com a saída da comunidade original. Sobre as ocasiões de confraternização e as refeições, em especial, é possível que elas tenham assumido uma função punitiva para Clara, pois a atenção da mãe era ainda mais escassa nessas ocasiões.

S ^D ANTECEDENTE OU CONTEXTO	R RESPOSTA	S ^C CONSEQUÊNCIA	PROCESSO
Mãe é eleita deputada federal e a família se muda para Brasília. Mãe mergulha na política e se ausenta a maior parte do tempo (privação materna).	Busca (sem sucesso) a mãe no trabalho. Telefona muitas vezes para o gabinete da mãe tentando localizá-la. Cria um personagem com quem parece dialogar (privadamente) sobre a cidade: o Sr. Ovo.	Perda do acesso à mãe (muito ocupada no contexto da política) (P-). O "Sr Ovo" interage com ela, preenchendo o vazio deixado pela ausência da mãe e pelo afastamento da comunidade (R-).	Retirada de estímulos reforçadores: a mãe não está disponível para ela por estar sempre ocupada (punição negativa). Possível efeito: solidão (respondente). Retirada de estímulos aversivos: o "Sr Ovo" lhe faz companhia, reduzindo o impacto da solidão (reforçamento negativo). Possível efeito: alívio (respondente).
A mãe matricula Clara numa escola católica e no balé (busca de boas opções de educação). Ausência da comunidade/laços (solidão)	Vai para uma nova escola, de destaque, em Brasília, onde tem poucas amigas. Permanece sozinha ou com poucas colegas na escola (não é acolhida).	Perda das relações da infância (na comunidade) (P-) Pobre acolhimento na nova escola, na escola de balé e na nova cidade (P-).	Retirada de estímulos reforçadores: estuda numa boa escola e faz balé, porém perde as relações de afeto e mais simples da comunidade de origem (punição negativa). Possível efeito: solidão (respondente).
Pré-adolescência (mudanças físicas, cognitivas e comportamentais). As mudanças sinalizam a possibilidade de o corpo ganhar peso. Seu crescimento e desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários sinalizam a possibilidade de engordar. Uma colega comenta sobre outra menina havia ficado com a perna grossa. Medo de engordar (respondente). Desejo de permanecer magra/ter controle absoluto sobre o corpo (padrão de controle).	Enfrenta os desafios da pré-adolescência e adolescência sozinha/ com pouco apoio. Beija uma coleguinha da classe (na boca). Preocupa-se com as mudanças corporais (e.g., pensa como não deseja ficar assim, como a com a perna grossa). Apresenta comportamentos alimentares compatíveis com anorexia: reduz ingestão alimentar; conta calorias que consome; classifica alimentos de acordo com o "potencial para engordar"; escolhe alimentos menos calóricos.	Perda do controle com o crescimento (formas corporais podem mudar/pode ganhar peso) (P-). A direção do colégio pune o comportamento de Clara (o beijo na colega) e ambas são separadas (vão para classes diferentes). Perde a única amiga que tinha na escola atual (P-). Evita ganhar peso/ evita mudança de suas formas corporais (R-). A mãe dá atenção, demonstra preocupar-se com ela e a leva aos médicos (R+).	Retirada de estímulos reforçadores: mudanças no corpo sinalizam a perda do controle sobre ele (punição negativa). A coleguinha (que ela beija) é uma das pessoas com quem interage e ambas são afastadas (punição negativa). Possível efeito: solidão (respondente). Retirada de estímulos aversivos: não engorda/não ganha peso (ganho de peso é aversivo) (reforçamento negativo). Possível efeito: alívio (respondente). Adição de estímulos reforçadores: consegue manter o controle sobre o próprio corpo/mantém-se magra; a mãe dá atenção/cuida dela (reforçamento positivo). Possíveis efeitos: orgulho; satisfação, "êxtase" (pelo autocontrole percebido). Além disso, sente-se cuidada/protegida pela mãe (respondentes).

S ^D ANTECEDENTE OU CONTEXTO	R RESPOSTA	S ^C CONSEQUÊNCIA	PROCESSO
Exclusão/pouca aceitação pelos pares (escola e aulas de balé). Ouve colegas do balé comentando sobre ela ser "esquisita/estranha".	Permanece sozinha ou com poucos colegas na escola. Afasta-se das colegas do balé (isola-se). Assume-se/percebe-se "esquisita".	Perda das relações da infância (comunidade) (P-). Isolamento (P-).	Retirada de estímulos reforçadores: é excluída pelos pares, na escola e nas aulas de balé (punição negativa). Possíveis efeitos: frustração; solidão (comportamentos respondentes).
Festa/confraternizações frequentes com pessoas estranhas em sua casa ou em outros lugares. Mãe se projeta como liderança/política de destaque, porém pouco disponível/não acessível. Medo de engordar. Desejo de permanecer magra/ter controle absoluto sobre o corpo.	Alimenta-se na presença de pessoas estranhas. Permanece em silêncio enquanto as pessoas interagem. Apresenta comportamentos alimentares compatíveis com anorexia. Isola-se/permanece no quarto (em casa).	Perda da atenção da mãe/família (P-). Perda da privacidade da vida em família. Obtenção de controle sobre o corpo (peso) (R+).	Retirada de estímulos reforçadores: a mãe/os pais mergulham nos processos da política e Clara tem pouco acesso a eles (punição negativa). Possíveis efeitos: frustração, solidão, desamparo (comportamentos respondentes). Adição de estímulos reforçadores: consegue manter o controle sobre o próprio corpo/mantém-se magra. Possíveis efeitos: orgulho; satisfação, "êxtase" (pelo autocontrole percebido).
Está num evento com a mãe, que a observa e tenta controlar o que Clara come. No seu quarto e diante do espelho, observando seu corpo profundamente emagrecido.	Apresenta comportamentos alimentares compatíveis com anorexia. Mastiga os alimentos e os cospe/embrulha em guardanapos e os guarda na bolsa para dispensá-los depois. Atenta demasiadamente para o corpo e as suas formas, no espelho. Pesa-se com frequência.	Mantém peso/Não engorda (ganho de peso é aversivo) (R-). Controla o próprio corpo (R+).	Retirada de estímulos aversivos: evita ganho de peso (reforçamento negativo). Adição de estímulos reforçadores: consegue manter o controle sobre o próprio corpo/mantém-se perdendo peso (reforçamento positivo). Possíveis efeitos: orgulho; satisfação, "êxtase" (pelo autocontrole percebido) (respondentes).
Privação alimentar (sensação de "fome"). Desejo de continuar perdendo peso.	Pratica exercícios exaustivamente e se concentra neles (corre).	Distrai-se de pensamentos sobre "fome" e ingestão de alimentos (R-).	Retirada de estímulos aversivos: quando pratica exercícios e quando se concentra no ponto azul em ocasiões em que deveria se alimentar, distrai-se da sensação de

S ^D ANTECEDENTE OU CONTEXTO	R RESPOSTA	S ^C CONSEQUÊNCIA	PROCESSO
Disponibilidade de alimentos. Ponto azul (evento privado/fantasia).	Apresenta comportamentos compatíveis com anorexia. Concentra-se no ponto azul e se distrai quando se apresentam ocasiões em que deveria se alimentar.	Distrai-se da sensação de fome e dos pensamentos sobre se alimentar quando se concentra no ponto azul (R-). Não ganha peso (R-).	fome e do desejo de comer; além disso, evita o ganho de peso (reforçamento negativo). Possível efeito: alívio (respondente).
Mãe, professora de balé, e profissionais de saúde chamam a atenção para a necessidade de se alimentar e sobre o risco de não se alimentar (anorexia). Desejo de continuar perdendo peso. É alertada pelos profissionais de saúde sobre o risco de morte em razão de não se alimentar.	Ignora as recomendações sobre a necessidade de mudar seu comportamento (se alimentar). Pratica exercícios exaustivamente (corre). Ignora os alertas dos profissionais de saúde sobre a gravidade da sua doença. Não se "importa" com o risco de morte.	Chega, com sucesso, a metas extremas de perda de peso (R+). Obtém controle do próprio corpo, decidindo sobre quanto ingere (o mínimo) (R+). Consegue interferir em alterações fisiológicas (interrupção do ciclo menstrual) (R-). Passa mal enquanto corre (desmaia) (P+). Mãe dá atenção/leva aos médicos (R+). É internada, recebe alimentação enteral (por sonda) e é novamente alertada sobre a gravidade do seu estado corporal (P+).	Adição de estímulos reforçadores: consegue manter o controle sobre o próprio corpo e peso. A mãe dá atenção/cuida dela (reforçamento positivo). Possíveis efeitos: sente-se cuidada/ protegida pela mãe. "Êxtase" (pelo autocontrole percebido) (respondentes). Retirada de estímulos aversivos: a restrição calórica e outras estratégias para perder peso/evitar o ganho ponderal levam à suspensão da menstruação (mudanças da adolescência são aversivas) (reforçamento negativo). Possíveis efeitos: Alívio (respondente). Adição de estímulos aversivos: passa mal durante os exercícios (punição positiva). O internamento para tratamento compulsório é invasivo. Possível efeito: sensação de fraqueza e mal-estar quando desmaia; desconforto com medidas para tratar a anorexia (respondentes).

Quadro 2. Análise funcional do comportamento de Clara com anorexia (contexto de adoecimento). A sigla refere-se a estímulo discriminativo, R à resposta, S^C a estímulo consequente, R+ a reforçamento positivo, R- a reforçamento negativo, P+ à punição positiva, e P- à punição negativa.

Evidenciando o que destaca Heller (2001) a respeito do controle restritivo do peso, o sucesso na restrição calórica torna-se a principal, senão a única fonte de reforçamento na vida de Clara, que passa a dedicar muito tempo na busca e execução de estratégias para o controle do peso, abandonando outras atividades que possibilitariam diversificar as fontes de reforçamento.

Em Brasília, rompem-se os laços com a comunidade original. A mãe se envolve mais com as atividades políticas. Cenas demonstram de forma sutil o sofrimento da personagem diante da ausência da mãe e da mudança para a capital do país. Reduzem-se as oportunidades de validação (reforçamento) e aumentam as contingências aversivas, incluindo a ausência da mãe, as dificuldades para inserir-se nos grupos, a exclusão pelos pares e a ausência de laços. Evidencia-se o gradual isolamento, antes imposto e posteriormente buscado, sendo sua expressão máxima, a anorexia.

Por outro lado, a restrição alimentar e a perda de peso podem ter sido reforçadas pela atenção que Clara recebia de sua mãe em razão da doença. Além disso, Clara relata que é prazeroso não comer, ou seja, manter-se privada de alimentos. "Êxtase" é o que ela sente: quanto mais tempo ela fica sem comer, mais forte/competente se sente.

Como expressa a diretora do filme, Moara Passoni (Gomes, 2020), manter o controle absoluto sobre o corpo é, então, uma forma de proteger-se no próprio isolamento. E, nesse contexto, comer é igual a ganhar peso, que, por sua vez, é igual a perder o controle e fracassar. Uma estratégia para lidar com a sensação de fome em ocasiões em que se esperaria que se alimentasse é o ponto azul, um evento privado ou encoberto, uma fantasia que tem a função de estímulo discriminativo, propiciando um contexto para o comportamento de fuga/esquiva (distracção) em relação ao desejo de comer, incompatível com seu propósito de perder peso ou evitar ganhá-lo, a todo custo.

Em diversos momentos, em Brasília, observam-se esforços de Clara para ser aceita, inserir-se nos grupos. Porém, é evidente a exclusão e/ou sua percepção de que é excluída. Mantém-se o ciclo da busca de aceitação e adequação (à nova vida, cidade e condição de vida) pela via da doença e do isolamento na anorexia.

