



CENTRO UNIVERSITÁRIO LUTERANO DE PALMAS

Recredenciado pela Portaria Ministerial nº 1.162, de 13/10/16, D.O.U nº 198, de 14/10/2016
ASSOCIAÇÃO EDUCACIONAL LUTERANA DO BRASIL

TATIANE DA PAIXÃO SILVA DOS SANTOS

“A HISTÓRIA DE NÓS DOIS”: um diálogo entre a Análise do Comportamento e o
Treinamento de Habilidades Sociais Conjugais

Palmas – TO

2016

TATIANE DA PAIXÃO SILVA DOS SANTOS
“A HISTÓRIA DE NÓS DOIS”: um diálogo entre a Análise do Comportamento e o
Treinamento de Habilidades Sociais Conjugais

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) elaborado e apresentado como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Psicologia pelo Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA).

Orientadora: Profa. Dra. Ana Beatriz Dupré Silva.

Dados internacionais da catalogação na publicação.

S237h

Santos, Tatiane da Paixão Silva dos
“A história de nós dois”: um diálogo entre a Análise do
Comportamento e o Treinamento de Habilidades Sociais
Conjugais / Tatiane da Paixão Silva dos Santos – Palmas, 2016
62 fls.

Orientação: Profa. Dr^a Ana Beatriz Dupré Silva
TCC (Trabalho de Conclusão de Curso). Psicologia - Centro
Universitário Luterano de Palmas. 2016

1. Família Contemporânea. 2. Casamento . 3. Treinamento
de Habilidades Sociais Conjugais. I. Silva, Ana Beatriz
Dupré. II. Título. III. Psicologia.

CDU: 159.9

TATIANE DA PAIXÃO SILVA DOS SANTOS
“A HISTÓRIA DE NÓS DOIS”: um diálogo entre a Análise do Comportamento e o
Treinamento de Habilidades Sociais Conjugais

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) elaborado e apresentado como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Psicologia pelo Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA).

Orientadora: Profa. Dra. Ana Beatriz Dupré Silva.

Aprovado em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Ana Beatriz Dupré Silva
Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP/ULBRA

Profa. M.Sc. Lauriane dos Santos Moreira
Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP/ULBRA

Prof. M.Sc. Wayne Francis Mathews
Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP/ULBRA

Palmas – TO

2016

RESUMO

A família passou, e continua passando, por inúmeras transformações no que refere a sua estrutura, formação, regras e valores, acompanhando as mudanças no contexto social, histórico, político, religioso. O casamento também compartilha dessa realidade, evidenciando-se múltiplas conjugalidades e novas conflitivas entre os pares amorosos, demandando cada vez mais o desenvolvimento e/ou aprimoramento de certas habilidades para se alcançar um relacionamento saudável. Nesse contexto, uma importante área do conhecimento que se debruça em questões relacionadas à interação afetiva entre cônjuges consiste no Treinamento de Habilidades Sociais Conjugais. Frente a esse contexto, esse estudo apresenta um recurso para a melhoria de repertórios comportamentais conjugais por meio da interface teórica entre Análise do Comportamento e THSC, a partir do filme “A história de Nós dois”.

Palavras-chave: Família Contemporânea; Casamento; Treinamento de Habilidades Sociais Conjugais.

ABSTRACT

The family has passed and continues passing by several changes in what refers its structure, formation, rules and values, following the changes in the social, historical, political, religious context. Marriage also shares this reality, demonstrating multiple conjugality and new conflicts between couples, demanding increasingly the development and / or improvement of certain abilities to achieve a healthy relationship. In this context, an important area of knowledge that focuses on issues related to affective interaction between spouses is the Training of the Marital Social Skills. Given this context, this study presents a resource for the improvement of conjugal behavioral repertoires through the theoretical interface between Behavior Analysis and SMST, from the film "The History Of Us".

Keywords: Contemporary Family; Marriage; Training of the Marital Social Skills.

AGRADECIMENTOS

Nenhuma batalha alcança vitória sem o auxílio de companheiros de estrada. Afirmo sem fraquejar que, no decorrer dessa jornada encontrei verdadeiros soldados, que me incentivaram na busca do meu sonho e me apoiaram, direta e indiretamente.

