

## **PSICOTERAPIA ANALÍTICA FUNCIONAL (FAP) COMO MÉTODO INTERVENTIVO NO TRANSTORNO DE FOBIA ESPECÍFICA/SIMPLES.**

Maria Vitória Vasconcelos<sup>1</sup>

### **RESUMO**

Este escrito é desenvolvido para apresentar a viabilidade da intervenção terapêutica no transtorno de fobia específica através da Psicoterapia Analítica Funcional (FAP). Refere-se à uma psicoterapia comportamental relacionada às possibilidades de identificar os comportamentos problemas apresentados no cotidiano do indivíduo, e assim construir diante da relação terapeuta-cliente repertórios mais eficientes. O transtorno de fobia específica/simples é um transtorno de ansiedade descrito por medo excessivo de objetos ou situações específicas. Conclui-se que por meio da aplicação da FAP diante do relacionamento entre terapeuta-cliente, o paciente desenvolverá possíveis repertórios comportamentais para lidar novamente em seu cotidiano com situações fóbicas.

**Palavras-chaves:** Psicoterapia Analítica funcional. Transtorno de fobia específica. Relação Terapêutica.

### **INTRODUÇÃO**

O objetivo deste trabalho está em apresentar a relevância da Psicoterapia Analítica Funcional (FAP) nas melhoras terapêuticas diante das variadas situações aversivas expostas pelos indivíduos com o fenômeno psicopatológico de Transtorno de Fobia Específica. Visto que a conceitualização dos casos ocorre a partir das relações de contingências variáveis, podendo compreender os comportamentos que se formam do contexto, possibilitando desenvolver estratégias diante das funções dos comportamentos observados.

Segundo Kohlenberg e Tsai (2001) a FAP é uma abordagem psicoterapêutica pautada a partir da perspectiva de uma análise funcional, que considera os estímulos ambientais

---

<sup>1</sup> Bacharelado em Psicologia pela Faculdade Princesa do Oeste (FPO)- Crateús-Ce. Especialista em Psicologia Social, pela Faculdade Famart- MG. E-mail: vitoria.vasconcelos.psicologa@gmail.com

influenciadores sob o comportamento. Elaborada para identificar os comportamentos problemas apresentados no cotidiano do indivíduo, e assim desenvolver diante da relação terapeuta-cliente repertórios mais eficientes, tornando os sentimentos ferramenta útil para a probabilidade de resultados satisfatórios.

Considerando que os comportamentos dos indivíduos não têm sentido quando observados separadamente do contexto histórico e social, essa interação ocasiona consequências, que por vez transformam constantemente esses comportamentos (MOREIRA e MEDEIROS, 2019). Diante disso são desenvolvidas, de modo natural, expectativas com relação às metas, objetivos e planos a serem alcançados.

Desse modo, quando esses sentimentos interferem de forma prejudicial na qualidade de vida, devem ser tratados de modo a ressignificar os comportamentos no ambiente. A FAP é constituída com o objetivo de identificar tais comportamentos problemas e através de estímulos reforçadores positivos, promover um quadro evolutivo de melhoras, e assim favorecer um novo repertório comportamental de forma que o cliente diante das situações aversivas consiga reconhecê-las e desenvolver mecanismos de enfrentamento (VANDENBERGHE, 2017).

## **METODOLOGIA**

Para a construção deste escrito utilizamos o livro *Psicoterapia Analítica funcional: criando relações terapêuticas intensas e curativas*. Kohlenberg e Tsai (2001); *Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos Mentais*. Dalgalarrondo, (2008); artigos disponibilizados no Google Acadêmico; e *Scielo* com as seguintes palavras de pesquisa: FAP, transtorno de ansiedade, fobia específica, relação terapêutica.

## **DISCURSÕES**

Levando em consideração que estamos em uma esfera social e que os nossos padrões comportamentais são desenvolvidos a partir do processo de interação com o meio (ambiente), Lane (2006) diz que os vínculos entre indivíduo e sociedade são essenciais, e que as respostas dadas pelos indivíduos acontecem através das emoções, e que estas estão diretamente ligadas as influências exercidas pelo o contexto histórico e social.