Num processo de adoecimento que escalona, Clara é alertada quanto ao risco do seu estado de emagrecimento e sobre a expectativa de que se alimente. Ignorando esses alertas Clara passa mal (desmaia) enquanto pratica exercícios de forma exaustiva (corre). Nesse momento, entende-se que a personagem é internada e passa por tratamento. Num processo de morte simbólica – é a primeira cena no filme e momentaneamente o espectador tem a impressão de que a personagem morre –, o controle da doença não acontece tão rapidamente, e Clara sai do hospital e segue resistente à ideia de mudar seu comportamento alimentar de risco, como se verá.

Final da adolescência e ingresso na universidade: superando a anorexia (contexto de controle da doença)

Clara, no final da adolescência e após vários processos de tratamento e ainda muito magra, começa a apresentar algumas mudanças de comportamento, conforme as cenas apresentadas no Quadro 3, evidenciando que finalmente existe uma percepção de que seu estado de extrema magreza precisa ser superado.

Numa das cenas, Clara está na banheira e volta a menstruar, algo que ela parece aceitar naturalmente, o que aponta para uma compreensão do seu adoecimento e da necessidade de superar essa condição. Em seguida, ela vai até a sala, aproxima-se da mãe, que está sentada no sofá, e pousa a cabeça no ombro dela, sugerindo o desejo de aproximar-se novamente da mesma.

S ^D ANTECEDENTE/CONTEXTO	R RESPOSTA	S ^C CONSEQUÊNCIA	PROCESSO
Em casa, após o último internamento. Tomando banho na banheira A mãe está na sala, sugerindo atenção à doença e ao tratamento de Clara.	Toma banho no chuveiro enquanto olha para o seu corpo emagrecido. Percebe seu estado de adoecimento (a cena sugere consciência do seu estado). Senta-se na banheira e percebe que está menstruando novamente. Sai da banheira, mais tarde, e vai até a sala, onde pousa a cabeça no ombro da mãe, que está sentada no sofá.	O processo de controle da doença inicia com aceitação e compreensão do próprio adoecimento e a perspectiva de melhora (R-). A mãe a acolhe carinhosa e cuidadosamente (R+).	Retirada de estímulos aversivos: quando se percebe adoecida/emagrecida, demonstra compreender a necessidade de mudança. Aceita tranquilamente o retorno do ciclo menstrual, sugerindo estar aberta às mudanças corporais da adolescência (reforçamento negativo). Possível efeito: alívio (respondente). Adição de estímulos reforçadores: aproximação da mãe, que cuida dela (reforçamento positivo). Possíveis efeitos: sente-se cuidada/protegida pela mãe. (respondentes).
Estar na universidade Faculdade/curso de Arquitetura (atenção à forma) Colegas com quem pode interagir e se relacionar. Pessoas com quem pode estabelecer relacionamento íntimo Acolhimento pelos grupos/ pessoas Privação de contatos sociais – Desejo de não estar mais sozinha – abandonar a solidão.	Interage com pessoas. Estabelece relações de amizade no curso/fora dele/na cidade de Brasília. Vai a festas e ri, dança, interage com pessoas, paquera e se alimenta. Envolve-se com alguém (relacionamento íntimo). Envolve-se com o curso de arquitetura. Ressignifica/aprecia a cidade de Brasília.	É acolhida pelas pessoas: no curso/ Universidade, na cidade, na vida (S ⁺⁺). É desejada/amada (R+). Ganha peso (isso deixa de ser aversivo) (R+). Supera a preocupação obsessiva com as formas do corpo (R+). Aprende e amadurece no curso e com interações positivas e acolhedoras (R+).	Adição de estímulos reforçadores: consegue interagir de forma positiva com pares. Consegue estabelecer relacionamento amoroso. Ganha peso e formas corporais adequadas à fase de desenvolvimento (reforçamento positivo). Possíveis efeitos: sente-se amada e acolhida; sente-se bonita e adequada (superação da preocupação obsessiva com o corpo). (respondentes).

Quadro 3. Análise funcional do comportamento de Clara quando supera a anorexia (contexto de controle da doença). A sigla S^D refere-se a estímulo discriminativo, R à resposta, S^C a estímulo consequente, R+ reforçamento positivo, R- a reforçamento negativo, P+ à punição positiva, e P- à punição negativa.

Nas cenas que se seguem, Clara vai para a universidade cursar Arquitetura, curso cujo foco é justamente a forma, a estrutura e/ou a estética. Pode-se supor que ela desloca a atenção das suas formas (do seu corpo) para as formas da cidade que a cerca. Brasília, repleta de estruturas e desenhos únicos, passa a ser resignificada, conhecida e apreciada. Ela passa a se sentir parte desse contexto.

A atenção obsessiva ao seu próprio corpo aprisionava-a, isolava-a no processo de adoecimento da anorexia. Analisar e apreciar a cidade e tudo o que a cerca é libertador e representa o início do processo de controle da doença. Clara abandona o isolamento e escolhe incluir-se na cidade, na universidade, na vida, nos grupos. Escolhe não estar mais presa no seu próprio corpo (anorexia). Escolhe não ficar mais sozinha.

Os comportamentos típicos da anorexia produzem consequências reforçadoras. Quando ela consegue olhar para fora, enxergar para além da anorexia, passa a entender e agir no mundo de forma mais flexível; amplia-se o seu repertório comportamental para obter reforçadores no ambiente a partir de fontes diferenciadas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A anorexia nervosa é caracterizada por grave restrição alimentar, que resulta em baixo peso corporal, tendo em vista os parâmetros antropométricos para a idade, gênero e altura, e pela alta incidência de condições psiquiátricas como comorbidade, resistência ao tratamento e, ainda, por risco de morte em razão de complicações na saúde e suicídio. A preocupação com o peso e a forma corporal assumem proporções extremas nesse quadro, e são acompanhados de um rígido controle sobre tudo o que é ingerido, bem como de métodos purgativos e/ou prática de exercícios físicos em excesso (APA, 2023; Belchior et al., 2023, Lima-Santos et al., 2023; Treasure & Cardi, 2017).

Na perspectiva da Análise Comportamento, os comportamentos que fazem parte do quadro e que incluem consumir menos alimentos do que o necessário para nutrir devidamente o organismo, contar calorias de forma obsessiva, selecionar alimentos de acordo com seu potencial para “engordar” e escolher aqueles com menos calorias para consumir, até métodos purgativos, como provocar vômito, tomar laxantes e/ou praticar exercícios de forma vigorosa e excessiva, devem ser compreendidos no contexto no qual acontecem, a partir de sua seleção (pelas consequências que produzem) nos níveis filogenético, ontogenético e cultural.

No presente capítulo, priorizou-se a análise de fatores ambientais no nível da ontogênese, procurando-se evidenciar o impacto de fatores presentes nos contextos de convivência da protagonista do filme, desde a infância até o ingresso na universidade, na emergência e controle do quadro de anorexia, que quase a levou à morte.

O ambiente da infância, uma comunidade simples da periferia da cidade de São Paulo, mostrou-se protetor, com experiências da criança Clara marcadas pelo afeto e pela presença consistente da mãe (família). Ainda que se apresentem, já nesse primeiro contexto, ocasiões marcadas pela ausência da mãe e até pelo temor de perdê-la, as cenas oferecem uma perspectiva da comunidade e da família como contextos que disponibilizam contingências de reforçamento que favorecem o desenvolvimento saudável. Clara parece feliz nesse contexto.

O ambiente da pré-adolescência e adolescência, por sua vez, é marcado pela ausência da mãe, excessivamente ocupada com sua atuação política na cidade de Brasília. Clara vive essa fase caracterizada por intensas modificações corporais, cognitivas e psicossociais, numa nova cidade, sem a proteção da comunidade, num contexto de solidão, pois o acolhimento por parte dos pares também é pobre, com ocasiões de franca exclusão (como no balé). Aqui vemos a jovem Clara iniciando seu percurso pela anorexia. Procurando lidar com o isolamento e a falta de controle sobre as mudanças pelas quais passou e passa, ela se isola, com sucesso, no processo de controlar seu corpo (e as mudanças que sobre ele se impõem) de forma extrema e deletéria, chegando muito perto de morrer.

Finalmente, após o ápice da doença, quando a protagonista chega a pesar 29 quilos, ocorre uma morte simbólica. Em seguida, Clara renasce, apresentado uma gradual compreensão do processo de adoecimento no qual se encontra. Aproxima-se lentamente da mãe – a qual se mostra mais presente e acolhedora, nesse momento –, dando sinais de que deseja superar sua doença. Clara ingressa na universidade e é evidente sua luta para sair da solidão da anorexia. Estabelece relacionamentos, esforça-se para voltar a se alimentar e interromper o ciclo da anorexia. Vê-se então, uma jovem feliz, incluída finalmente na cidade e na vida em Brasília. Em outras palavras, Clara tem novamente o suporte que necessita em sua família e na comunidade, e, assim, o controle da doença é possível.

Entendemos, pois, que alcançamos o objetivo estabelecido para o presente capítulo: evidenciar o impacto, sobre Clara, de eventos ambientais que se apresentam em cada um dos contextos apresentados no filme, no adoecimento e no controle da anorexia, ilustrando, ademais, suas dificuldades e sofrimento, inerentes à vivência do quadro, a partir da perspectiva analítico-comportamental.

REFERÊNCIAS

- Alckmin-Carvalho, F., Santos, D. R. D., Rafihi-Ferreira, R. E., & Soares, M. R. Z. (2016). Análise da evolução dos critérios diagnósticos da anorexia nervosa. *Avaliação Psicológica*, 15(2), 265-274. <https://doi.org/10.15689/ap.2016.1502.15>
- American Psychiatric Association (APA) (2023). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-5-TR: Texto Revisado*. 5th ed. Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-6558820932
- Baker, J. H., Schaumberg, K., & Munn-Chernoff, M. A. (2017). Genetics of Anorexia Nervosa. *Current Psychiatry Reports*, 19(11), 1-13. <https://doi.org/10.1007/s11920-017-0842-2>
- Andrade, J. A., Salaroli, L. B., Noll, P. R. S., Noll, M., Feitosa, S. O., Raimundo, R. D., Oliveira, A. G., Mendonça, C. R., & Abreu, L. D. (2023). Indicators of Eating Disorders in Sexually Abused Brazilian Adolescents: Family and School Contexts. *Children (Basel, Switzerland)*, 10(8), 1393. <https://doi.org/10.3390/children10081393>
- Baker, J. H., Schaumberg, K., Munn-Chernoff, M. A. (2017). Genetics of Anorexia Nervosa. *Current Psychiatry Reports*, Sep 22, 19(11), 1-13. <https://doi.org/10.1007/s11920-017-0842-2>
- Belchior, D. V., Boroski, A. H., Almeida, J. C. P., Oliveira, J. L., Luchesi, L. B., & Souza, J. (2023). Atuação da Enfermagem com pacientes acometidos de transtornos alimentares: Análise de filmes e documentários. *REME – Revista Mineira de Enfermagem*, 27. <https://doi.org/10.35699/2316-9389.2023.38249>
- Berends, T., Boonstra, N., & van Elburg, A. (2018). Relapse in anorexia nervosa: A systematic review and meta-analysis. *Current Opinion in Psychiatry*, 31(6), 445-455. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000453>
- Bonfim, R. S., Andrade, R. dos S. C. de, Veloso Neto, H. F., Soares, I. V. A., Oliveira, S. F. de, Tajra, N. A., Carvalho, L. G. B. de, Maiorquin, A. L. R., & Silva, F. C. da (2024). Anorexia nervosa: do diagnóstico ao tratamento. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, 6(6), 2166-2178. <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n6p2166-2178>
- Borges, N. J. B. G., Sicchieri, J. M. F., Ribeiro, R. P. P., Marchini, J. S., & Santos, J. E. (2006). Transtornos alimentares – Quadro clínico. *Medicina (Ribeirão Preto)*, 39(3), 340-348. <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.v39i3p340-348>
- Bueno, L. N., & do Nascimento, N. A. (2014). Transtornos alimentares sob a perspectiva da Análise do Comportamento. *Revista Fragmentos de Cultura – Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas*, 24(6), 37-48. <https://doi.org/10.18224/frag.v24i6.3563>
- Cândido, A. P. C., Carmo, C. C., & Pereira, P. M. L. (2015). Transtornos alimentares: uma revisão dos aspectos etiológicos e das principais complicações clínicas. *HU Revista [Internet]*. 40(3/4), 173-181. Disponível em <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/2439>. ISSN 1982-8047
- Catania, A. C. (1998/1999). *Aprendizagem: Comportamento, linguagem e cognição* (D. das G. de Souza, coord. trad.). Porto Alegre: Artes Médicas. ISBN 978-8536300725
- Chiapetti, N., Galdino, M. K. C., Silva, J. A., & Nogueira, E. E. (2017). Análise do Comportamento no contexto da Terapia Analítico-comportamental. Em N. Chiapetti, & M. K. C. Galdino (Orgs.), *Psicologia clínica e saúde mental: Articulando teoria e prática* (pp. 46-68). João Pessoa: Editora da UFPB. ISBN 978-8523712761