Quero agradecer, em primeiro lugar, a Deus, que iluminou meu caminho, me deu força, coragem e saúde.

Dedico esta, bem como todas as minhas demais conquistas, aos meus amados pais, Marcolino e Floresbela, e a minha querida irmã, Larissa, que compartilharam comigo cada tropeço. Mãe, seu cuidado e dedicação me deram esperança para seguir em frente. Pai, sua presença e seus sonhos significaram segurança e a certeza de que jamais estarei sozinha. Obrigada pelo apoio incondicional, paciência, compreensão e por acreditarem em mim.

Agradeço ao meu namorado, que de forma especial e carinhosa me deu força e coragem, me apoiou nos momentos de dificuldades e entendeu com paciência minha ausência em determinados momentos.

À Profa. Dr. Ana Beatriz Dupré Silva, pelo incentivo, paciência e orientação ímpar que tornaram possível a conclusão deste trabalho. Desde o início do curso tive o privilégio de conhecer o seu trabalho e empenho com a área clínica e de pesquisa, campos que me fascinam.

Agradeço também a todos os professores que me acompanharam durante a graduação, em especial ao Prof. M.Sc. Wayne Mathews, à Profa. M.Sc. Lauriane Moreira e à Profa. M.Sc. Cristina Filipakis, responsáveis pela realização deste trabalho.

Às minhas amigas, Adrielle, Ana Carolina, Érica, Laura, Raquel e Thaís, pelas alegrias, tristezas e dores compartilhadas desde o início do curso. Com vocês, as pausas entre um parágrafo e outro de produção foram mais divertidas. Amizades que carregarei para a vida toda.

Agradeço em especial às profissionais exemplares do Psicossocial Forense/GGEM e às colegas de estágio, obrigada pela compreensão e ensinamentos.

E a todos aqueles que de alguma forma estiveram e estão próximos de mim, torcendo por essa conquista. Muito obrigada a todos!

LISTA DE SIGLAS

ACT	Terapia de Aceitação e Compromisso
FAP	Psicoterapia Analítico-Comportamental
HS	Habilidades Sociais
HSC	Habilidades Sociais Conjugais
THS	Treinamento de Habilidades Sociais
THSC	Treinamento de Habilidades Sociais Conjugais
BCT	Terapia Comportamental de Casal
TBCT	Terapia Comportamental Tradicional de Casal
IBCT	Terapia Comportamental Integrativa de Casal

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 DESENVOLVIMENTO	13
2.1 Família e relacionamentos conjugais na contemporaneidade.....	13
2.2 Treinamento de Habilidades Sociais	18
2.2.3 Treinamento de Habilidades Sociais Conjugais	23
2.3 Análise do Comportamento	25
2.3.1 Terapia de Casais na perspectiva Analítico-Comportamental.....	30
2.3.2 Uso de filmes na psicoterapia comportamental.....	40
3 A História de Nós Dois	43
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	56
REFERÊNCIAS.....	58

1 INTRODUÇÃO

Hodiernamente, as configurações conjugais passaram por inúmeras modificações, ocasionando diversos arranjos diádicos. Nesse sentido, percebe-se que os relacionamentos conjugais recebem um olhar especial dos estudiosos por se tratarem de complexas relações íntimas de afeto vivenciadas entre os pares (FALCKE; WAGNER; MOSMANN, 2013).

O panorama social contemporâneo evidencia múltiplas conjugalidades, que segundo Féres-Carneiro e Magalhães (2011) constituem, desconstituem-se e reconstituem-se em um ritmo vertiginoso, tornando as pesquisas nesse campo cada vez mais importantes. De acordo com os autores, é crescente o número de buscas por atendimento psicológico com demandas de sofrimento psíquico associado às relações amorosas, envolvendo conflituosas no casamento, separação e recasamento.

Destarte, o estudo das relações interpessoais no corpo teórico da psicologia está presente desde o seu próprio surgimento enquanto ciência e profissão, sendo a temática da interação conjugal parte integrante desse percurso (DEL PRETE; DEL PRETE, 2001). Um importante suporte teórico e prático que se dedica ao estudo e desenvolvimento das interações sociais é a área de Treinamento de Habilidades Sociais (THS), e sua vertente Treinamento de Habilidades Sociais Conjugais (THSC), que se volta para as interações conjugais.

