

**UNIVERSIDADE EVANGÉLICA DE GOIÁS**  
**CURSO DE PSICOLOGIA**

**Sobre os sentimentos do terapeuta comportamental: uma revisão da literatura**

Laila Isa Faustino de Araújo Fernandes  
Karla Coêlho da Silva

Orientador: Dr. Artur Vandrê  
Pitanga

AÁPOLIS  
2023

**UNIVERSIDADE EVANGÉLICA DE GOIÁS**

**CURSO DE PSICOLOGIA**

**Sobre os sentimentos do terapeuta comportamental: uma revisão da literatura**

Laila Isa Faustino de Araújo Fernandes

Karla Coêlho da Silva

Orientador: Dr. Artur Vandrê Pitanga

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao departamento de Psicologia da Universidade Evangélica de Anápolis – Unievangélica – como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Dr. Artur Vandrê Pitanga

ANÁPOLIS

2023

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus pela vida e possibilidade constante de recomeços

A meus filhos Manuela, Heloísa e Joaquim que me fizeram querer ajudar a construir um futuro melhor através da Psicologia e abdicaram da minha presença para que eu chegasse até aqui

Ao meu esposo Carlos Eduardo, que se fez rede de apoio enquanto eu estudava e construía um futuro melhor para nós e nossos filhos

Aos meus familiares João Paulo, Pedro e Tatiana, e em especial minha mãe Solimar, que a seu modo sempre me apoiaram com o que podiam

Ao meu pai Clínio Edson, que mesmo ausente materialmente, se fez presença constante todas as vezes que eu precisei me lembrar do meu propósito

À professora Máriam Hanna Daccache que foi presença fundamental na minha formação como profissional e pessoa

Ao meu professor e orientador Artur Vandré Pitanga que me apresentou a verdadeira psicologia como filosofia de vida e me fez acreditar no sucesso dessa trajetória

A todos os psicoterapeutas e futuros psicoterapeutas, de maneira especial da análise do comportamento, que contribuíram não só para essa pesquisa, mas para todo conhecimento acerca de ser humano e relações

Laila Isa Faustino de Araújo Fernandes

Em primeiro lugar quero agradecer imensamente a Deus por ter permitido mais essa realização em minha vida e por me dar forças para superar os obstáculos que encontrei pelo caminho me dando sabedoria e garra.

A minha querida e amada mãe, Luzia Coêlho da Silva, com quem eu sei que sempre poderei contar, por me motivar em vários momentos, ajudando-me e acompanhando minhas conquistas.

A você mãe, todo meu amor e respeito! Obrigada por fazer parte da minha vida. Obrigada ao meu marido, Marco Antônio Lessa, por me incentivar nesse projeto e mostrar que viver com dignidade e sabedoria é o mais importante em qualquer etapa da vida!

Eu amo você.

Quero agradecer a todos que direta e indiretamente contribuíram pelo meu desenvolvimento profissional. Aos meus irmãos, minha sogra, cunhados e amigos

A todos, meu muito obrigada! Amo vocês!

Karla Coêlho da Silva

## INTRODUÇÃO

O objetivo do presente artigo de conclusão de curso é, a princípio, realizar uma leitura acurada sobre um conjunto de publicações acerca dos sentimentos do terapeuta comportamental. Esse conjunto de publicações é alvo de análise por parte de outros pesquisadores que também compreendem ser relevante acessar e revisar a bibliografia acerca das publicações que analisam os sentimentos do terapeuta no processo psicoterapêutico. Os aspectos da pessoa do terapeuta e seus sentimentos podem estar relacionados diretamente na eficácia da psicoterapia e indicar de que modo esses sentimentos vivenciados impactam nesse processo é fundamental, além de poder servir de ponto de partida para novas pesquisas e publicações.

A efetividade da psicoterapia pode estar diretamente relacionada á atuação do terapeuta no processo, bem como a consideração da sua história de vida e seus sentimentos, quando se comparado somente ao uso de métodos terapêuticos (Wampold,2001). É possível perceber, no entanto, uma quantidade menor de estudos sobre a pessoa do terapeuta comparativamente com os que se baseiam no processo terapêutico. As discussões ficam ainda mais restritas quando buscamos não pela formação do terapeuta, mas pela influência de sua história de vida, seus próprios sentimentos e emoções no desenvolvimento da psicoterapia.

Levando em consideração a importância desses fatores para a prática psicoterápica, o objetivo desse trabalho foi apresentar, mesmo que ainda de forma modesta, o que foi publicado acerca do assunto “sentimentos do terapeuta comportamental” e analisar de forma crítica, como as discussões têm evoluído e possibilitado novas pesquisas no campo da pessoa do terapeuta. Como inspiração para as leituras e tentativa de resposta para pergunta fundamental, a seguinte questão norteou a pesquisa: Quais são as publicações mais recentes e acessíveis que tratam dos sentimentos do terapeuta na terapia comportamental contemporânea?

O presente trabalho de conclusão de curso, em sua base teórica, apresenta duas partes,

uma sobre a história da terapia comportamental dos primórdios até as terapias comportamentais contextuais, dando ênfase na Psicoterapia Analítica Funcional e outra parte sobre a pessoa do terapeuta como característica da terapia comportamental contemporânea.

## **REFERENCIAL TEÓRICO**

### **Características da Terapia Comportamental e bases da Psicoterapia Analítica Funcional.**

A terapia comportamental, em contexto estadunidense, tem sua história marcada por três principais ondas, ou gerações, compreendidas como momentos de transformação de paradigmas que foram determinantes para se estabelecer novos modelos de terapia de base analítico comportamental no início do século XXI. De maneira sucinta a história da terapia comportamental é apresentada nas linhas a seguir.