- Convertino, A., Morland, L. A., & Blashill, A. J. (2022). Trauma exposure and eating disorders: Results from a United States nationally representative sample. *The International Journal of Eating Disorders*, 55(8), 1079-1089. <https://doi.org/10.1002/eat.23757>
- Cooper, Z., Allen, E., Bailey-Straebler, S., Basden, S., Murphy, R., O'Connor, M. E., & Fairburn, C. G. (2016). Predictors and moderators of response to enhanced cognitive behaviour therapy and interpersonal psychotherapy for the treatment of eating disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 84, 9-13. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.07.002>
- Costa, M. B., & Melnik, T. (2016). Effectiveness of psychosocial interventions in eating disorders: An overview of cochrane systematic reviews. *Einstein (São Paulo, Brasil)*, 14(2), 235-277. <https://doi.org/10.1590/S1679-45082016RW3120>
- Costa-Val, A., Coelho, V. A. A., Machado, M. N. M., Campos, R. T. O., & Modena, C. M. (2019). Sobre anorexias e bulimias: Concepções e suposições etiológicas na perspectiva dos profissionais de saúde. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, 23, e170293. <https://doi.org/10.1590/Interface.170293>
- Couto, M. C. P., & Andery, M. A. P. A. (2020). Cultura como entrelaçamento de contingências e agência humana: Perspectivas da Análise do Comportamento. *Psicologia USP*, 31, e190142. <https://doi.org/10.1590/0103-656420190142>
- Cunha, E. M. N., & Dutra, E. M. S. (2018). "Meu nome é Ana" – Um estudo fenomenológico-existencial da experiência de mulheres com anorexia nervosa. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 24(2), 182-193. <https://dx.doi.org/10.18065/RAG.2018v24n2.7>
- Curzio, O., Bastiani, L., Scalese, M., Cutrupi, V., Romano, E., Denoth, F., Maestro, S., Muratori, F., & Molinaro, S. (2015). Developing anorexia nervosa in adolescence: The role of self-image as a risk factor in a prevalence study. *Advances in Eating Disorders: Theory, Research and Practice*, 3(1), 63-75. <https://doi.org/10.1080/21662630.2014.965721>
- Dalgallarrondo, P. (2008). *Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais* (2. ed.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536313320
- de-Farias, A. K. C. R. (2010). Por que "Análise Comportamental Clínica"? Uma introdução ao livro. Em A. K. C. R. de-Farias (Org.), *Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso* (pp. 19-29). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536321004
- Dobrescu, S. R., Dinkler, L., Gillberg, C., Rastam, M., Gillberg, C., & Wentz, E. (2020). Anorexia nervosa: 30-year outcome. *The British Journal of Psychiatry: The Journal of Mental Science*, 216(2), 97-104. <https://doi.org/10.1192/bjp.2019.113>
- Donato, K., Ceccarini, M.R., Dhuli, K., Bonetti, G., Medori, M.C., Marceddu, G., Precone, V., Xhufi, S., Bushati, M., Bozo, D., Beccari, T., & Bertelli, M. (2022). Gene variants in eating disorders. Focus on anorexia nervosa, bulimia nervosa, and binge-eating disorder. *Journal of Preventive Medicine and Hygiene*, 63(2 Suppl 3), 297-305. <https://doi.org/10.15167/2421-4248/jpmh2022.63.2s3.2772>
- Eielsen, H. P., Ulvenes, P., Hoffart, A., Rø, Ø., Rosenvinge, J. H., & Vrabel, K. (2024). Childhood trauma and outcome trajectories in patients with longstanding eating disorders across 17 years. *The International Journal of Eating Disorders*, 57(1), 81-92. <https://doi.org/10.1002/eat.24067>
- Ersine, H. E., & Whiteford, H. A. (2018). Epidemiology of binge eating disorder. *Current Opinion in Psychiatry*, 31(6), 462-470. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000449>
- Fichter, M. M., Quadflieg, N., Crosby, R. D., & Koch, S. (2017). Long-term outcome of anorexia nervosa: Results from a large clinical longitudinal study. *The International Journal of Eating Disorders*, 50(9), 1018-1030. <https://doi.org/10.1002/eat.22736>

- Freitas, G. A. A., Souza, L. C. B., Oliveira, J. A., Holanda, J. N., & Gonçalves, M. S. (2024). Abordagens diagnósticas e tratamento dos transtornos Alimentares: Uma revisão bibliográfica. *Recima21 – Revista Científica Multidisciplinar* – 5(6), e565319. ISSN 2675-6218. <https://doi.org/10.47820/recima21.v5i6.5319>
- Gil-Luciano, B., Calderón-Hurtado, T., Tovar, D., Sebastián, B., & Ruiz, F. J. (2019). How are triggers for repetitive negative thinking organized? A relational frame analysis. *Psicothema*, 31(1), 53-59. <https://doi.org/10.7334/psicothema2018.133>
- Gil, M., Oliveira-Cardoso, E. A., Pessa, R. P., Leonidas, C., & Santos, M. A. (2022). Percepção de familiares de pessoas com transtornos alimentares acerca do tratamento: uma metassíntese da literatura. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 38, 1-14. <https://doi.org/10.1590/0102.3772e38417.pt>
- Glenn, S. S., Malott, M. E., Andery, M. A. P. A., Benvenuti, M., Houmanfar, R., Sandaker, I., & Vasconcellos, V. (2016). Toward consistent terminology in a behaviorist approach to cultural analysis. *Behavior and Social Issues*, 25, 11-27. <https://doi.org/10.5210/bsi.v25i0.6634>
- Gois, Í., & de Faria, A. L. (2021). A cultura da magreza como fator social na etiologia de transtornos alimentares em mulheres: Uma revisão narrativa da literatura. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 7(1), 18. <https://doi.org/10.29327/217514.7.1-12>
- Gomes, P. (2020). Êxtase, o filme. “Ela não sentia o tempo nem as pessoas, o que ela sentia era êxtase”. *Meer: Espetáculos*. Disponível em <https://www.meer.com/pt/61854-extase-o-filme>.
- Gongora, M. A. N. (2003). Noção de psicopatologia na Análise do Comportamento. Em C. E. Costa, J. C. Luzia, & H. H. N. Sant’Anna (Orgs.), *Primeiros Passos em Análise do Comportamento e Cognição* (Vol. 1). Santo André: ESETEC.
- Hay, P., Aouad, P., Lê, Â., Marks, P., Maloney, D., Barakat, S., Boakes, R., Brennan, L., Bryant, E., Byrne, S., Caldwell, B., Calvert, S., Carroll, B., Castle, D., Caterson, I., Chelius, B., Chiem, L., Clarke, S., Conti, J., et al. (2023). Epidemiology of eating disorders: population, prevalence, disease burden and quality of life informing public policy in Australia – A rapid review. *Journal of Eating Disorders*, 11. <https://doi.org/10.1186/s40337-023-00738-7>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2021). *Terapia de Aceitação e Compromisso: o processo e a prática da mudança consciente* (2. ed.) (S. M. M. Rosa, trad.). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-6581335281
- Heller, D. C. L. (2001). Anorexia Nervosa: Etiologia e estratégias de enfrentamento. Em H. J. Guilhardi, M. B. B. P. Madi, P. P. Queiroz, & M. C. Scoz (Orgs.), *Sobre Comportamento e Cognição: Vol. 10. Contribuições para a formação da teoria do comportamento* (pp. 61-68). Santo André: ESETEC. ISBN 3534842
- Hobbs, E. A., Martz, D. M., Wingrove, T., & Curtin, L. A. (2025). In-person and cyber sexual violence are common in young women who have eating disordered symptoms. *Eating disorders*, 1-26. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/10640266.2025.2471210>
- Hülsdünker, K., & Kanfer, R. (2020). Rule-governed behavior and psychological flexibility: Implications for understanding health behavior. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 17, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.06.003>
- Iliadis, C., Frantzana, A., Ouzounakis P., & Kourkouta L. (2020). Anorexia nervosa: A literature review. *Progress in Health Sciences*, 10(2), 74-79. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0014.6592>
- Lima-Santos, E. F., Santos, M. A., & Oliveira-Cardoso, E. A. (2023). Transtornos Alimentares: Vivências de mulheres acima de 30 anos. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 43, e261792. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003261792>
- Malet-Karas, A., Bernard-Wallendorf, D., Piet, E., & Bertin, E. (2021). Eating disorders as a repercussion of sexual assault, a consequence to consider. *Eating and weight disorders*, 27(6), 2095-2106. <https://doi.org/10.1007/s40519-021-01356-5>

- Mitchell, J. E., Peterson, C. B. (2020). Anorexia Nervosa. *The New England Journal of Medicine*, 382(14), 1343-1351. <https://doi.org/10.1056/NEJMcpl803175>
- Moraes, C. E. F., Maravalhas, R. A., & Mourilhe, C. (2019). O papel do nutricionista na avaliação e tratamento dos transtornos alimentares. *Debates em Psiquiatria*, 9(3), 24-30. <https://doi.org/10.25118/2763-9037.2019.v9.51>
- Nery, L. B., & Fonseca, F. N. (2018). Análises funcionais moleculares e molares: Um passo a passo. Em A. K. C. R. de-Farias, F. N. Fonseca, & L. B. Nery (Orgs.), *Teoria e Formulação de Casos em Análise Comportamental Clínica* (pp. 1-22). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582714737
- Nunes, L. G., Santos, M. C. S., & Souza, A. A. (2017). Fatores de risco associados ao desenvolvimento de bulimia e anorexia nervosa em estudantes universitários: uma revisão integrativa. *HU Revista*, 43(1). <https://doi.org/10.34019/1982-8047.2017.v43.2629>
- Paolacci, S., Kiani, A. K., Manara, E., Beccari, T., Ceccarini, M. R., Stuppia, L., Chiurazzi, P., Dalla Ragione, L., & Bertelli, M. (2020). Genetic contributions to the etiology of anorexia nervosa: New perspectives in molecular diagnosis and treatment. *Molecular genetics & Genomic Medicine*, 8(7), e1244. <https://doi-org.ez22.periodicos.capes.gov.br/10.1002/mgg3.1244>
- Parling, T., Cernvall, M., Ramklint, M., Holmgren, S., & Ghaderi, A. (2016). A randomised trial of Acceptance and Commitment Therapy for Anorexia Nervosa after daycare treatment, including five-year follow-up. *BMC Psychiatry*, 16, 272. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-0972-3>
- Pereira, S. I. S. (2018). *Uma viagem à etiologia multifatorial da anorexia nervosa: determinantes biológicos, psicológicos, genéticos e socioculturais*. Dissertação de Mestrado. Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar da Universidade do Porto. Porto, Portugal.
- Pessôa, C. V. B. B., & Velasco S. M. (2012). Comportamento operante. Em N. B. Borges, & F. A. Cassas (Orgs.), *Clínica Analítico-comportamental: Aspectos teóricos e práticos* (pp. 24-31). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8536326672
- Qian, J., Wu, Y., Liu, F., Zhu, Y., Jin, H., Zhang, H., Wan, Y., Li, C., & Yu, D. (2021). An update on the prevalence of eating disorders in the general population: A systematic review and meta-analysis. *Eating and Weight Disorders*, 27, 415-428. <https://doi.org/10.1007/s40519-021-01162-z>
- Quadflieg, N., & Fichter, M. M. (2019). Long-term outcome of inpatients with bulimia nervosa-Results from the Christina Barz Study. *The International Journal of Eating Disorders*, 52(7), 834-845. <https://doi.org/10.1002/eat.23084>
- Törneke, N., Luciano, C., & Valdivia Salas, S. (2008). Rule-governed behavior and psychological problems. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 8, 141-156. ISSN 1577-5057
- Sangvai, D. (2016). Eating Disorders in the Primary Care Setting. *Primary Care: Clinics in Office Practice*, 43(2), 301-312. <http://doi:10.1016/j.pop.2016.01.007>
- Segreda Castro, S., & Segura Araya, C. (2020). Anorexia nerviosa en adolescentes y adultos. *Revista Ciencia Y Salud Integrando Conocimientos*, 4(4), 212-226. <https://doi.org/10.34192/cienciaysalud.v4i4.199>
- Sgarbi, M. T., Sgarbi M. C. T., Oufino E. S., Fontes, A. L. O. S., & Siqueira, E. C. (2023). Uma análise dos transtornos alimentares: Anorexia nervosa e bulimia. *Revista Eletrônica Acervo Médico*, 23(2), e12172. <https://doi.org/10.25248/reamed.e12172.2023>
- Silén, Y., & Keski-Rahkonen, A. (2022). Worldwide prevalence of DSM-5 eating disorders among young people. *Current Opinion in Psychiatry*, 35, 362-371. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000818>