Insta frisar que a existência humana depende de interações com o meio social em múltiplos contextos, como o familiar, de trabalho, de lazer e religioso. O ser humano, de algum modo, sempre está desenvolvendo relações interpessoais que, por sua vez, dependem de certas habilidades para atingir seus objetivos, de preferência com boa relação e convivência harmônica com os demais. Por esse motivo a Psicologia, por meio da Análise do Comportamento, lança um olhar especial para os estudos envolvendo as interações sociais. Outra vertente nesse campo de estudo e prática, que se dedica ao tema das relações sociais, consiste no THS.

De acordo com Del Prette e Del Prette (2012), o campo THS consiste em um conjunto de técnicas aplicadas a todos os déficits de natureza interpessoal, independentemente do correlato de ansiedade. Segundo esses autores, o termo Habilidades Sociais, utilizado geralmente no plural, “aplica-se às diferentes classes de comportamentos sociais do repertório de um indivíduo, que contribuem para a

competência social, favorecendo um relacionamento saudável e produtivo com as demais pessoas” (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2011, p.31).

Dentre os relacionamentos interpessoais mencionados, destacam-se os referentes aos pares amorosos, que também necessitam de determinadas habilidades para desenvolverem uma relação permeada por afetividade, bem estar mútuo e satisfação conjugal, sendo a área de THSC um importante pilar para o estudo e desenvolvimento dessas habilidades, uma vez que preconiza construtos acerca da interação afetiva entre pares, objetivando melhorias conjugais via treinamento.

Segundo as informações referentes às taxas de nupcialidade no país fornecidas pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) no ano de 2014, evidenciou-se um registro de 1.106.440 uniões, sendo que a variação atingiu 37,1% de aumento se comparado aos anos pesquisados anteriormente. Segundo o mesmo documento, o número de dissoluções conjugais no mesmo ano pesquisado, evidenciou-se um aumento de 161,4% em relação aos anos precedentes, registrando um número de divórcios concedidos igual a 341.181.

Scribel, Sana e Benedetto (2007) elucidam que os desajustes conjugais operam como elementos de estresse individual, evidenciando assim, uma relevância de mais estudos na área da terapia de casais. Segundo os autores, as queixas conjugais estão, com frequência, relacionadas com a busca por psicoterapia individual, antes mesmo da procura por terapia de casal. Tal panorama fundamenta a preocupação por parte das diferentes abordagens psicoterápicas empenharem esforços para pesquisas desse tema, destacando-se a Análise do Comportamento.

Para Marcondes, Trierweiler e Cruz (2006, p. 103) “é de grande importância que fenômenos relacionados ao amor, à atração e à paixão deixem de pertencer apenas ao domínio dos poetas, compositores e filósofos e passem a ser considerados temas científicos”. Desse modo, estudos que aprofundem as temáticas das relações entre pares configuram-se, atualmente, como um relevante campo de estudo, uma vez que se nota um aumento da procura por atendimento psicológico por questões de cunho afetivo.

Assim, diante do grande número de divórcios presente no cenário brasileiro atual, bem como a crescente busca por atendimentos psicológicos por conflitivas envolvendo relacionamentos conjugais, pode-se afirmar que o desenvolvimento de uma pesquisa que se propõe a investigar as interações entre pares e a construção

de um recurso terapêutico embasado no THSC para tal demanda, consiste em uma importante iniciativa social para melhoria das relações nesse âmbito.

Destaca-se, ainda, que o campo teórico-científico do THSC constitui um alicerce para aqueles que trabalham com problemas conjugais, tanto no âmbito de pesquisas, como no desenvolvimento de procedimentos terapêuticos ou programas preventivos, tais como grupos de treinamento de casais, palestras, cursos de noivos, entre outros.