A “primeira onda” de terapia comportamental teve seu início em meados da década de 1930, fundamentada pelas primeiras experiências de laboratório. Os primeiros terapeutas valorizaram os princípios elementares do comportamento, descobertos por pesquisadores interessados na relação entre variações e ambiente e variação do organismo. As pesquisas clássicas de Ivan Pavlov e J. Watson marcaram os fundamentos da terapia comportamental a partir do paradigma respondente. A terapia comportamental avança, por volta da década de 1950, a partir do paradigma operante, fundamentada pelas pesquisas sobre aprendizagem por consequências realizadas por Skinner. Por conseguinte, a terapia comportamental, evolui ao somar em suas formas de intervenção clínica as técnicas de modificação de respondentes aversivos com os procedimentos de modificação do comportamento operante (Lucena-Santos, Pinto-Gouveia, & Oliveira, 2015).

A “segunda onda” da terapia comportamental ficou conhecida como “revolução cognitiva”, marcada por volta da década de 1970. Com a expansão e influência da Psicologia Cognitiva, a Terapia Cognitiva adotou o modelo de mudanças de pensamentos ou crenças

disfuncionais. Os pensamentos mal adaptativos, as crenças limitantes e a perspectiva distorcida da realidade passaram a ser a base para explicação sobre as razões dos sofrimentos psicológicos no contexto da terapia de base cognitivista. Várias técnicas foram desenvolvidas pelos terapeutas cognitivos direcionadas às mudanças dos pensamentos relacionados aos sofrimentos psicológicos. A segunda onda de terapia, à vista disso, foi fundamentada em seus primórdios pelos psicólogos Albert Ellis, com a Terapia Racional Emotiva, e a Terapia Cognitiva por Aaron Beck. Atualmente a Terapia Cognitiva, em contextos acadêmico e profissional, é denominada e divulgada por “Terapia Cognitivo-Comportamental”. A segunda geração tem como ferramenta de intervenção a tríade cognitiva – pensamentos gera sentimentos, que por sua vez, gera ações no ambiente.

A década de 1980 marca o surgimento de um novo caminho para a Terapia Comportamental. Nessa época começa a ganhar força a "terceira onda". Estão englobadas nesse modelo, em primeiro momento, estilos de terapia como: Terapia de Aceitação e Compromisso (*ACT*, sigla em inglês para *Acceptance and Commitment Therapy*), Terapia Comportamental Dialética (*DBT*, sigla em inglês para *Dialectical Behavior Therapy*), Terapia Analítica Funcional (*FAP*, sigla em inglês para *Functional Analytic Psychotherapy*). A definição da terceira onda, de acordo com Hayes (2004, p. 639), é a seguinte:

Baseada numa abordagem empírica e em princípios, a terceira onda da terapia comportamental e cognitiva é particularmente sensível ao contexto e às funções dos fenômenos psicológicos, não apenas à sua forma, e por isso tende a enfatizar estratégias de mudanças contextuais e experimentais em acréscimo às mais diretas e didáticas. Esses tratamentos procuram buscar a construção de um repertório [de comportamentos] amplo, flexível e efetivo em vez de uma abordagem muito específica para problemas definidos de maneira muito estreita. (...) A terceira onda reformula e sintetiza gerações anteriores de terapias cognitivas e comportamentais e as levam adiante para questões e domínios previamente trabalhados por outras tradições, na esperança de melhorar tanto a compreensão do ser humano como a dos resultados dos tratamentos.

As terapias de terceira onda utilizam a análise funcional como procedimento fundamental para a formulação dos casos clínicos e compreensão do contexto de interação dos comportamentos. Outra característica, a partir do que é apresentado na literatura de terapia comportamental recente, é que grande parte dessas terapias se valem de conceitos como relação terapêutica, aceitação, pessoa e sentimentos do terapeuta, atenção plena e intervenções dialéticas, entre outros conceitos, para suas práticas. Atualmente as terapias de terceira onda são denominadas de Terapias Comportamentais Contextuais.

Para os propósitos do presente artigo de conclusão de curso, daremos destaque a FAP, haja vista ser um estilo de terapia comportamental contextual que valoriza a pessoa, a história e os sentimentos do terapeuta. Trata-se de um estilo de terapia que surgiu na década de 1980 nos Estados Unidos, sendo desenvolvida pelo casal Robert J. Kohlenberg e Mavis Tsai. Na FAP é fundamental que o terapeuta e o cliente desenvolvam uma relação terapêutica genuína e envolvente emocionalmente. Terapeuta e cliente devem se perceber dentro de um contexto de terapia exigente, pois ambos serão transformados, considerando ser a terapia uma “via de mão dupla” (Holman *et al*, 2022). Os comportamentos significativos do cliente que ocorrem no *setting* terapêutico, em uma perspectiva FAP, são denominados de Comportamentos Clinicamente Relevantes (CCRs ou CRBs, sigla em inglês para *Clinically Relevant Behavior*).

Os comportamentos relacionados aos problemas de vida do cliente, que corriqueiramente acontecem em suas relações fora do consultório, emergem durante a sessão terapêutica em sentido funcional e são nomeados como Comportamentos Clinicamente Relevantes de nível 1 (ou CCRs1). Os CCRs2, são os comportamentos de melhora do cliente que emergem durante a sessão e indicam progresso e direcionamento aos objetivos da terapia. No decorrer do processo terapêutico o terapeuta deverá fortalecer os CCRs2 do cliente e verificar se o que está sendo vivenciado na relação terapêutica como progresso é emitido por

esse cliente em seu cotidiano de interação social. O terapeuta FAP deve responder contingentemente aos CCRs<sup>2</sup> do cliente, fortalecendo a frequência de suas ocorrências. O terapeuta deverá, portanto, estar atento a tais comportamentos ocorrendo no aqui-e-agora da relação terapêutica (Kohlenberg & Tsai, 1991/2001).