- Skinner, B. F. (1953/2003). *Ciência e Comportamento Humano* (J. C. Todorov, & R. Azzi, Trans.). São Paulo: Martins Fontes. ISBN 978-8533619357
- Skinner, B. F. (1974/2011). *Sobre o Behaviorismo* (M. P. Villalobos, trad.). São Paulo: Cultrix. ISBN 978-8531603609
- Skinner, B. (1981/2007). Seleção por conseqüências. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 9(1), 129-137. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v9i1.150>
- Smink, F. R., van Hoeken, D., & Hoek, H. W. (2013). Epidemiology, course, and outcome of eating disorders. *Current Opinion in Psychiatry*, 26(6), 543-548. <https://doi.org/10.1097/YCO.0b013e328365a24f>
- Souza, A. P. L. de, & Pessa, R. P. (2016). Tratamento dos transtornos alimentares: Fatores associados ao abandono. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65(1), 60-67. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000104>
- Stefani, M. D. D., Azevedo, L. D. S., Souza, A. P. L. de, Santos, M. A. dos, & Pessa, R. P. (2023). Tratamento dos transtornos alimentares: Perfil sociodemográfico, desfechos e fatores associados. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 72(3), 143-151. <https://doi.org/10.1590/0047-20850000000420>
- Timerman, F., Alvarenga, M., Fabbri, A.C.C., Pisciolaro, F., Figueiredo, M., Medeiros, I., Kotait, M., Petty, M. L., Nóbrega, M., Larino, M. A., & Deram, S. (2019). Nutrição comportamental no tratamento dos transtornos alimentares. Em M. Alvarenga (Org.), *Nutrição comportamental* (2ª ed., pp. 401-432). São Paulo: Manole. ISBN 978-8520456154
- Treasure, J., & Cardi, V. (2017). Anorexia Nervosa, theory and treatment: Where Are We 35 Years on from Hilde Bruch's Foundation Lecture? *European eating disorders review: The Journal of the Eating Disorders Association*, 25(3), 139-147. <https://doi.org/10.1002/erv.2511>
- Treasure, J., & Schmidt, U. (2013). The cognitive-interpersonal maintenance model of anorexia nervosa revisited: a summary of the evidence for cognitive, socio-emotional and interpersonal predisposing and perpetuating factors. *Journal of Eating Disorders*, 1-10. <https://doi.org/10.1186/2050-2974-1-13>
- Treasure, J., Parker, S., Oyeleye, O., & Harrison, A. (2021). The value of including families in the treatment of anorexia nervosa. *European Eating Disorders Review*, 29, 393-401. <https://doi.org/10.1002/erv.2816>
- Valdanha-Ornelas, É. D., Squires, C., Barbieri, V., & Santos, M. A. dos (2021). relações familiares na Bulimia Nervosa. *Psicologia em Estudo*, 26, e47361. <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v26i0.47361>
- Vilela e Souza, L., & dos Santos, M. A. (2010). A participação da família no tratamento dos transtornos alimentares. *Psicologia em Estudo*, 15(2), 285-294. <http://doi.org/10.1590/s1413-73722010000200007>

XII

"O MÍNIMO PARA VIVER": REFLEXÕES COMPORTAMENTAIS SOBRE A ANOREXIA NERVOSA

Juliana Telles Zanateli¹

Vinicius Santos Ferreira

Título do filme: O mínimo para viver

Título original: "To the bone"

Ano de lançamento: 2017

Direção: Emmy Marti Noxon

Produção: Bonnie Curtis; Karina Miller; Julie Lynn

Lançado por: Netflix

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR), os transtornos alimentares (TA) são caracterizados por alterações no comportamento alimentar que podem resultar em consequências negativas para um organismo, atingindo sua saúde física e psicossocial (APA, 2023). Segundo Borges, Sicchieri, Ribeiro, Marchini e Santos (2006), os transtornos relacionados à alimentação possuem origem multifatorial (biológica, psicológica, genética, sociocultural e familiar).

A anorexia nervosa, foco do presente capítulo, é o principal e mais grave entre os transtornos alimentares, sendo caracterizada por "restrição persistente da ingesta calórica; medo intenso de ganhar peso ou de engordar ou comportamento persistente que interfere no ganho de peso; e perturbação na percepção do próprio peso ou da própria forma" (APA, 2023, p. 381).

Do ponto de vista da Análise do Comportamento (AC), a descrição nosológica dos manuais diagnósticos psiquiátricos, predominantemente topográfica e mentalista, pouco contribui para a compreensão e as possibilidades de intervenção nos padrões comportamentais aglutinados sob o rótulo de transtornos mentais (Banaco, Zamignani, Martone, Vermes & Kovac, 2012; Britto, 2012). Em contrapartida, esta abordagem propõe que os comportamentos possuem funções estabelecidas por três níveis de seleção pelas consequências: filogenético (história da espécie), ontogenético (história do indivíduo) e cultural (as condições sociais em que o sujeito está inserido) (Skinner, 1984).

O comportamento alimentar, de importância central neste capítulo, foi selecionado durante a história evolutiva dos nossos ancestrais, sendo fundamental para a sobrevivência da nossa espécie (Vale & Elias, 2011). O alimento se tornou um reforçador primário, que aumenta a probabilidade de emissão de comportamentos que o produzem (Meyer, 2008). Devido à limitação de alimentos durante a nossa história evolucionária, somente sobreviveram os organismos que possuíam mecanismos eficazes contra a desnutrição (Netto, 2002), o que talvez justifique a preferência por alimentos hipercalóricos. Em contrapartida, não foram selecionados aparatos biológicos que nos defendessem da supernutrição, visto que esse não se configurou como um desafio para os nossos ancestrais (Kuppferman & Schwartz, 1995).

No nível da ontogênese, mecanismos de aprendizagem estabelecem novas funções condicionadas ao alimento (Vale & Elias, 2011). Em alguns casos, os momentos de alimentação são pareados à interação social e assim tornam-se reforçadores condicionados. Isso poderia explicar o ato de comer mais quando o sujeito está isolado ou se sente sozinho, como uma tentativa

de suprir a privação social em que se encontra (Vale & Elias, 2011). O comportamento de comer também passa por aprendizagens ao nível operante. Por exemplo, crianças podem ser reforçadas arbitrariamente pela comunidade verbal por comerem todo o alimento disponível, ou punidas caso não o comam. Tais consequências podem explicar comportamentos alimentares futuros, tais como comer tudo o que está no prato, comer pouco, comer demais ou escolher somente certos tipos de alimento.

Em relação ao nível de seleção cultural, alguns fenômenos relevantes podem ser observados. Contrapondo-se ao ambiente evolucionário, as sociedades atuais passaram a produzir e facilitar o acesso a alimentos hipercalóricos a uma grande parcela da população, o que levou a um aumento preocupante na prevalência da obesidade, que atualmente atinge pelo menos 20% da população, configurando-se em um importante problema de saúde pública (Ferreira, Szwarcwald, Damacena & Souza Júnior, 2021). Simultaneamente, as sociedades ocidentais fornecem modelos e regras sobre determinado padrão de beleza, impulsionados pela mídia e indústrias de moda e beleza (Vale, 2002). Corpos magros, principalmente femininos, são vistos como ideais a serem alcançados; e o alimento torna-se, então, um vilão a ser combatido.

Essas tendências culturais contraditórias parecem estabelecer as condições para os chamados transtornos alimentares, que tem se tornado cada vez mais frequentes. Ao mesmo tempo em que a disponibilidade de alimentos hipercalóricos facilita o ganho de peso, este é socialmente punido. Em decorrência desse conflito, indivíduos e grupos sociais adotam estratégias comportamentais lesivas para tentar manter seus corpos magros, como, por exemplo, comportamentos compensatórios (jejum, purgação, prática exagerada de exercícios físicos e outros).

O estabelecimento de padrões corporais praticamente intangíveis interfere no estilo de vida das mulheres, em especial. Como consequência, tem-se os problemas relacionados à aceitação do próprio corpo e tentativas danosas de manter o "corpo ideal" (Morgan, Vecchiatti & Negrão, 2002; Poltronieri, Tusset, Gregoletto & Cremonese, 2016). Essa preocupação com o corpo ocorre devido a um contexto ocidental capitalista e patriarcal que tenta padronizar os corpos femininos (Vale, 2002). O ideal de magreza vigente nessa sociedade dita que os corpos femininos precisam ser sexualmente atraentes, autocontrolados, competentes e marcados pelo sucesso, sendo a magreza vinculada à essas características (Morgan, Vecchiatti & Negrão, 2002; Stice, Schupak-Neuberg, Shaw & Stein, 1994).

Um estudo transversal de Watanabe e Wichoski (2022) aponta que as mulheres, sobre as quais pesam mais as pressões sociais em relação à aparência, sentem-se mais insatisfeitas com o próprio corpo, realizam mais dietas restritivas, contam calorias e apresentam comportamentos purgativos/compensatórios com mais frequência, e se sentem mais culpadas e fracassadas quanto a essas questões.

Como reflexo desta insatisfação, o índice de procedimentos estéticos subiu 140% entre jovens nos últimos 10 anos, justificado pelo uso de mídias sociais, insatisfação com a própria imagem corporal e sentimentos relacionados a insuficiência, o que pode ser atribuído, em grande parte, à pressão social existente, acima referida (Lourenço, 2021).

Posto isto, abordar o tema dos transtornos alimentares e retratá-los de maneira lúdica, através da análise de filmes, pode contribuir para o aprendizado sobre relações funcionais entre organismo e ambiente, bem como sobre a condição em si, ou seja, a anorexia. Com essa finalidade, este capítulo foi proposto a fim de analisar os problemas alimentares manifestados pela personagem Ellen, protagonista do filme "O mínimo para viver", na perspectiva da Análise do Comportamento. Os objetivos específicos que desejamos atingir são: (a) descrever os comportamentos típicos da anorexia representada no filme segundo os critérios do DSM-5-TR (APA, 2023); (b) analisar e relatar o padrão comportamental anoréxico da protagonista mediante uma análise funcional molar interpretativa; (c) observar e pontuar as tentativas de diminuição de frequência dos comportamentos-problema do transtorno alimentar utilizadas como intervenção no filme; (d) analisar aspectos socioculturais que poderiam ter contribuído para a emergência de comportamentos alimentares danosos da personagem, como questões de gênero, nível socioeconômico, rede de apoio, entre outras contingências.