As expectativas elaboradas pelos indivíduos são intrínsecas à interação pessoal com meio social. Essas expectativas são produzidas diante do desejo de esperança sobre metas e

planos a serem alcançados, com isso, de algum modo concedem sentidos à vida do sujeito, sejam negativas ou positivas. Assim sendo, quando essa expectativa entra em contato com o mundo real, gera-se possíveis frustrações, desencadeando algumas experiências com algum grau de ansiedade, pois as respostas emocionais estão relativamente associadas às angústias, aflições, medos, impaciências, dentre outros ((HESSEL, *et al*, 2011).

Sob outro ângulo, a análise do comportamento considera ansiedade sentimentos naturais e experienciados no cotidiano, fazendo parte, desse modo, do repertório comportamental do indivíduo, tendo ligações diretas com respostas em preparação de fuga, luta e cautela. Enfatizando que a ansiedade por si só não é uma doença ou transtorno (COÊLHO e TAURINHO, 2008).

Dentre os quadros de Transtornos de Ansiedade descritos pelo livro de Dalgarrondo (2008) designa o de Fobia Específica, que é caracterizado por medo excessivo de objetos ou situações específicas, geralmente associados a medo de animais, alturas, andar de elevador, avião, entre outras situações. Todavia, tais conjunturas passam a ser patológicas quando interferem precisamente na rotina e qualidade de vida do indivíduo.

Observar os Comportamentos Clinicamente Relevantes (CRB) a partir da análise funcional individual possibilita ao terapeuta compreender as contingências variáveis antecedentes que evocam os comportamentos fóbicos, e assim as consequências reforçadoras ou punitivas que se manifestam. Como também se atentar para os estímulos atuais dos relatos do indivíduo e ações durante a sessão (ALMEIDA; FERRAZ, 2019).

Diante disso, a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP) é uma terapia fundamentada na relação terapeuta-cliente, e que neste percurso os dois caminham juntos, buscando oportunidades a partir do aqui agora, e com essas interações desenvolver mudanças (Kohlenberg e Tsai, 2001).

Ademais, a FAP consisti o seu desenvolvimento na observação direcionada aos reforçadores, na especificação e generalização dos comportamentos, visto que o sujeito reproduzirá nas sessões, hábitos e problemas que são padrões no seu dia a dia, com isso, o terapeuta será capaz de proporcionar possíveis mudanças diante das queixas apresentadas. (Kohlenberg e Tsai, 2001)

A utilização da FAP como meio de intervenção ocorrerá no tempo aqui-agora, com o propósito de diminuir a frequência das queixas, que geralmente são apresentadas pelo indivíduo

através das ações ou falas problemas no atendimento terapêutico (CRB1). Dessa maneira, o terapeuta deve utilizar de reforços naturais para o aumento constante dos comportamentos de melhoras evolutiva diante do relatório comportamental de fobia em sua vida cotidiana, produzindo reforçadores típicos a esses progressos diante das queixas (PEZZATO *et al*, 2012).

De tal forma que possa desenvolver estratégias de generalização em que o indivíduo seja capaz de obter seus reforçadores diante das situações aversivas, devendo diferenciar o progresso do comportamento-problema. Em virtude disso, geram-se novos comportamentos de ampliação deste indivíduo perante ao aversivo (PEZZATO *et al*, 2012).

## CONCLUSÃO

Diante do que foi exposto no escrito, constatamos que os métodos desenvolvidos pela FAP são viáveis para o tratamento da ansiedade de fobia específica, pois propicia observar se a atitude ansiosa é de curta duração e se correlaciona com o momento que elicia os comportamentos fóbicos. O elo estabelecido entre cliente e terapeuta deve ser construído desde a primeira sessão, colaborando para o desenvolvimento da terapia. Propriamente dito, isso já é um meio de intervenção, pois mostra a ação como não punitiva diante das várias situações de desconforto sentidas pelo cliente (ALMEIDA e FERRAZ, 2019).