De acordo com Kohlenberg e Tsai (1991/2001) e Holman et al (2022), na FAP a relação estabelecida com o cliente é compreendida como a própria terapia. Dito de outra maneira, a relação terapêutica como processo vivenciado é a própria terapia. Sendo assim, a FAP apresenta a relação terapêutica fundamentada em cinco regras que direcionam o trabalho clínico do terapeuta, a seguir:

- Regra 1 – observar CCRs. O terapeuta deve estar atento ao que ocorre durante a sessão. A regra 1 é fundamentada na análise funcional dos comportamentos.
- Regra 2 – Evocar CCRs. Perguntas, posturas, reflexões, interpretações do terapeuta, entre outras ações naturais de interação, podem evocar comportamentos clinicamente relevantes do cliente. O que emerge da parte do cliente como comportamento pode ser elemento significativo de análise funcional/interpretação da parte do terapeuta.
- Regra 3 – Reforçar CCRs<sup>2</sup>. Comportamentos de melhora do cliente, no sentido de alcance dos objetivos da terapia. O terapeuta deve responder de maneira contingente aos progressos do cliente em sessão.
- Regra 4 – Fazer paralelos. Nesse momento o terapeuta deve observar o impacto das ações terapêuticas sobre o comportamento do cliente, realizando paralelos entre sua vida cotidiana e a interação no aqui-e-agora da sessão.
- Regra 5 – Prover generalização. O que o cliente vivencia e aprende na interação com o terapeuta deve ser experienciado fora do setting, em sua vida cotidiana com outras pessoas.

Faz-se necessário entender que as regras da FAP servem como uma noção didática e de

possibilidade de “visualizar conceitualmente” a complexidade de uma interação entre terapeuta e cliente. As regras, logo, não são uma sequência passo a passo, pois acontecem de maneira fluida durante a interação, mas servem como uma espécie de bússola que o terapeuta deve seguir e como ponto de partida para tomadas de decisão clínica.

Conceitos como consciência, coragem e amor permeiam a FAP como uma terapia de relação. Publicações recentes sobre FAP (e.g. Holman *et al*, 2022, já mencionados nas linhas acima) enfatizam tais conceitos. Em resumo, a consciência é compreendida como capacidade de identificar e descrever estímulos do contexto ambiental que influenciam o comportamento. Estar consciente das variáveis da relação terapêutica ajuda o terapeuta na tomada de decisão clínica. Coragem é definida como emitir comportamento mediante estimulação aversiva. Evocar comportamentos, prover interpretações e se vulnerabilizar podem ser entendidos como comportamentos corajosos, tanto do terapeuta quanto do cliente. E amor é um conceito para designar o comportamento responsivo do terapeuta mediante comportamentos de melhora do cliente.

### **Relação terapêutica e pessoa do terapeuta**

A relação entre terapeuta e cliente é de enorme importância para que os objetivos previstos sejam alcançados no processo terapêutico. Um dos principais objetivos da relação terapêutica é ajudar o cliente a avaliar seus comportamentos, suas relações cotidianas e suas determinações, observando seus sentimentos e pensamentos presentes, e planejando suas ações futuras, se engajando em uma “vida que vale a pena ser vivida”.

Vandenberghe e Pereira (2005) ensinam que os clientes, ao chegarem ao consultório, trazem consigo um histórico de punições de seus comportamentos. Sendo assim, muitos deles encontram-se depressivos, angustiados e/ou apresentam pouca variabilidade comportamental em função das consequências aversivas que vivenciaram ao longo de vida. O terapeuta, como audiência não punitiva (Skinner, 1953/2003) deve proporcionar um espaço de interação acolhedora para o cliente.

A principal diferença entre o que se denomina de relação terapêutica e as relações

desenvolvidas cotidianamente, é que o terapeuta, em seu trabalho clínico, busca compreender os comportamentos do cliente, com o máximo esforço de compreensão e o mínimo de julgamento possível (Banaco, 1997).

Para a perspectiva das terapias comportamentais de terceira geração (terapias comportamentais contextuais) a intimidade tem o sentido do compartilhamento de sentimentos, da abertura para o outro através de uma comunicação aberta, deixando claro os desejos, anseios, medos, inseguranças e defeitos e dividindo além dos afetos e experiências, suas próprias vulnerabilidades (Kohlenberg & Tsai, 1991/2001). Tanto o compartilhamento de sentimentos positivos quanto do sofrimento, são indicativos de que se trata de uma relação íntima entre terapeuta e cliente. Considerando a intimidade como pressuposto da terapia comportamental moderna/contemporânea, e principalmente na FAP, entra em cena o que se valoriza atualmente sobre “sentimentos do terapeuta”.

Uma literatura recente sobre terapia comportamental (e.g. Carvalho, 2020; Santos, 2020; Souza & Pitanga, 2020; Vandenberghe e Pitanga 2022; Vandenberghe & Sousa, 2022) valoriza a pessoa do terapeuta, sua história de vida e conseqüentemente como esse profissional observa e maneja seus próprios sentimentos na relação estabelecida com seus clientes.

Os sentimentos do terapeuta, em contexto das Terapias Comportamentais Contextuais, são resposta às contingências da interação com o cliente durante a sessão. Os sentimentos do terapeuta são, além do mais, efeitos da sua própria história de aprendizagem ao longo da vida. Compreender o terapeuta e sua história de vida perpassa por compreender seus sentimentos como fenômeno legítimo na interação com clientes. O que o terapeuta sente pode ser mais um elemento de análise dos efeitos das contingências em vigor durante a sessão.

Em síntese, considerando o referencial teórico apresentado nas linhas acima dos parágrafos escritos, a terapia comportamental tem seu início como modificação de sentimentos aversivos (respondentes de medo e ansiedade), incluindo mais adiante aos comportamentos

operantes. Surge, com ênfase aos pensamentos/crenças disfuncionais, a terapia cognitiva, divulgando e expandindo técnicas e diferentes modo de proceder em terapia. Valoriza o pensar e suas possibilidades de compreensão e modificação. A terceira geração ou terapias comportamentais contextuais, valoriza a pessoa do terapeuta, seus sentimentos e história de vida, bem como várias técnicas flexíveis. Os sentimentos do terapeuta entram em cena e as publicações direcionadas a esse tema surgem como característica do progresso e expansão do modo atual de proceder em terapia comportamental.

## **MÉTOD**

A leitura da literatura proposta para fins de trabalho de conclusão de curso revisa os escritos publicados sobre sentimentos do terapeuta, a princípio produzida por Vandenberghe e colaboradoras. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, a partir de uma revisão simples que apresenta um “retrato” de publicações sobre o tema e como a terapia comportamental apresenta mudanças ao longo das últimas décadas. Esse modelo de investigação permite; através de uma busca organizada e pontual, análises críticas de aspectos teóricos, metodológicos e resultados alcançados; a integração de informações de variados modelos de estudos desenvolvidos de forma independente uns dos outros; apontando o que estes estudos apresentam em comum e em conflito.