MÉTODO

O trabalho foi baseado em um estudo de caso, o de Ellen, protagonista do filme "O mínimo para viver". Na perspectiva interpretativa, característica do estudo de caso, o objeto de estudo, ou seja, o comportamento, é analisado a partir da observação do investigador (Fonseca, 2002).

Em uma análise de caso real, o terapeuta tem a possibilidade de investigar as variáveis envolvidas por meio de contextualizações que ocorrem em cada sessão. Por se tratar de um filme e de um caso fictício, contudo, o acesso às informações é restrito e limitado. Cabe ressaltar, nesse sentido, que todas as análises elaboradas neste ensaio são hipotéticas, sendo inviável a investigação aprofundada, aplicação de intervenções e reelaboração das análises.

O filme foi assistido diversas vezes a fim de realizar as devidas análises, sendo que a primeira foi para conhecer a história do elenco. Na segunda etapa, o filme foi revisto e uma primeira versão descritiva dos comportamentos da protagonista foi elaborada, a partir das características do quadro de anorexia propostas pelo DSM-5-TR (APA, 2023). As interpretações foram discutidas com o supervisor e o filme assistido outras vezes, gerando novas reelaborações e discussões, até enfim a versão final do trabalho. Este mesmo procedimento foi seguido para a elaboração das análises funcionais molares dos comportamentos, eventos observados no filme e investigação de questões sociais envolvidas.

Variáveis e Categorias de Análise

Com a finalidade de analisar os eventos ocorridos no filme em relação aos diferentes aspectos objetivados neste trabalho, a Tabela 1 apresenta as variáveis consideradas e suas respectivas categorias de análise, que possibilitam um olhar amplo e compreensivo dos padrões comportamentais da protagonista no contexto do quadro de anorexia.

Na primeira variável considerada, a anorexia nervosa é descrita segundo os parâmetros nosológicos e topográficos do DSM-5-TR (APA, 2023) para este quadro ou transtorno. Em relação as outras três variáveis elencadas, utiliza-se uma perspectiva funcional de análise com base no procedimento de análise funcional interpretativa (Oshiro & Ferreira, 2021), no qual são estabelecidas hipóteses sobre relações de dependência entre as respostas da personagem Ellen e os eventos ambientais apresentados no filme. São enfatizadas análises funcionais do tipo molar, em que se busca integrar diferentes comportamentos – que compõe uma classe ampla (molar) –, relacionando-os à uma origem histórica comum (Nery & Fonseca, 2018).

As análises funcionais molares são apresentadas de forma discursiva e complementadas com uma forma de apresentação diagramada, adaptada da proposta de Haynes, O'Brien e Koholokula (2011). Trata-se de uma maneira de apresentar análises funcionais por meio de uma figura, representando os comportamentos-problema, hipóteses e outras variáveis (Haynes, Leisen & Blaine, 1997). Ela consiste em uma maneira didática de expor variáveis relacionadas com o padrão comportamental estudado.

Tabela 1. Variáveis e categorias de análise dos comportamentos da protagonista do filme.

VARIÁVEIS	CATEGORIAS DE ANÁLISE
Critérios do DSM-5-TR para Anorexia Nervosa (APA, 2022)	A. Restrição da ingesta calórica em relação às necessidades, levando a um peso corporal significativamente baixo no contexto de idade, gênero, trajetória do desenvolvimento e saúde física. Peso significativamente baixo é definido como um peso inferior ao peso mínimo normal ou, no caso de crianças e adolescentes, menor do que o minimamente esperado. B. Medo intenso de ganhar peso ou de engordar, ou comportamento persistente que interfere no ganho de peso, mesmo estando com peso significativamente baixo. C. Perturbação no modo como o próprio peso ou a forma corporal são vivenciados, influência indevida do peso ou da forma corporal na autoavaliação ou ausência persistente de reconhecimento da gravidade do baixo peso corporal atual.
Análise funcional molar da Anorexia	1. Comportamentos que caracterizam o padrão anoréxico; 2. História de aquisição dos comportamentos; 3. Contextos atuais mantenedores; 4. Consequências que fortalecem o padrão; 5. Consequências que enfraquecem o padrão (Nery & Fonseca, 2018).
Tentativas de diminuição da frequência do comportamento-problema	1. Estratégias utilizadas no filme (e que são usadas na Análise do Comportamento) que diminuem a frequência dos comportamentos. 2. Variáveis que aumentam a frequência dos comportamentos.
Aspectos sociais	1. Gênero dos protagonistas; 2. Condição Socioeconômica; 3. Possuem rede de apoio? 4. Se sim, como ela se configura?

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o objetivo de promover uma compreensão dos problemas alimentares de Ellen na perspectiva da Análise do Comportamento, objetivo do presente capítulo, apresentamos nesta seção uma breve síntese do filme, seguida da análise do comportamento alimentar da protagonista a partir dos critérios do DSM-5-TR (APA, 2023) para anorexia, e das outras variáveis e categorias comportamentais de interesse apresentadas na Tabela 1 (método): análise funcional molar da anorexia, tentativas de diminuição da frequência do comportamento-problema e aspectos sociais que marcam as experiências da personagem. O DSM-5-TR possibilita uma compreensão nomotética da patologia, cujo foco é a identificação de padrões gerais de comportamento aplicáveis a um grande grupo de pessoas. As demais variáveis e respectivas categorias estabelecidas nesse estudo estão direcionadas à abordagem ideográfica do problema – empregada pela Análise do Comportamento, concentrando-se em compreender os padrões comportamentais identificados como anoréxicos pela comunidade verbal, a partir da singularidade e unicidade da personagem em seu processo de adoecimento (Hennig, 2020).

To the Bone: Síntese do Filme

Ellen é uma jovem garota de 20 anos, diagnosticada com anorexia nervosa, que já passou por diversos tipos de tratamentos ao longo de sua jornada, incluindo várias internações. Sua condição não afeta somente a protagonista, mas também todo o contexto familiar. Seus pais são divorciados; a mãe mora em outra cidade, junto com a companheira, e o pai é tratado como ausente no filme, o que é representado por falas que sugerem que ele está vindo ou que justificam o motivo de ele não

comparecer quando sua presença é solicitada. Ao longo de todo filme o telespectador fica na expectativa de conhecer a figura paterna, mas ele nunca aparece. Nesse contexto aversivo, a madrasta e a irmã ficam responsáveis por zelar por Ellen e contribuir para com os tratamentos oferecidos a ela.

A fim de expressar como se sentia, Ellen criou um *Tumblr* – uma plataforma de mídia digital de *blogging* que permite aos usuários publicarem textos, imagens, vídeo, *links*, citações, áudio e “diálogos”, onde realizava postagens de desenhos que representavam a realidade da anorexia. O filme sugere que ela era reconhecida e tinha renome nesse meio digital. Em determinado momento, uma de suas seguidoras, influenciada pela sua arte, comete suicídio, de forma que Ellen é culpabilizada pelo ocorrido, tanto pela sua própria família, quanto pelos pais da garota, que inclusive enviam a carta que a vítima deixou para a protagonista.

O filme foca sua última internação, na qual o médico responsável apresentava um método não convencional para tratar transtornos alimentares, como mencionado pela própria madrasta de Ellen. O método contemplava diversas estratégias, que incluíam restrições à aparelhos eletrônicos; restrições a suplementos/medicamentos que não fossem os disponibilizados pelas funcionárias; pesagem constante dos indivíduos, banheiros fechados por pelo menos 30 minutos após as refeições e fiscalizações excessivas, no geral, como alternativa utilizada para inviabilizar que os pacientes expressassem seus comportamentos-problema dentro do ambiente de internação. A família recorreu a esse tipo de tratamento como última opção, visto que as internações anteriores não haviam produzido o resultado esperado de cura e de melhora.

Crítérios do DSM- 5 -TR

Dentre os critérios que caracterizam a anorexia nervosa definidos pelo DSM-5-TR (APA, 2023), Ellen cumpre os requisitos do critério A, visto que apresenta baixo peso corporal. A protagonista vivencia mudanças não somente visuais em relação à sua aparência, que causam estranheza nos outros, mas também possui alterações biológicas devido ao baixo peso, como ausência de menstruação e nascimento de pelos em excesso para aquecer o corpo, ou seja, mecanismos fisiológicos de sobrevivência mediante contexto de desnutrição.

Em relação ao critério B para o diagnóstico de anorexia, a personagem principal demonstra medo de ganhar peso e utiliza métodos para evitar esse processo, incluindo: (a) consumo de alimentos com baixo índice calórico e/ou restrição alimentar, além de busca de conhecimento preciso acerca das quantidades de calorias existentes naquilo que está sendo ingerido; (b) mastigação do alimento para sentir o sabor, seguido de expulsão do conteúdo (cuspe) no guardanapo, evitando assim que o alimento passe pelo processo de digestão; (c) ingestão de água para “enganar” a fome; (d) tabagismo como alternativa para diminuir apetite; (e) realização de abdominais constantemente para promover o gasto calórico; e (f) medição do braço como forma de verificar permanência ou oscilação do peso.

Por fim, atendendo ao critério C descrito no DSM-5-TR para a identificação da doença, Ellen acredita que magreza é sinônimo de saúde e que, portanto, ela é saudável. Esta e outras autorregras são observadas nas cenas em que ela afirma: “eu não preciso de mais internação”; “eu não me sinto nada doente, sabia? Se eu quero ser magra isso não é bom para a saúde? Eu vou viver mais do que os outros”. Tais ideais (regras) foram perpetuados pela sociedade e contribuíram com a formação de autorregras, que, segundo Meyer (2005), seriam descrições verbais de contingências que controlam o próprio comportamento do falante.

Análise Funcional Molar da Anorexia

A análise molar dos padrões comportamentais de Ellen é apresentada a partir do modelo proposto por Nery e Fonseca (2018), e contempla os seguintes elementos: comportamentos que caracterizam o padrão anoréxico, história de aquisição dos comportamentos, contextos atuais mantenedores, consequências que fortalecem o padrão e consequências que enfraquecem o padrão.

Comportamentos que caracterizam o padrão anoréxico

O padrão comportamental analisado é o de evitação de ganho de peso, que pode ser caracterizado por: realização de exercícios físicos, principalmente abdominais, constantemente; medição da circunferência do braço a fim de verificar se manteve, diminuiu ou aumentou suas medidas; auto-observação no espelho; restrição calórica ou jejum; contagem de calorias dos alimentos; ingestão de água para enganar a fome; e consumo de cigarros como estratégia para inibir a fome.

História de aquisição

São considerados eventos relacionados à história de aquisição do padrão comportamental anoréxico aqueles encenados, sugeridos ou presumidos a partir de informações disponibilizadas no filme, antes da última internação de Ellen, apresentada no filme. Identifica-se quatro contextos históricos vivenciados pela personagem que podem ser relacionados à aquisição do padrão comportamental anoréxico.

1. As constantes brigas familiares entre os pais que se divorciaram e suas novas famílias tinham uma função aversiva para Ellen. Em decorrência dos conflitos, o divórcio também ocasionou uma diminuição do contato de Ellen com os membros da família, que passaram a se engajar em comportamentos concorrentes dirigidos aos novos relacionamentos. Dessa forma, ela perdeu muita atenção, carinho, cuidados e demais reforçadores destas relações com os pais, que até então estavam disponíveis. Portanto, a perda de peso, que é um efeito gerado pelo padrão comportamental anoréxico de Ellen, pode ter servido simultaneamente para produzir o retorno destes reforçadores sociais e amenizar ou diminuir as brigas familiares, visto que a família dedicava esforços para cuidar dos problemas de saúde dela.

2. A divulgação dos seus desenhos no Tumblr, contexto anteriormente não existente, possibilitou o acesso a novos reforçadores sociais, uma vez que ela era seguida e respeitada nesse espaço. Uma hipótese é que esses novos reforçadores substituíssem os reforçadores sociais que antes eram fornecidos pelo ambiente familiar.