Quanto a relevância pessoal, sublinha-se o interesse em trabalhar com o ramo da terapia familiar, em especial, a terapia de casais. Assim, acredita-se que desenvolver um estudo que enfoque as interações conjugais e seu desenvolvimento via treinamento, utilizando-se como suporte teórico e conceitual o THSC e a Análise do Comportamento, representa um importante passo para a formação acadêmica visando futuras atuações na área clínica.

Desse modo, esse estudo apresenta um recurso para a melhoria de repertórios comportamentais conjugais por meio da interface teórica entre Análise do Comportamento e THSC, a partir do filme “A história de nós dois”. Para tanto, foi apresentada a abordagem teórica Análise do Comportamento e o campo teórico de THSC, que é um desdobramento da área do THS. Em seguida, foram apresentados temas relacionados a conflitos (queixas) envolvendo ausência ou déficit de HSC ilustradas a partir de comportamentos encenados no filme “A história de nós dois”. Nesse ínterim, propôs-se THSC úteis para resolução de tais conflitos (queixas) e que facilitam o atendimento psicoterápico.

O estudo apresentado consiste em uma pesquisa aplicada, que segundo Silva e Menezes (2005) objetiva gerar conhecimentos para aplicação prática e se dirige para solução de problemas específicos. Quanto à coleta de dados, a pesquisa foi do tipo documental, que segundo Oliveira (2011) consiste na busca de informações em fontes primárias, escritas ou não, que não receberam ainda um tratamento analítico, podendo ser reelaboradas de acordo com os objetos da pesquisa.

Em relação aos objetivos, este estudo é considerado descritivo e explicativo. De acordo com Silva e Menezes (2005, p. 21), uma pesquisa descritiva “visa descrever as características de determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis”. Em linhas gerais, a formatação do estudo assume aspecto de levantamento. É explicativo por procurar identificar os aspectos determinantes ou que contribuem para que os fenômenos estudados

ocorram, assim, busca explicar a razão e os “porquês” dos acontecimentos (SILVA; MENEZES, 2005). A ferramenta conceitual utilizada para esse fim consistiu na análise de contingências (também conhecida como análise funcional), que é uma ferramenta conceitual descritiva e explicativa do comportamento, pela qual se interpreta e investiga os fenômenos naturais, por meio da identificação e descrição das suas relações causais/funcionais entre o comportamento e o seu ambiente (NENO, 2003).

Somado a isso, foi utilizado o recurso da análise de filmes, que segundo Penafria (2009) consiste em decompor uma película com o objetivo de explicar e esclarecer o funcionamento deste filme e propor-lhe uma interpretação crítica. Desse modo, a análise de filmes pode oferecer modelos comportamentais específicos que operarão como referências para determinados clientes, tendo em vista que alguns indivíduos possuem um escasso repertório comportamental.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 Família e relacionamentos conjugais na contemporaneidade

O ser humano estabelece vínculos desde o surgimento da sua própria espécie, tanto para sobrevivência, como por necessidade de relacionar-se com semelhantes. Caballo (2012) elucida que fazemos parte de uma espécie social por natureza, gregária e que necessita da formação de vínculos, sendo a socialização um dos aspectos básicos da vida humana. Por essa razão, os vínculos familiares se constituíram historicamente como alternativa para suprir as necessidades de interação social e de sustentação afetiva, sendo aspecto basilar e primeiro de uma formação familiar, a união conjugal (HINTZ, 2001).

A família, independentemente de sua configuração, atua em grande parte como espaço indispensável para a garantia da sobrevivência e proteção integral dos filhos e demais membros, pois ela é o primeiro berço social do sujeito, que concebe, acolhe e protege o ser humano em sua totalidade desde o nascimento, transmitindo valores, cultura e formas de ser e viver (SILVEIRA, 2000).

O núcleo familiar e o casamento passaram e continuam passando por diversas transformações ao longo da história, acompanhando as mudanças do contexto social, histórico, religioso e cultural. Hintz (2001, p. 9) elucida que a instituição familiar é flexível e por essa razão “ela tem se adaptado às mais diversas formas de influências [...] em diferentes épocas e lugares”.