A presente revisão acompanha, para mais, apresentações e pesquisas qualitativas de Vandenberghe e Pitanga (comunicação oral)<sup>1</sup> sobre sentimentos do terapeuta. A partir de publicações indicadas pelo orientador do presente trabalho de conclusão de curso, foi organizada uma tabela (tabela 1) ordenada por nomes de autores, título do artigo, nome do periódico em que o artigo foi publicado, ano da publicação, método utilizado na pesquisa apresentado no artigo e os resultados. A visualização da tabela 1, na parte dos resultados,

---

<sup>1</sup> In Jornada de Análise do Comportamento da Universidade de Brasília – 15/04/2023  
Disponível em <https://www.youtube.com/live/mhX-9FJXDFM?feature=share> Acesso em 07/06/2023.

proporciona uma visão sobre as características da terapia comportamental que enfatiza a relação terapêutica e os sentimentos do terapeuta.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

**Tabela 1** – características das publicações sobre terapia comportamental e sentimentos do terapeuta.

|   | <b>Autores</b>                                    | <b>Título do Artigo</b>  | <b>Periódico</b>   | <b>Ano</b> | <b>Método</b>                                 | <b>Resultados</b>   |
|---|---|--|--|------------|---|---|
| 1 | Ana Carolina Aquino de Sousa e Luc Vandenberghe   | A emergência do transtorno de personalidade borderline: uma visão comportamental       | Interação Em Psicologia                                  | 2005       | Pesquisa teórica – Revisão literária          | O artigo resgatou brevemente o contexto em que o termo borderline surgiu e se desenvolveu sob a perspectiva comportamental.   |
| 2 | Ana Carolina Aquino de Sousa e Luc Vandenberghe   | Possibilidades da FAP como método de supervisão de terapeutas com clientes Borderlines | Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva | 2007       | Estudo de caso ilustrado com material clínico | Concluíram que atenção particular para os padrões interpessoais durante a supervisão pode produzir oportunidades de aprendizagem ao vivo para terapeutas.   |
| 3 | Neide Aparecida Mendes e Luc Vandenberghe         | O relacionamento terapeuta-cliente no tratamento do transtorno obsessivo compulsivo    | Estudos de Psicologia                                    | 2009       | Estudo de caso qualitativo                    | O artigo diz que oportunidades de aprendizagem ao vivo podem ser identificadas no relacionamento terapeuta-cliente, e que há indícios para o efeito terapêutico deles.  |
| 4 | Marcela Nayara Duarte Fideles e Luc Vandenberghe  | Psicoterapia Analítica Funcional feminista: possibilidades de um encontro              | Revista Psicologia: Teoria e Prática                     | 2014       | Pesquisa teórica – Revisão literária          | Os autores sugeriram que juntar as perspectivas da Terapia Feminista e da FAP pode produzir uma visão clínica mais ampla, além de ser uma estratégia viável para o acolhimento de temas de gênero na atuação clínica. |
| 5 | Adriane Aires Cruvinel Machado e Luc Vandenberghe | Relação terapêutica na terapia cognitivo-comportamental: Desafios e                    | Psychologica   | 2014       | Estudo de caso qualitativo                    | Concluiu que a análise da relação terapeuta-cliente ajudou na superação de impasses típicos   |

|    |  |   |  |      |   |  |
|----|--|---|--|------|---|--|
|    |  | possibilidades com uma paciente borderline  |  |      |   | com clientes com TPB, como também possibilitou integrar estratégias mais vivenciais no processo  |
| 6  | Rosânia Ataíde Dourado Santoe Luc Vandenberghe       | Campo e função dos sentimentos do terapeuta na relação terapêutica  | Contextos Clínicos                                       | 2015 | Estudo de caso qualitativo                        | O artigo conclui que terapeutas devem cultivar uma atenção especial a seus sentimentos, porque estes podem conter dicas sobre os problemas dos clientes, podem esclarecer o que está ocorrendo e ajudar a atuar com sensibilidade.     |
| 7  | Olívia Rodrigues da Cunha e Luc Vandenberghe         | O relacionamento terapeuta-cliente e o Transtorno de Personalidade Borderline                             | Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva | 2016 | Estudo de caso qualitativo                        | Sugeriram que uma integração das contribuições de diversas correntes teóricas envolvendo a terapia comportamental contemporânea pode tornar o tratamento de casos difíceis mais eficientes e ajudar a superar a rigidez paradigmática. |
| 8  | Olívia Rodrigues da Cunha e Luc Vandenberghe         | Caminhos e suportes para o terapeuta expor emoções em sessão  | Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva | 2017 | Pesquisa empírica – Teoria fundamentada nos dados | Terapeutas decidem sobre a relevância das suas emoções se baseando no seu modelo teórico, conceituação do caso do cliente e na sua sensibilidade pessoal.  |
| 9  | Fernanda Ban Grebogy e Jocelaine Martins da Silveira | Relato de terapeutas sobre o impacto da autorrevelação  | Perspectivas em Análise do comportamento                 | 2017 | Pesquisa empírica – Aplicação de questionários    | Autores relataram o fortalecimento na relação terapêutica relacionado ao uso de autorrevelação.  |
| 10 | Olívia Rodrigues da Cunha e Luc Vandenberghe         | Manifestações emocionais do terapeuta durante as sessões: Por que arriscar-se e quais benefícios esperar? | Ciência e Profissão                                      | 2019 | Pesquisa empírica – Teoria fundamentada nos dados | Terapeutas devem expor suas emoções em sessão com objetivo de diagnóstico e como intervenção terapêutica, promovendo comportamentos alvo e maior consciência de processos interpessoais no cliente.                                    |