3. Um contexto de esquiva experiencial parece estar presente, sendo caracterizado, em termos funcionais, como evitação de eventos privados aversivos – pensamentos e sentimentos (Hayes, Wilson, Gifford, Follette & Strosahl, 1996). Eventos aversivos, como a separação dos pais, os conflitos familiares e o suicídio de uma de suas seguidoras do Tumblr, produziram sensações, sentimentos e pensamentos também aversivos. Os padrões comportamentais anoréxicos que geravam sensações de fome, fraqueza e dores – como as ocasionadas pelos abdominais constantes – podem ter adquirido uma função de fuga ou esquiva à medida que distraíam Ellen daquelas experiências privadas aversivas, como a culpa e a ansiedade. Segundo Guilhardi (2002), a culpa é classificada como um sentimento instalado através da comunidade verbal, que responsabiliza aquele sujeito por determinado evento ocorrido, visto que considera tal comportamento como sendo inapropriado. Assim, a personagem Ellen se sente culpada devido ao histórico de punição que ela vivenciou ao longo do seu desenvolvimento; em linguagem vernacular mentalista, poder-se-ia dizer que o sujeito “internalizou” e atribuiu a responsabilidade a si mesmo. A ansiedade seria um construto que descreve sensações e respondentes emocionais que ocorrem frente a um evento que sinaliza um aversivo, o qual também evoca uma resposta operante de esquiva (Zamignani & Banaco, 2005). O uso de tabaco também pode ter essa função de amenizar sentimentos como o de ansiedade.

4. Por fim, a aquisição do padrão comportamental anoréxico também foi influenciada por regras culturalmente difundidas sobre padrão de beleza e saúde de pessoas magras, expressas por meio da mídia e por contingências estabelecidas em relações sociais, que, por exemplo, elogiam corpos magros e condenam corpos gordos. Essas regras e contingências podem controlar os comportamentos anoréxicos, bem como favorecer o estabelecimento de autorregras que descrevem as contingências. No início do filme, essa supervalorização da magreza é ilustrada através de um meio de comunicação impresso (revista), evidenciando a padronização dos ideais de beleza vigentes na sociedade. Nota-se que há um controle múltiplo no padrão comportamental anoréxico da personagem, visto que seu comportamento é controlado por regras e autorregras, reforços sociais e fuga/esquiva de punições positivas e negativas de origem social e privada.

Contextos atuais mantenedores

Boa parte do contexto em que o padrão comportamental foi estabelecido permanece vigente, mantendo os comportamentos anoréxicos. Da mesma forma, a cultura continua impondo as mesmas regras que promovem comportamentos que visam evitar o ganho de peso. A protagonista apresenta uma recaída, com exacerbação dos comportamentos anoréxicos e fuga e esquiva do tratamento, em contextos aversivos intensos e de conflitos, funcionalmente similares ao contexto aversivo original que participou do estabelecimento do padrão, como, por exemplo: (a) na cena em que ela discute com o médico e a partir disso, decidi ir embora da internação; e (b) quando uma das garotas internadas com a protagonista perde o filho no período gestacional e Ellen começa a regredir em seu progresso no tratamento. Ou seja, a diminuição ou minimização de situações conflituosas e de grande sofrimento se estabeleceria como reforçador negativo, que seria produzido por meio dos comportamentos anoréxicos da personagem.

Uma mudança identificada entre os contextos de aquisição e manutenção do comportamento está relacionada aos reforços sociais que Ellen recebia com a exposição dos seus desenhos no Tumblr; ela parou com essa prática após o suicídio de uma garota que a seguia, e assim os reforços sociais recebidos via rede social foram cessados. Vale ressaltar, contudo, que um dos pacientes que ela conheceu durante a sua última internação acompanhava o seu trabalho no Tumblr e expressava sua admiração pela arte de Ellen, sugerindo a manutenção, ao menos parcial, dos reforços sociais oriundos daquela prática.

Consequências que fortalecem o padrão

Um padrão comportamental continua ocorrendo porque consequências o fortaleçam. No caso do padrão anoréxico de Ellen foram identificadas as seguintes consequências relevantes: (a) reforçadores positivos sociais, como a atenção, o cuidado e a preocupação de membros da família (madrasta, mãe e irmã), a admiração e demonstração de afeto dos seus fãs e de outros membros da sociedade, que reforcem corpos magros; e (b) reforços negativos, que envolvem a retirada de eventos aversivos privados (culpa e ansiedade) e dos conflitos familiares.

Alimentos calóricos tendem a atuar como reforçadores incondicionados, imediatos e de alta magnitude, e a preferência por seu consumo é frequentemente caracterizada como uma escolha impulsiva. Em contraste, comportamentos voltados para a redução da ingestão calórica são geralmente classificados como comportamentos autocontrolados. Assim, a adoção de estratégias de restrição alimentar e a prática de exercícios físicos podem ser interpretadas, no contexto de indivíduos saudáveis em processos usuais de perda de peso, como expressões de autocontrole. Segundo autores como Calixto, Camargo e Zin (2018) e Rachlin (2004), comportamentos autocontrolados envolvem a escolha de alternativas de comportamentos que produzem reforçadores de menor magnitude e/ou atrasados, em detrimento de comportamentos que produzem reforçadores imediatos e/ou de alta magnitude, tidos como impulsivos. No caso da protagonista de "O mínimo para viver", esses comportamentos foram controlados predominantemente por reforçadores de alta magnitude e de curto prazo, como reforços sociais e esquiva de eventos privados aversivos, o que dificilmente poderia ser classificado como uma escolha autocontrolada.

Consequências que enfraquecem o padrão

Assim como ocorrem consequências que fortalecem o padrão comportamental, também há aquelas que o enfraquecem, e elas concorrem entre si. No caso de Ellen, é possível observar contingências de punição que tendem a diminuir o comportamento-problema como: (a) internações contra sua vontade; (b) desmaios; (c) julgamentos alheios em relação ao seu corpo; (d) sofrimento de demais membros da família ao vê-la doente; (e) frio além do normal devido à baixa gordura corporal; e (f) crescimento de pelos no corpo, sendo esta uma reação fisiológica cuja função é manter o corpo aquecido diante do baixo índice de gordura corporal. Importante pontuar que a punição não é um processo muito efetivo na diminuição dos comportamentos a longo prazo (Skinner, 1971/1972; Sidman, 1989). Dessa forma, apesar de Ellen sofrer com essas situações aversivas, ela não deixa de apresentar esse padrão comportamental (anoréxico).

A Figura 1 sintetiza as análises funcionais molares apresentadas em um diagrama.

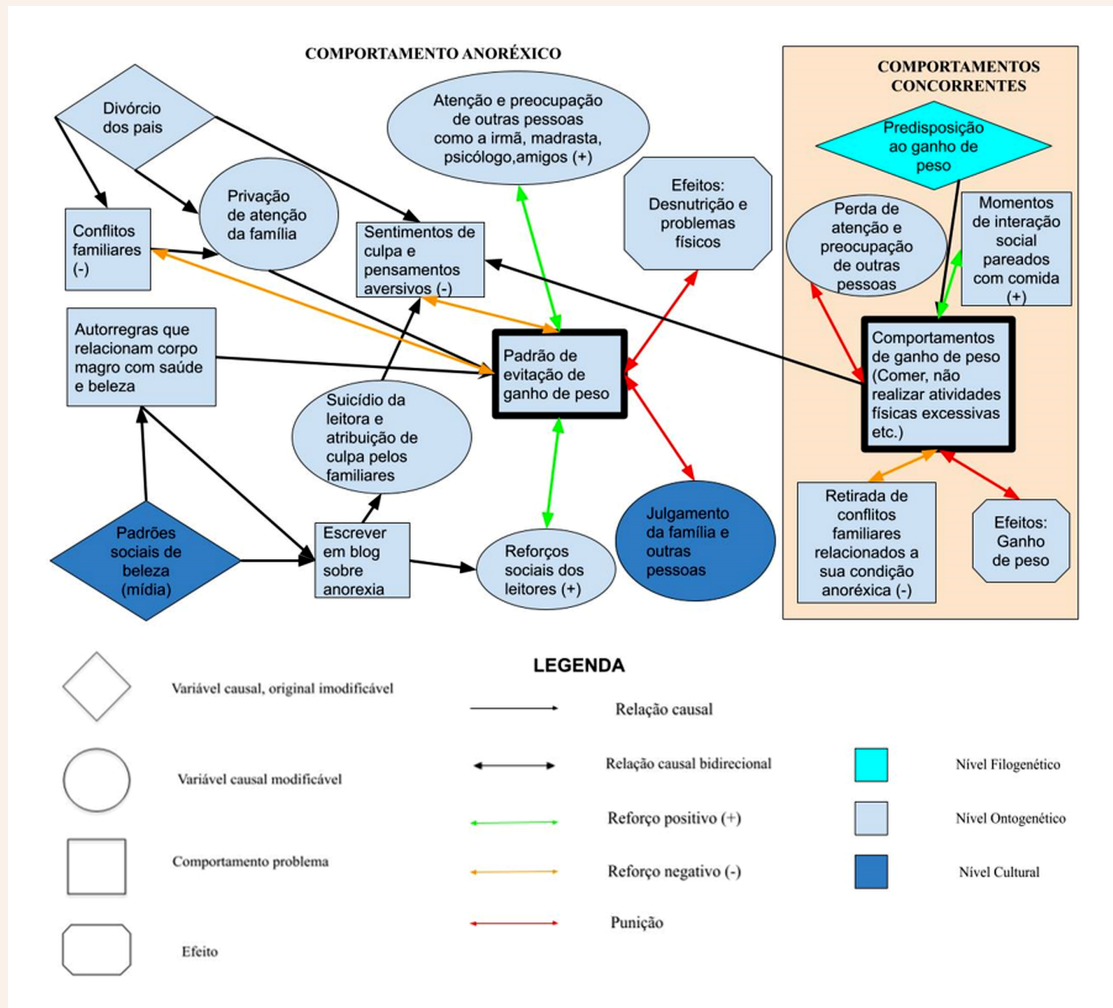


Figura 1. Análise diagramada de padrões comportamentais da personagem Ellen.

O estabelecimento de um padrão comportamental concorrente visando ao ganho de peso também pode enfraquecer o padrão comportamental anoréxico, uma vez que os comportamentos dos dois padrões são incompatíveis, ou seja, não podem ser emitidos simultaneamente. As contingências estabelecidas na internação tendem a favorecer o aparecimento do padrão de ganho de peso. Além disso, o reforçamento intrínseco ao alimento, estabelecido filogeneticamente, o acréscimo de interações sociais contingentes aos momentos de refeição, a retirada da internação e a diminuição do sofrimento de familiares e pessoas próximas, como a irmã e os colegas de internação, podem configurar-se em reforçadores importantes para estabelecer esse padrão concorrente (ganho de peso). Também é importante salientar que as consequências reforçadoras que fortalecem esse padrão competem com consequências aversivas que enfraquecem o padrão, como: perda de atenção e preocupação de outras pessoas; o ganho de peso em si, que ganhou uma conotação aversiva na história de Ellen; e a produção de sentimentos e pensamentos de culpa e ansiedade.

Tabela 2. Estratégias que diminuem a frequência do comportamento-problema.

ESTRATÉGIAS	EXEMPLO
Emprego de ferramenta Economia de fichas	Quando Ellen chega à casa de internação, ela é privada do seu celular, de sair da casa, só podendo voltar a ter acesso a essas atividades conforme ganha pontos, sendo estes adquiridos por meio de tarefas realizadas e emissão de comportamentos considerados adequados.
Ambiente social da internação	Uma casa em que conviviam diariamente indivíduos com as mesmas condições: os transtornos alimentares. Assim, compartilhavam vivências, relatavam comportamentos privados, ofereciam modelos etc.
Exposição a eventos reforçadores sociais através de momentos de lazer	Visita a restaurantes, locais ligados à arte etc.
Restabelecimento de vínculo com a mãe	Na cena final elas conversam, reconhecem seus erros e seus sentimentos e reestabelecem afeto.
Sessões grupais de terapia	Momentos em que a terapeuta abre um espaço para validação, acolhimento, identificação entre os membros do grupo.