Os reforçadores devem acontecer de forma natural através das condutas do terapeuta, considerando sempre os benefícios para a vida do indivíduo, desenvolvendo juntos na relação terapeuta-cliente métodos para a criação de novos repertórios comportamentais, e que em contato com os estímulos fóbicos o mesmo consiga desenvolver respostas de enfrentamento. De tal forma que o terapeuta deve promover um ambiente que proporcione conforto e confiança, aderindo por respostas verbais ou não verbais positivas através da dedicação, apoio, compreensão, validação emocional etc.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Stéphane Gonçalves de; FERRAZ, Thaís Cristina Pereira. A Função da Relação Terapêutica na Psicoterapia Analítico Funcional (FAP). **Cadernos de Psicologia – CESIF**, v.1, n.1 p.115-131. jun. 2019. Disponível em: <https://www.studocu.com/pt->

[br/document/universidade-federal-do-ceara/psicologia-comunitaria/a-funcao-da-relacao-terapeutica-na-psicoterapia-analitico-funcional/19616370](http://br/document/universidade-federal-do-ceara/psicologia-comunitaria/a-funcao-da-relacao-terapeutica-na-psicoterapia-analitico-funcional/19616370). Acessado em 28 de julho de 2022.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5)**. 5.ed Porto Alegre. Artmed Editora. 2014.

COÊLHO, Nilzabeth Leite; TOURINHO, Emmanuel Zagury. O Conceito de Ansiedade na Análise do Comportamento. **Psicologia: Reflexão e Crítica**. v.21, n.2, p.171-178. 2008. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/prc/a/MrqdGPVrCrQG7SQzZXDCWbCg/?format=pdf&lang=pt>. Acessado em 10 de julho de 2022.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos Mentais**. 2.ed. São Paulo. Artmed Editora. 2008.

HESSEL, Aline; BORLOTI, Elizeu; HAYDU, Verônica Bender. O Pensar e o Sentir numa Análise Comportamental da Ansiedade. **Comportamentos em Foco 1**. p.283-292. 2011. Disponível em: <https://docplayer.com.br/12647702-O-pensar-e-o-sentir-numa-analise-comportamental-da-ansiedade.html>. Acessado em 22 de julho de 2022.

KOHLEMBERG, R. J. TSAI, M. **Psicoterapia Analítico Funcional: Criando Relações Intensas e Curativas**. Santo André/ SP: ESETec, 2001.

KOHLEMBERG, R. J.; TSAI, M. **Um Guia para a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP): Consciência, Coragem, Amor e Behaviorismo**. Santo André/SP. ESETec. 2001.

LANE, Sílvia Tatiana Maurer. **O que é Psicologia Social**. (Coleção Primeiros Passos, 39) São Paulo: Brasiliense. 2006

MOREIRA, M. B; MEDEIROS, C. A. de. **Princípios Básicos da Análise do Comportamento**. 2ºed. Editora Artmed. 2019.

PEZZATO, Fernanda Augustini; BRANDÃO, Alessandra Salina; OSHIRO, Claudia Kami Bastos. Intervenção Baseada na Psicoterapia Analítica Funcional em um Caso de Transtorno de Pânico com Agorafobia. **Rev. Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**. vol. XIV, n.1, p.74-84. 2012. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtcc/v14n1/v14n1a06.pdf>. Acessado em 20 de julho de 2022.

VANDENBERGHE, L. Três faces da Psicoterapia Analítica Funcional: Uma ponte entre análise do comportamento e terceira onda. **Rev. Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**. vol. XIX, n.3, p. 206-219. 2017. Disponível em: <https://rbtcc.webhostusp.sti.usp.br/index.php/RBTCC/article/view/1063/533>. Acessado em 15 de julho de 2022.