|    |  |   |  |      |   |  |
|----|--|---|--|------|---|--|
| 6  | Rosânia Ataíde Dourado Santo e Luc Vandenberghe      | Campo e função dos sentimentos do terapeuta na relação terapêutica  | Contextos Clínicos                                       | 2015 | Estudo de caso qualitativo                        | O artigo conclui que terapeutas devem cultivar uma atenção especial a seus sentimentos, porque estes podem conter dicas sobre os problemas dos clientes, podem esclarecer o que está ocorrendo e ajudar a atuar com sensibilidade.     |
| 7  | Olívia Rodrigues da Cunha e Luc Vandenberghe         | O relacionamento terapeuta-cliente e o Transtorno de Personalidade Borderline                             | Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva | 2016 | Estudo de caso qualitativo                        | Sugeriram que uma integração das contribuições de diversas correntes teóricas envolvendo a terapia comportamental contemporânea pode tornar o tratamento de casos difíceis mais eficientes e ajudar a superar a rigidez paradigmática. |
| 8  | Olívia Rodrigues da Cunha e Luc Vandenberghe         | Caminhos e suportes para o terapeuta expor emoções em sessão  | Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva | 2017 | Pesquisa empírica – Teoria fundamentada nos dados | Terapeutas decidem sobre a relevância das suas emoções se baseando no seu modelo teórico, conceituação do caso do cliente e na sua sensibilidade pessoal.  |
| 9  | Fernanda Ban Grebogy e Jocelaine Martins da Silveira | Relato de terapeutas sobre o impacto da autorrevelação  | Perspectivas em Análise do comportamento                 | 2017 | Pesquisa empírica – Aplicação de questionários    | Autores relataram o fortalecimento na relação terapêutica relacionado ao uso de autorrevelação.  |
| 10 | Olívia Rodrigues da Cunha e Luc Vandenberghe         | Manifestações emocionais do terapeuta durante as sessões: Por que arriscar-se e quais benefícios esperar? | Ciência e Profissão                                      | 2019 | Pesquisa empírica – Teoria fundamentada nos dados | Terapeutas devem expor suas emoções em sessão com objetivo de diagnóstico e como intervenção terapêutica, promovendo comportamentos alvo e maior consciência de processos interpessoais no cliente.                                    |

A tabela 1 apresenta a organização das características dos artigos produzidos em que

os sentimentos dos terapeutas aparecem como fator importante e necessário no trabalho clínico comportamental. De acordo com os dados coletados, os artigos que versam sobre relação terapêutica e sentimentos do terapeuta foram escritos, em sua maioria, entre os anos de 2005 e 2019. Destaca-se entre os autores Luc Vandenberghe, figurando na autoria de 9 entre os 10 artigos encontrados. As palavras ou termos que mais se destacam tanto nos títulos, quanto nos resumos são “relação”, “terapeuta”, “emoção”, “sentimento”, “pessoa do terapeuta”, “autorrevelação” e “relação terapêutica”. A revista que mais apresentou publicações acerca do tema foi a “Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva”.

As metodologias que mais prevalecem são os estudos de casos qualitativos e as pesquisas empíricas amparadas na Teoria Fundamentada nos Dados o que pode indicar escolha dos autores dos artigos por metodologias qualitativas, sob forma de descrições e análises do que acontece nas sessões de terapia. Além disso, cabe destacar que a maioria das publicações são de autores do Centro Oeste Brasileiro, o que indica o pioneirismo dos pesquisadores dessa região nas pesquisas acerca da pessoa do terapeuta, seus sentimentos e impactos na relação terapêutica.

Os critérios para escolha dos artigos foi o tema sobre sentimentos do terapeuta nos títulos e/ou resumos e a relevância das pesquisas desenvolvidas a partir das informações apresentadas nos mesmos. Artigos sobre sentimentos de terapeuta relacionados a terapias fora do âmbito da terapia comportamental não foram considerados. Os artigos foram organizados por ordem de leitura e discutidos juntamente ao orientador, sobre os conteúdos e melhor forma de sistematização das informações e resultados.

O artigo 1 apresenta o conceito de Transtorno de Personalidade Borderline (TPB) sob a visão da terapia comportamental. De acordo com os autores Ana Carolina Aquino de Sousa e Luc Vandenberghe, o TPB é construído pelas variáveis ambientais da história de vida, sensibilidades filogenéticas e cultura. Um dos fatores que justificam a emergência de

sofrimento psicológico está relacionado às comunidades socio verbais que influenciam em como as pessoas percebem e manejam seus próprios sentimentos. Outro aspecto que chama a atenção no artigo 1 diz respeito a como a infância é fator preponderante na construção do TPB. Nesse sentido, o artigo aponta a necessidade de transtornos psicológicos graves serem compreendidos por analistas do comportamento sob vários ângulos, como a linguagem e a comunidade verbal, fases do desenvolvimento, características genéticas e a cultura em geral.

O artigo 2, também de autoria de Ana Carolina Aquino de Sousa e Luc Vandenberghe apresenta a necessidade de terapeutas realizarem supervisão quando estão atendendo clientes com TPB. A supervisão no estilo FAP enfatiza a relação supervisor - terapeuta como modelo para a relação terapeuta - cliente. Durante a supervisão, o terapeuta deve separar, a partir da ajuda do supervisor, o que é resultado dos sentimentos e ações do cliente e o que diz respeito à sua própria história e repertório de comportamentos. As trocas possibilitadas no momento da supervisão, favorece o repertório dos terapeutas em observar, expressar e evocar emoções, como também entrar em contato com vivências emocionais. O artigo apresenta a supervisão como um momento de reflexão profunda para o terapeuta. As supervisões vivenciais no estilo FAP proporcionam aos terapeutas a identificação de comportamentos de esquiva, generalizações referentes a situações que vivenciaram na própria infância, dificuldades na comunicação de sentimentos e emoções, “desespero”, entre outros fatores, que influenciam a atuação profissional desses terapeutas. O artigo demonstra, além do mais, o quanto a relação com o cliente com TPB pode ser impactante para o terapeuta, que transmite também ao seu supervisor as mesmas dificuldades que enfrenta em sessão. Analisar a função dos comportamentos do cliente, previne que esses mesmos comportamentos sejam replicados em outras situações, e favorecem que o terapeuta consiga observar, nomear e evocar o que sente para lidar com isso da maneira adequada em seu trabalho clínico. Os autores concluem que a atenção particular para os padrões interpessoais do terapeuta durante a supervisão pode

produzir oportunidades de aprendizagem ao vivo para esses profissionais.