Tentativas de Diminuição da Frequência do Comportamento-problema

É possível identificar, no filme, algumas estratégias que parecem melhorar o padrão comportamental anoréxico, como exposto na Tabela 2, bem como outras que também são tentativas de melhorar o quadro, porém tem como efeito o aumento da frequência dos comportamentos-problema (Tabela 3).

A economia de fichas é uma ferramenta que foi muito utilizada pela Análise do Comportamento Aplicada. Trata-se de um método que viabiliza a formação de cadeias comportamentais, que tem como objetivo instalar e manter os comportamentos desejáveis (Tomanari, 2000). É importante destacar, no entanto, os problemas éticos do uso de privação em intervenções com seres humanos, visto que eles produzem sofrimento.

Todas as demais estratégias elencadas na Tabela 2 contribuíram para a melhora no quadro de Ellen, visto que envolviam reforçadores positivos sociais tangíveis. No caso específico do reestabelecimento de vínculo com a mãe, a protagonista recuperou aqueles reforçadores maternos que até então estavam ausentes, o que pode ter contribuído para que Ellen retornasse à internação e aceitasse ajuda novamente.

Apesar destas variáveis mencionadas terem contribuído para a melhora do quadro anoréxico da protagonista, é importante pontuar as oscilações no padrão comportamental de Ellen, ao longo da trama. Recaídas são comuns e esperadas em intervenções psicológicas, visto que frequentemente os transtornos mentais envolvem padrões comportamentais muito fortalecidos. Alguns princípios comportamentais também podem nos ajudar a explicar essas recaídas, como, por exemplo, a ressurgência comportamental. Segundo Villas-Bôas, Haydu e Tomanari (2010), esse fenômeno consiste no retorno de uma resposta previamente reforçada diante da extinção de uma resposta alternativa. No caso de Ellen, comportamentos alternativos de ganho de peso foram estabelecidos e depois enfraquecidos, observando-se um retorno no padrão comportamental anoréxico. Algumas variáveis ou eventos, apontados na Tabela 3, contribuíram para o aumento na frequência dos comportamentos-problema.

Os procedimentos aversivos, elencados na Tabela 3, geraram respostas de contracontrole em Ellen. Em relação à funcionária, que a vigiava, fiscalizava e punia em caso de erro, Ellen passou a emitir comportamentos que visavam a perda de peso quando estava sozinha, evitando as punições. Por sua vez, as intervenções invalidantes e, portanto, aversivas, do psiquiatra, produziram uma resposta de fuga de Ellen, que abandonou o tratamento.

Tabela 3. Variáveis que aumentam a frequência do comportamento-problema.

VARIÁVEIS	EXEMPLO
Fiscalização da funcionária da casa	Constante pesagem dos sujeitos, ou seja, coloca os indivíduos diante de um objeto aversivo: a balança.
Invalidação dos sentimentos de Ellen por parte do psiquiatra	O médico diz: "eu não posso reconfortar você, essa ideia que você tem de se sentir segura é muito infantil e covarde, ela te impede de ter qualquer tipo de experiência, mesmo que seja uma coisa boa".

Assim, de acordo com o comportamento de escolha, Ellen experimentou variáveis durante os períodos de tratamento a fim de diminuir a frequência dos comportamentos-problema relacionados à anorexia e fortalecer comportamentos alternativos adequados, relacionados à classe "alimentar-se de forma saudável". É possível concluir que as variáveis que contribuíram para a melhora estão associadas ao reforço positivo, enquanto as punições agravaram o padrão.

Análise de Questões Sociais

Leal (2013) realizou uma revisão acerca dos diversos fatores de risco para os transtornos alimentares, e destacou alguns: (a) ser do sexo feminino; (b) ser adolescente; (c) indivíduos com maiores índices de massa corporal; (d) indivíduos com melhor nível socioeconômico; (e) indivíduos que apresentam insatisfação com a imagem corporal; (f) estudantes de escola pública; e por fim (g) indivíduos que apresentam práticas restritivas. Importante ressaltar que dentre os fatores de risco descritos, Ellen apresenta pelo menos os fatores "a", "b", "d", "e" e "g", e, portanto, estabelece-se um contexto muito propício para o desenvolvimento e manutenção de comportamentos típicos de transtornos alimentares.

Como já mencionado neste trabalho, o gênero feminino é um público mais vulnerável aos transtornos alimentares, considerando as cobranças sociais impostas pela mídia e pela comunidade verbal. Além disso, este mesmo gênero também está mais susceptível à violência e discriminação (Saffioti, 1994; Silva, 2010), o que pode representar um fator estressor diário. A variável estresse, por sua vez, está correlacionada com alterações de padrões alimentares (Fernandes, Pereira & Duarte, 2024).

O filme sugere que Ellen vem apresentando problemas com a alimentação há tempos, tendo inclusive passado por outros tratamentos antes da internação atual, o que aponta para a instalação da doença na adolescência. Sabe-se que essa etapa da vida é marcada por mudanças físicas, emocionais e psicossociais importantes, que impactam, em maior ou menor grau, a imagem corporal, podendo afetar a relação do adolescente com a alimentação. Os transtornos alimentares frequentemente têm seu início na adolescência, sendo a anorexia um dos mais prevalentes nessa faixa etária (Fontes Junior & Silva, 2023).

Em relação à condição socioeconômica, Ellen tem facilidade no acesso a tratamentos para a anorexia e vivencia um estilo de vida tranquilo. O estudo de Leal (2013) aponta o alto nível socioeconômico como um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Esse dado é curioso, considerando que geralmente baixos níveis socioeconômicos tendem a associar-se com maior sofrimento. Leal (2013) não apresentou uma explicação para esta relação. Assim, foram formuladas algumas hipóteses para justificar o risco aumentado na população com melhor renda, como é o caso de Ellen: (a) na nossa sociedade, marcadores de classe social incluem aspectos relacionados à aparência e à forma física, o que pode ser estabelecido via relações simbólicas entre estímulos (Hayes, Barnes-Holmes & Roche, 2002), ou seja, pessoas de classe média e alta podem cobrar mais que os membros da família mantenham o status social familiar, aumentando os conflitos e o estresse familiar; (b) práticas parentais atuais podem incluir a oferta de reforçadores de alta magnitude, como, por exemplo, brinquedos e tecnologias, sem contrapartida de atividades e obrigações para a criança ou adolescente, como fazer atividades domésticas ou ter um bom desempenho escolar. Essa desvinculação do fazer e da produção do reforço é chamada de reforço livre, e prejudica o desenvolvimento de responsabilidade, autoconfiança e de resistência a frustração (Guilhardi, 2018). A capacidade de resolução de problemas é reduzida e repertórios comportamentais alternativos à produção de reforços sociais não são

estabelecidos, o que pode favorecer o aparecimento de comportamentos socialmente inadequados para a resolução de conflitos familiares e obtenção de atenção, como parece ocorrer com a personagem do filme quando estabelece o padrão comportamental anoréxico.

Em relação ao fator "e", a personagem demonstra-se insatisfeita com sua imagem corporal e faz de tudo para perder ainda mais peso ou pelo menos manter o peso. A sociedade e os grupos sociais tendem a estabelecer esses padrões. A preocupação com a aparência, rigidez, controle e perfeccionismo, são traços frequentemente encontrados na família de pessoas com anorexia nervosa (Barlow & Durand, 2015). Essas influências sociais estabelecem, por meio de regras e contingências, um discurso de insatisfação com a imagem corporal e a busca incessante pela magreza. Para que isso seja possível, Ellen se engaja em práticas restritivas (fator "g"). As práticas de restrição alimentar, em geral, como jejuns, são mais eficazes para emagrecer do que práticas de purgação, logo, são frequentes em pessoas com anorexia nervosa (Barlow & Durand, 2015), visto que pessoas com esse diagnóstico necessariamente se empenham em perder peso.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente capítulo teve como propósito abordar os transtornos alimentares, particularmente a anorexia, a partir de um estudo de caso fictício apresentado no filme "O mínimo para viver", na perspectiva da Análise do Comportamento.

É relevante pontuar que apesar de mencionados os critérios do DSM-5-TR para anorexia, quadro apresentado pela protagonista do filme, Ellen, deu-se destaque para a análise funcional molar dos comportamentos anoréxicos da personagem. É útil conhecer os critérios diagnósticos da condição, no entanto o profissional desta abordagem não vai delinear e conduzir suas intervenções a partir da visão nosológica e topográfica do quadro, mas sim através da ferramenta da análise funcional. Quando busca entender o seu objeto de estudo, o analista do comportamento considera as condições que ajudaram a desenvolver e manter padrões comportamentais, o que lhe permite acessar a função dos comportamentos, uma vez que comportamentos topograficamente semelhantes ou iguais podem apresentar funções diferentes e, portanto, requerer intervenções elaboradas sob medida. No caso de Ellen, seu padrão comportamental anoréxico era, de acordo com as hipóteses formuladas, mantido por reforços sociais, fuga de conflitos familiares, esquiva experiencial e regras e contingências sociais.

Um fator que precisa ser considerado é o gênero, uma vez que as pesquisas indicam que cobranças sociais mais expressivas para o público feminino e outros fatores estressantes, como a maior exposição à violência, contribuem para o adoecimento e o desenvolvimento de transtornos alimentares em mulheres.

Também é importante ponderar que o presente estudo apresenta limitações em relação às análises realizadas, dado que o telespectador só possui acesso às informações que são expostas durante o filme, dificultando o aprofundamento nas observações e questionamentos. Ademais, considerando que a protagonista é uma personagem, não é possível intervir e manipular variáveis. Apesar dessas insuficiências, o trabalho é de grande relevância para o meio acadêmico, visto que possibilita, por meio de uma forma lúdica, realizar análises funcionais e disseminar conhecimento acerca desse modo de investigar o objeto de estudo e sobre os transtornos alimentares em si.

O presente estudo também possibilita comparações com futuros estudos clínicos, a fim de verificar se há similaridades funcionais no padrão comportamental anoréxico de diferentes indivíduos. O estudo de caso aqui apresentado, a partir de uma obra cinematográfica, também pode contribuir para a formação de analistas do comportamento, ao demonstrar um exemplo de análise funcional molar e de uma forma de apresentação da análise em diagrama, pouco difundida em estudos de caso no Brasil; além disso, pode contribuir com reflexões críticas sobre formas de intervenções e fatores socioculturais relacionados aos problemas comportamentais.