O artigo 3 trata da intervenção no Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC) por meio da FAP de autoria de Neide Aparecida Mendes e Luc Vandenberghe. O estilo FAP de terapia se pauta nas oportunidades de mudanças comportamentais profundas a partir da relação terapêutica. A ideia desse estilo de terapia é que o terapeuta promova um acolhimento fundamentado em amor, coragem e consciência. A FAP utiliza técnicas vivenciais e exercícios de contato emocional (Kohlenberg & Tsai, 1991/2001). O terapeuta FAP deve expressar seus sentimentos de maneira honesta e genuína. De acordo com os autores a relação terapêutica pode ser um caminho para o tratamento do TOC, haja vista que o terapeuta pode desenvolver momentos de aprendizagem interpessoal ao vivo durante as sessões. Sendo assim, a redução de comportamentos obsessivos de um cliente e a ampliação de repertórios interpessoais, em perspectiva FAP, pode estar relacionado a um estilo de terapia validante e de aceitação.

O artigo 4 foi escrito por Marcela Nayara Duarte Fideles e Luc Vandenberghe que apresentam a FAP relacionado ao feminismo e questões de gênero. De acordo com os autores um ponto comum entre a Terapia Feminista e a FAP é que ambas levam em consideração o contexto social, as interações interpessoais e a defesa de uma relação terapêutica genuína e igualitária. Para os autores o terapeuta deve realizar uma análise honesta do impacto que as questões de gênero exercem sobre sua forma de atuar na FAP. O relacionamento terapeuta-cliente nas perspectivas FAP e feminista é visto como uma amostra dos relacionamentos interpessoais cotidianos do cliente. Além disso, é importante que os valores do terapeuta estejam abertos aos questionamentos do cliente e as suas dificuldades interpessoais relacionadas às questões de gênero. Os autores sugerem que a junção entre as perspectivas da Terapia Feminista e da FAP pode produzir uma visão clínica mais ampla, além de ser uma estratégia viável para o acolhimento de temas de gênero na atuação clínica.

Adriane Aires Cruvinel Machado e Luc Vandenberghe escreverem o artigo 5 e

discorrem sobre o destaque para processos vivenciais na prática cognitivo-comportamental. Tendo como método o estudo de caso qualitativo de uma paciente com TPB, os autores analisaram a relação terapeuta-cliente como maneira de superação de impasses comuns a atendimento de clientes que apresentam sofrimento intenso. A implicação prática do estudo consistiu em valorizar o trabalho emocional e interpessoal no processo terapêutico. O artigo conclui que a análise da relação terapêutica ajuda na superação de travamentos que acontecem no processo de terapia com clientes que apresentam TPB, como também possibilita integrar estratégias mais vivenciais no processo terapêutico, como noções estratégicas da Terapia Comportamental Dialética (Linehan, 2018).

O artigo 6, desenvolvido por Rosânia Ataíde Dourado Santo e Luc Vandenberghe, aborda o papel dos sentimentos do terapeuta e como estes podem ser relevantes no processo terapêutico. Além disso, verificou-se como a consideração cuidadosa dos sentimentos do terapeuta ajuda a fazer opções terapêuticas bem direcionadas. As consequências reforçadoras que ocorrem na sessão são válidas, do ponto de vista terapêutico, quando se assemelham funcionalmente àquelas que o cliente pode conseguir fora do consultório com a mesma classe de comportamentos. Na descrição das ações, fica evidente que quando a terapeuta expôs o que sentiu, abriu espaço para que o cliente também o fizesse, e que para além disso, conseguisse estabelecer paralelos com o próprio cotidiano para além do momento da sessão.

O artigo 7 de Olívia Rodrigues da Cunha e Luc Vandenberghe, analisa o uso de ferramentas de diferentes terapias comportamentais como ACT, DBT e FAP no manejo de comportamentos de um cliente com TPB. Para os autores, é importante que se repense o envolvimento do terapeuta na relação com o cliente, aliando à terapia comportamental dialética, contribuições da terapia comportamental contemporânea que focam especificamente na pessoa do terapeuta e na relação entre as vivências pessoais e interpessoais. Foram detectados entraves que dificultam o relacionamento do terapeuta com o cliente, e

categorizados em três condições: agressões e autoagressões; falta de compromisso com a terapia e polarização emocional.

O artigo 8 trata de suportes para o terapeuta expor emoções em sessão. De acordo com os autores, novamente Olívia Rodrigues da Cunha e Luc Vandenberghe, é imprescindível que qualquer exposição de emoções e sentimentos do terapeuta seja permeada de cautela levando em consideração os riscos e dificuldades pessoais, agindo com coragem e acolhendo o cliente com humildade e amor. O estudo de caso, traz a informação de que ainda com respaldo teórico, é fundamental que o terapeuta exercite suas razões para não se expor em momentos inapropriados que podem acarretar a perda de foco ou a violação de alguma espécie de limite.

O artigo 8 discorre ainda uma perspectiva de expectativas de que os terapeutas sejam cada vez mais cobrados a exporem seus sentimentos e valores em sessão. A pesquisa mostrou que os terapeutas possuem mais facilidade em identificar os impasses da exposição emocional do que em se abrir à exposição, o que pode ser uma das justificativas do uso das emoções do terapeuta no contexto clínico ser uma prática ainda pouco estabelecida.

Fernanda Ban Grebogy e Jocelaine Martins da Silveira escreveram o artigo 9 que trata do relato de terapeutas sobre o impacto da autorrevelação na interação terapêutica. Os dados foram analisados pela categorização e verificação de possíveis relações entre o uso de autorrevelações e o nível de conforto do terapeuta participante. Os autores afirmam que terapeutas FAP são encorajados a utilizar reforçadores naturais nas sessões como expressões de cuidado, dizendo ao cliente como se sentem no momento da sessão e/ou expressando uma conexão interpessoal de forma não-verbal. A FAP é reconhecida como uma terapia afetiva e envolvente, incentivando o terapeuta a demonstrar seus sentimentos e pensamentos de maneira genuína e assertiva (Kohlenberg e Tsai, 1991). Os resultados indicaram que o uso frequente de autorrevelações pelos terapeutas participantes é positiva para aqueles que fizeram e o fortalecimento na relação terapêutica relacionado ao uso de autorrevelação foi constatado.

O artigo 10, uma vez mais de Olívia Rodrigues da Cunha e Luc Vandenberghe, aborda as manifestações emocionais do terapeuta durante as sessões. Os resultados sugeriram que terapeutas expõem suas emoções em sessão com o objetivo de diagnóstico e como intervenção terapêutica, promovendo comportamentos alvo e maior consciência de processos interpessoais no cliente.

A partir dos artigos analisados, os sentimentos dos terapeutas aparecem relacionados à relação terapêutica e a estilos de terapia comportamental que valorizam a flexibilidade. O terapeuta é visto como uma pessoa que recebe o impacto dos comportamentos do cliente. Alguns artigos enfatizam o impacto nas emoções do terapeuta no atendimento de clientes com transtornos graves, indicando que as vivências são observadas quando os sentimentos são aversivos. A busca de supervisão é um dos caminhos que os terapeutas utilizam para compreender e manejar sentimentos surgidos durante o trabalho clínico. A terapia comportamental ao abrir espaço para estilos e manejos flexíveis apresenta uma mudança significativa, que vem evoluindo desde sua primeira onda, com a modificação do comportamento respondente e operante, mas que como nunca antes visto valoriza os sentimentos do terapeuta e sua história de vida.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente trabalho de conclusão alcança os objetivos sobre uma leitura atenta de um conjunto de publicações acerca dos sentimentos do terapeuta comportamental. Foram apresentadas as características teóricas desses artigos e seus desfechos em termos de resultados. A justificativa é retomada como ênfase em incentivo a mais publicações que demonstrem as causas e consequências dos sentimentos do terapeuta no processo psicoterapêutico.

## REFERÊNCIAS

- Banaco, R. A. (1997). **Tendências neo-behavioristas da terapia comportamental: uma análise sobre a relação terapêutica.** *Anais do Encontro sobre Psicologia Clínica* (pp.47-52). São Paulo: Universidade Mackenzi.
- Braga, G. L. B., Vandenberghe, L., (2006) **Abrangência e função da relação terapêutica na terapia comportamental.** *Estudos de Psicologia.*
- Carvalho, L. S. (2020) **Os sentimentos da terapeuta comportamental como estratégia da relação terapêutica.** *Terapia comportamental: relatos de experiências e práticas atuais.* Editora CRV.
- Charmaz, K. (2009). **A construção da teoria fundamentada nos dados: guia prático para análise qualitativa.** Artmed Coppede, A. M., Vandenberghe, L., Kohlenberg, R. J. (2009) **Client curiosity about the therapist's private life: hindrance or therapeutic aid?** *Journal of Psychotherapy Integration.*
- Cunha, O. R. da; Vandenberghe, L. (2016). **O Relacionamento Terapeuta-Cliente e o Transtorno de Personalidade Borderline.** *Revista Brasileira De Terapia Comportamental e Cognitiva*, 18(1), 72-86.
- Cunha, O. R. da; Vandenberghe, L. (2017) **Caminhos e suportes para o terapeuta expor emoções em sessão.** *Revista Brasileira De Terapia Comportamental e Cognitiva* ;19(3):1-15
- Cunha, O. R. da; Vandenberghe, L. (2019) **Manifestações Emocionais do Terapeuta Durante as Sessões: Por que Arriscar-se e Quais Benefícios Esperar?** *Psicologia: Ciências e Profissão.* V. 39
- Fideles, M. N. D. ; Vandenberghe, L. (2014). **Psicoterapia Analítica Funcional feminista: possibilidades de um encontro.** *Psicologia: teoria e prática*, 16(3), 18-29.
- Galvão T.F., Pereira M.G. (2014) **Revisões sistemáticas da literatura: passos para sua elaboração.** *Epidemiol Serv Saude.*
- Garcia, M. R. (2007) **O percurso histórico da terapia comportamental.** *Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa*, [S.l.], v. 23, n. 44, p. 118-126.
- Greboggy, F. B.; da Silveira, J. M. (2017). **Relato de Terapeutas sobre o Impacto da Autorrevelação.** *Perspectivas Em Análise Do Comportamento*, 7(2), 229–242.
- Hayes, S. (2004). **Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory, and the Third Wave of Behavioral and Cognitive Therapies.** *Behavior Therapy*, 35, 639-665.
- Holman, G.; Kanter, J.; Tsai, M.; Kohlenberg, R. (2022) **Psicoterapia Analítica Funcional Descomplicada.** Novo Hamburgo: Sinopsys Editora.