REFERÊNCIAS

American Psychiatric Association (APA) (2023). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-5-TR: Texto Revisado*. 5th ed. Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-6558820932

- Banaco, R. A., Zamignani, D. R., Martone, R. C., Vermes, J. S., & Kovac, R. (2012). Psicopatologia. Em M. M. C. Hubner, & M. B. Moreira (Orgs.), *Temas clássicos da Psicologia sob a ótica da Análise do Comportamento* (pp. 154-166). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. ISBN 978-8527720595
- Barlow, D. H., & Durand, V. M. (2015). *Psicopatologia: Uma abordagem integrada* (7ª Ed.; trad. Noveritis do Brasil). São Paulo: Cengage Learning. ISBN 978-8522118694
- Borges, N. J. B. G., Sicchieri, J. M. F., Ribeiro, R. P. P. P., Marchini, J. S., & Santos, J. E. (2006). Transtornos alimentares-quadro clínico. *Medicina (Ribeirão Preto)*, 39(3), 340-348. <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.v39i3p340-348>
- Britto, I. A. G. S. (2012). Psicopatologia e Análise do Comportamento: algumas reflexões. *Boletim contexto*, 37(2), 55-76.
- Calixto, F., Camargo, J., & Zin, G. (2018). Autocontrole, uma questão de escolha? Em N. Kienen, S. R. de S. A. Gil, J. C. Luzia, & J. Gamba (Orgs.), *Análise do Comportamento: Conceitos e aplicações a processos educativos, clínicos e organizacionais* (pp. 95-104). Londrina: UEL. ISBN 978-8578465377
- Fernandes, A., Pereira, A. M., & Duarte, E. (2024). Relação entre stress, índice de massa corporal e risco de transtornos alimentares. *Egitania Scientia*, 33(1), 38-53. ISSN 2975-9064.
- Ferreira, A. P. S., Szwarcwald, C. L., Damacena, G. N., & Souza Júnior, P. R. B. (2021). Increasing trends in obesity prevalence from 2013 to 2019 and associated factors in Brazil. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 24(2), 1-15, e210009. <https://doi.org/10.1590/1980-549720210009.supl.2>
- Fonseca, J. J. S. (2002). *Apostila de metodologia da pesquisa científica*. Fortaleza: UECE.
- Fontes Júnior, J. R., & Silva, D. F. (2023). Transtornos alimentares mais prevalentes em adolescentes no Brasil: Uma revisão de literatura. *Research, Society and Development*, 12(10), 1-9, e127121043572. <https://doi.org/10.33448/rsd-v12i10.43572>
- Guilhardi, H. J. (2002). Análise comportamental do sentimento de culpa. Em A. M. S. Teixeira, M. R. B. Assunção, R. R. Starling, & S. S. Castanheira (Orgs.), *Ciência do Comportamento: Conhecer e Avançar* (vol. 1, pp. 173-200). Santo André: ESETec. ISBN não disponível.
- Guilhardi, H. J. (2018). Mais do bom não faz bem: Problemas do reforço livre. *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, 14(2), 171-190. <http://dx.doi.org/10.18542/rebac.v14i2.7537>
- Hayes, S. C., Barnes-Holmes, D., & Roche, B. (2002). *Relational Frame Theory: A post-skinnerian account of human language and cognition*. New York: Kluwer Academic Publishers.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. Y., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 1152-1168. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.64.6.1152>
- Haynes, S. N., Leisen, M. B., & Blaine, D. D. (1997). Design of individualized behavioral treatment programs using functional analytic clinical case models. *Psychological Assessment*, 9(4), 334-348. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.9.4.334>
- Haynes, S. N., O'Brien, W. H., & Koholokula, J. K. (2011). *Behavioral Assessment and Case Formulation*. Hoboken: John Wiley & Sons, Inc.
- Hennig, F. (2020). Da psicologia evolucionista à abordagem comportamental: Um novo modo de entender o desenvolvimento infantil. *Revista de extensão e iniciação científica da UNISOCIESC*, 2(2), 54-65. Disponível em <https://dalfovo.com/ojs/index.php/reis/article/view/22>
- Kuppferman, I., & Schwartz, J. (1995). Motivation. Em E. R. Kandel, J. H. Schwartz, & T. M. Jessel (Eds.), *Essentials of Neural Science and Behavior* (pp. 613-627). Londres: Prentice Hall.

- Leal, G. V. D. S. (2013). *Fatores associados ao comportamento de risco para transtornos alimentares em adolescentes na cidade de São Paulo*. Tese de Doutorado, Universidade de São Paulo. Biblioteca Digital de Teses e Dissertações da USP. <https://doi.org/10.11606/T.6.2013.tde-08042013-094507>
- Lourenço, T. (2021). Cresce em mais de 140% o número de procedimentos estéticos em jovens. *Jornal da USP*. Disponível em <https://jornal.usp.br/atualidades/>.
- Meyer, S. B. (2005). Regras e auto-regras no laboratório e na clínica. Em J. Abreu-Rodrigues, & M. R. Ribeiro (Orgs.). *Análise do Comportamento: Pesquisa, teoria e aplicação* (pp. 211-227). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Meyer, S. B. (2008). Functional analysis of eating disorders. *Journal of Behavior Analysis in Health, Sports, Fitness and Medicine*, 1(1), 26-33. <https://doi.org/10.1037/h0100365>
- Morgan, C. M., Vecchiatti, I. R., & Negrão, A. B. (2002). Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e socioculturais. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 24, 18-23. <https://doi.org/10.1590/S1516-44462002000700005>
- Nery, L. B., & Fonseca, F. N. (2018). Análises funcionais moleculares e molares: um passo a passo. Em A. K. C. R. de-Farias, F. N. Fonseca, & L. B. Nery (Orgs.), *Teoria e Formulação de Casos em Análise Comportamental Clínica* (pp. 1-22). Porto Alegre: Artmed. ISBN 978-8582714737
- Netto, C. A. (2002). Psicobiologia do comportamento alimentar. Em M. A. Nunes, J. C. Appolinario, A. L. Galvão, & W. Coutinho (Orgs.), *Transtornos Alimentares e Obesidade* (pp. 47-53). Porto Alegre: Artmed.
- Oshiro, C. K. B., & Ferreira, T. A. S. (2021). *Terapias Contextuais Comportamentais: Análise funcional e prática clínica*. Santana de Parnaíba: Manole. ISBN 978-6555761856.
- Poltronieri, T. S., Tusset, C., Gregoletto, M. L., & Cremonese, C. (2016). Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em mulheres do sul do Brasil. *Ciência & Saúde*, 9, 128-134. <https://doi.org/10.1590/0047-20850000000274>
- Rachlin, H. (2004). *The science of self-control*. Cambridge: Harvard University Press. <https://doi.org/10.4159/9780674042513>
- Saffioti, H. I. (1994). Violência de gênero no Brasil atual. *Estudos Feministas*, 30, 443-461. <https://doi.org/10.1590/%25x>
- Sidman, M. (1989). *Coercion and its fallout*. Boston: Authors Cooperative.
- Silva, S. G. D. (2010). Preconceito e discriminação: as bases da violência contra a mulher. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 30, 556-571. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932010000300009>
- Skinner, B. F. (1984). Selection by consequences. *Behavioral and Brain Sciences*, 7(4), 477-481. <https://doi.org/10.1017/S0140525X0002673X>
- Skinner, B. F. (1971/1972). *O mito da liberdade* (2ª Ed., E. R. B. Rebelo, trad.). São Paulo: Summus.
- Stice, E., Schupak-Neuberg, E., Shaw, H. E., & Stein, R. I. (1994). Relation of media exposure to eating disorder symptomatology: An examination of mediating mechanisms. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(4), 836-840. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0021-843X.103.4.836>
- Tomanari, G. Y. (2000). Reforçamento condicionado. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 2(1), 61-67. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v2il.290>
- Vale, A. M. O., & Elias, L. R. (2011). Transtornos alimentares: uma perspectiva analítico-comportamental. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 13(1), 52-70. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v13il.432>
- Vale, A. M. O. (2002). *Comportamento alimentar anormal e práticas inadequadas para controle de peso entre adolescentes do sexo feminino de Fortaleza*. Dissertação de Mestrado, Universidade Federal do Ceará. <http://repositorio.ufc.br/handle/riufc/1016>

- Villas-Bôas, A., Haydu, V. B., & Tomanari, G. Y. (2010). Ressurgência comportamental: construção conceitual sobre bases experimentais. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 1(1), 5-14. <https://doi.org/10.18761/perspectivas.v1i1.13>
- Watanabe, K. E., & Wichoski, C. (2022). Dietas da moda e transtornos alimentares: a busca pelo "corpo perfeito". *Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa*, 38(especial), 199-228. <http://periodicos.unifil.br/index.php/Revistateste/article/view/2593>
- Zamignani, D. R., & Banaco, R. A. (2005). Um poanorama analítico-comportamental sobre os transtornos de Ansiedade. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 7(1), 77-92. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v7i1.44>



EDITORA

Instituto Walden4

A Editora do Instituto Walden4 se dedica à promoção e difusão de conhecimentos avançados na esfera da Análise do Comportamento, assim como em outras áreas práticas baseadas em evidências, abrangendo tanto aspectos científicos quanto profissionais. Comprometida com a democratização do acesso à informação, oferecemos uma ampla gama de nossos livros de forma gratuita. Além disso, todos os nossos títulos estão acessíveis em formato digital, proporcionando a você a conveniência de iniciar a leitura em segundos. Descubra e explore as publicações do nosso catálogo que mais lhe interessam.

CONSELHO EDITORIAL

Dr. Gleidson Gabriel da Cruz

Dr. Márcio Borges Moreira

CONTATO

secretaria@walden4.com.br

Site walden4.com.br

Instagram [@instituto.walden4](https://www.instagram.com/instituto.walden4)

Facebook [facebook.com/iwalden4](https://www.facebook.com/iwalden4)

YouTube [youtube.com/user/instwalden4](https://www.youtube.com/user/instwalden4)

Outros livros do Instituto Walden4

DA MESMA TRADIÇÃO

Skinner vai ao Cinema

A coleção que inaugurou, há quase duas décadas, a análise de filmes à luz da Análise do Comportamento — predecessora direta deste livro.

Volume 1 — de-Farias & Ribeiro (Instituto Walden4, 2014). walden4.com.br · PDF

Volume 2 — Ribeiro & de-Farias (Instituto Walden4, 2014). walden4.com.br · PDF

Volume 3 — de-Farias & Ribeiro (Instituto Walden4, 2016). walden4.com.br · PDF

Edição original — de-Farias & Ribeiro (ESETec, 2007).



Manual Didático para a Aplicação de Avaliações de Preferência em Crianças com TEA

Silveira & Moreira



Hipersensibilidade Auditiva no TEA: Guia Prático de Intervenções Baseadas em Evidências

Carvalho & Moreira



Formação e Mudança de Atitudes: Pareamento ao Modelo e História em Quadrinhos

Moreira (org.)



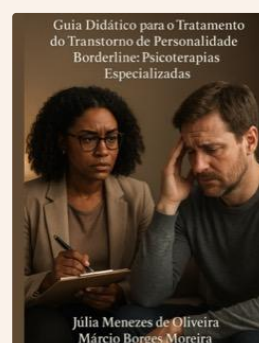
Do Comportamento ao Diálogo: Estratégias de Comunicação Funcional para Crianças com TEA

Oliveira & Moreira



Psicoeducação Familiar no TEA: Fundamentos, Aplicações e Procedimentos

Miranda & Moreira



Guia Didático para o Tratamento do Transtorno de Personalidade Borderline

Oliveira & Moreira



Ensinando Atividades do Cotidiano para Crianças com Transtorno do Espectro Autista

Castro & Moreira



Autismo: Estratégias de Autorregulação

Aguiar & Moreira



Camuflagem em Mulheres Autistas: Impactos e Implicações Diagnósticas

Pimentel & Moreira

Conheça o catálogo completo em walden4.com.br/livros

SOBRE A OBRA

Do encanto à *análise*: o que os filmes revelam sobre o comportamento humano.

Há quase vinte anos, o projeto “Skinner vai ao Cinema” mostrou que assistir a um filme pode ser também um exercício de investigação científica. Este livro retoma e amplia essa tradição, reunindo ensaios que atravessam a tela para examinar, à luz da Análise do Comportamento, as contingências que moldam personagens, relações e histórias.

São **doze capítulos** e doze filmes — de “Pearl” a “O Mínimo para Viver”, passando por maldade e bondade, adoecimento e morte, memória, práticas parentais, relações amorosas e abusivas, sexualidade, a relação terapêutica, o sono e os transtornos alimentares. Cada capítulo une rigor teórico e sensibilidade clínica, transformando a apreciação cinematográfica em ferramenta didática para estudantes, professores e analistas do comportamento.

Organizado por Nilse Chiapetti, Ana Karina Curado Rangel de-Farias e André Amaral Bravin, *Do Encanto às Contingências* confirma a vitalidade de uma obra que une ciência, ensino e arte — e que segue encontrando, em cada novo filme, novas contingências a analisar.

CATEGORIA

Análise do Comportamento
Cinema · Psicologia
Divulgação científica