- Kohlenberg, R. J., Kanter, J. W., Bolling, M. Y., Parker, C. R., & Tsai, M. (2002). **Enhancing Cognitive Therapy for Depression with Functional Analytic Psychotherapy: Treatment Guidelines and Empirical Findings.** *Cognitive and Behavioral Practice*, 9, 213-229.
- Kohlenberg, R.J., & Tsai, M. (2001). **Psicoterapia Analítica Funcional: Criando Relações Terapêuticas Intensas e Curativas.** Trad. Org. R.R. Kerbauy. Santo André, SP: Esetec. (Trabalho original publicado em 1991).
- Linehan, M. M. (2018). **Treinamento de habilidades em DBT: Manual de terapia comportamental dialética para o terapeuta.** Porto Alegre: Artmed. [Trabalho original publicado em 2015].
- Lucena-Santos, P., Pinto-Gouveia, J., & Oliveira, M. da S. (2015). **Primeira, segunda e terceira geração de terapias comportamentais.** In P. Lucena-Santos, J. Pinto-Gouveia, & M.da S. Oliveira (Orgs.), *Terapias comportamentais de terceira geração: Guia para profissionais*(pp. 29–58). Novo Hamburgo: Sinopsys.
- Machado, A. A. C.; Vandenberghe, L. (2015). **Relação terapêutica na terapia Cognitivo comportamental: Desafios e possibilidades com uma paciente borderline.** *Psicologica*, 57(2), pp. 95-109.
- Mendes, N. A. e Vandenberghe, L. (2009) **O relacionamento terapeuta-cliente no tratamento do transtorno obsessivo compulsivo.** *Estudos de Psicologia*, v. 26, n. 4
- Oliveira, J. A., Vandenberghe, L. (2009) **Upsetting experiences for the therapist in-session: How they can be dealt with and what they are good for.** *Journal of Psychotherapy Integration*.
- Pereira, R. A. S. (2019) **É como se nos víssemos ao espelho: As narrativas de auto-consciência dos psicoterapeutas antes e depois do confronto com o desempenho real.** *Repositório do ISPA*.
- Pitanga, A. V., Carvalho, L. S. (2019) **Os Sentimentos da Terapeuta Comportamental como Estratégia da Relação Terapêutica.** *Anais do I e II Seminário De Produção Científica Do Curso De Psicologia Da Unievangélica*.
- Pitanga, A. V., Souza, L. I. C. (2019) **Transformação pessoal da terapeuta a partir de supervisões de atendimentos.** *Anais do I e II Seminário De Produção Científica Do Curso De Psicologia Da Unievangélica*.
- Pitanga, A. V., Baía, C. P. N., Mendanha, L. P. M. (2020) **Sentimentos da terapeuta e manejo técnico na psicoterapia analítico funcional: relato de experiência.** *Anais do V Seminário De Produção Científica Do Curso De Psicologia Da Unievangélica*.
- Quadros, E. A. (2008) **Variáveis do terapeuta: Análise em periódicos brasileiros.** *Repositório Institucional PUC-Campinas*.
- Ribeiro, E. (2019). **A Eficácia da Psicoterapia.** In C., Biscaia, & D., Neto (Coord.), *A Prática Profissional da Psicoterapia*.
- Santo, R. A. D.; Vandenberghe, L. (2015). **Campo e função dos sentimentos da terapeuta na relação terapêutica.** *Contextos Clínicos*, 8(2), 193-200.

- Santos, A. P. (2020). **Relação terapêutica na terapia comportamental: aspectos de coragem, amor e consciência.** *Terapia comportamental: relatos de experiências e práticas atuais.* Editora CRV.
- Silveira, J. M., Vandenberghe, L. (2013) **Therapist self-as-context and the curative relationship.** *Journal of Contemporary Psychotherapy.*
- Skinner, B. F. (1953/2003). **Ciência e Comportamento Humano** (J. C. Todorov, & R. Azzi, trads.). São Paulo, Martins Fontes.
- Sousa, A. C. A., Vandenberghe, L. (2005) **The dodo-bird debate, empirically supported relationships and functional analytic psychotherapy.** *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy.*
- Sousa, A., & Vandenberghe, L. (2005). **A emergência do transtorno de personalidade borderline: uma visão comportamental.** *Interação em Psicologia, 9(2).*
- Sousa, A. C. A., & Vandenberghe, Luc. (2007) **Possibilidades da FAP como método de supervisão de terapeutas com clientes borderlines.** *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva.*
- Souza, L. I. C.; Pitanga, A. V. (2020) **Supervisão e a transformação pessoal da terapeuta: relato de experiência.** *Terapia comportamental: relatos de experiências e práticas atuais.* Editora CRV.
- Tsai, M., Kohlenberg, R. J., Bolling, M. Y., & Terry, C. (2011). **Valores na terapia e green FAP.** In M. Tsai, J. R. Kohlenberg, W. J. Kanter, B. Kohlenberg, C. W. Follette & W. G. Callaghan (Orgs.). *Um guia para a psicoterapia analítica funcional (FAP): consciência, coragem, amor e behaviorismo* (pp. 249-265). (F. C. S. Conte & M. Z. S. Brandão, Trad.). Santo André: Esetec. (Obra original publicada em 2008)
- 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.*
- Vandenberghe, L., Silvestre, R. L. S. (2008) **The therapist's feelings.** *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy.*
- Vandenberghe, L., Silvestre, R. L. S. (2014) **Therapists' positive emotions in-session: Why they happen and what they are good for.** *Counselling and Psychotherapy Research.*
- Vandenberghe, L., Santo, R. A. D. (2015) **Campo e função dos sentimentos da terapeuta na relação terapêutica.** *Contextos Clínicos.*
- Vandenberghe, L., Cunha, O. R. (2017) **Caminhos e suportes para o terapeuta expor emoções em sessão.** *Revista Brasileira de Psicoterapia.*
- Vandenberghe, L., Cunha, O. R. (2019) **Manifestações emocionais do terapeuta durante sessões: por que arriscar-se e quais benefícios esperar?** *Psicologia: Ciência e Profissão.*
- Vandenberghe, L., Cunha, O. R. (2021) **Caminhos pelos quais o Terapeuta Comportamental Aprende com seus Clientes.** *Contextos clínicos.*
- Vandenberghe, L.; Pitanga, A. V. (2022). **A análise de sonhos nas terapias cognitivas e comportamentais .** *Estudos De Psicologia, 24(2).* Recuperado de <https://periodicos.puc-campinas.edu.br/estudos/article/view/6885>
- Vandenberghe, L.; Sousa, L. F. . **Terapia de Grupo Analítico Funcional para tratamento**

**de depressão.** In: Paulo Abreu; Juliana Abreu. (Org.). *Psicopatologia: Tratamento Comportamental Contextual*. 1ed.Santana de Paranaíba: Manole, 2022, v. 1, p. 11-15.

Wampold, B.E. (2001) **O grande debate da psicoterapia: modelos, métodos e descobertas.**

*Mahwah: Laurence Erlbaum.*

Watrín, J. P.; Canaan, S. (2015) **Valores do terapeuta na clínica analítico-comportamental.**

*Psicologia: teoria e pesquisa.*