Devido aceleradas transformações socioculturais em que a família tem sido palco de mudanças, presencia-se a coexistência de valores tradicionais e contemporâneos nas mais diversas constituições familiares. Assim, a família tradicional cede lugar a novas possibilidades de configurações familiares. Rios e Gomes (2009) citam como exemplos de arranjos contemporâneos os modelos de família nuclear, monoparental, homoparental, recomposta, desconstruída, gerada artificialmente, entre tantas possibilidades.

Para Cicco, Paiva e Gomes (2005, p. 54) o estudo da família e dos modelos de relações conjugais contemporâneos “é fundamental para a compreensão das mudanças ocorridas nas últimas décadas e de suas implicações para o desenvolvimento e amadurecimento dos indivíduos nos contextos familiares atuais”.

Diante dessas novas possibilidades de interação conjugal e as modificações nos papéis de gênero, percebe-se a ocorrência de novas conflitivas no âmbito

conjugal. Esse contexto acaba gerando um tecido de insegurança e confusão frente aos novos modelos familiares, mais especificamente o casamento.

Cada vez mais os casais sofrem pressão para manterem valores e padrões morais tradicionais, como a efetivação do contrato matrimonial e o exercício da parentalidade, ao passo que o meio familiar é valorizado como o *locus* de realização de todas as expectativas emocionais e pessoais. Por outro lado, são forçados a se adequarem às transformações sociais, tais como as exigências do mercado de trabalho, a valorização do crescimento individual, da independência financeira [...] (SCORSOLINE-COMIN; SANTOS, 2010, s/p).

Mediante esse quadro, cabe ainda tecer um breve recorte histórico da união conjugal a fim de entender o percurso trilhado até as atuais configurações. Dessa maneira, constata-se que durante a Idade Antiga o casamento se dava por meio de um acordo formal entre o noivo e o pai da noiva, que incluía o pagamento de um dote por parte do pai, não levando em consideração a escolha e o consentimento da noiva. A sexualidade era voltada para fins de reprodução, parte da aliança firmada. Não se tratava, portanto, de um relacionamento amoroso, mas de um negócio familiar (ARAÚJO, 2002; COSTA, 2007).

Na Idade Média foi estabelecido, pela Igreja Católica, por meio do Concílio de Florença, realizado em 1439, o casamento enquanto sacramento indissolúvel, em que a infidelidade, poligamia e o concubinato tornaram-se pecados e, portanto, proibidos. Quanto à sexualidade, o modelo cristão instituiu que essa prática só era permitida dentro do casamento, visando a procriação, não havendo espaço para o desejo, o prazer e a infertilidade. Quanto à mulher, esta continuou sendo submissa ao homem (ARAÚJO, 2002; COSTA, 2007; LEAL, CABRAL, 2010). Ressalta-se que a importância do amor no relacionamento conjugal durante a Idade Antiga e Média era extremamente reduzida. Nesse tempo, o amor entre os cônjuges era resultado de uma vida em comum e não como ponto basilar de um relacionamento conjugal.

Durante o período da Renascença até a Idade Moderna, as mulheres começaram a casar um pouco mais velhas, se comparado aos anos anteriores. Com a Revolução Industrial e o capitalismo iniciado no século XVIII, a mulher deu entrada no mercado de trabalho, ampliando a sua participação social, que agora não se restringia apenas ao ambiente familiar e a posição exclusiva de reprodutora. Esse século representou o início do casamento igualitário, baseado no afeto mútuo e na compatibilidade sexual. Somente a partir deste momento é que surgiu na história da humanidade o tão decantado, em nossos dias, “casamento por amor”, reunindo liberdade de escolha, ternura, amizade e prazer sexual (COSTA, 2007).

O século XX, marcado pela crescente profissionalização da mulher, surgimento dos métodos contraceptivos, possibilidade do divórcio jurídico e do recasamento, afastaram o casamento das influências diretas e explícitas dos familiares, das entidades religiosas e do Estado, assumindo condições de relacionamento amoroso de conotação sexual. No início do século XXI, o casamento se tornou um ato de vontade, regido por necessidades e anseios de prazer e realização, definidos livremente pelo casal, tendo como premissas o amor, a individualidade, a independência emocional e econômica e, principalmente, o prazer sexual (COSTA, 2007).

Desse modo, o casamento deixou de ser um ritual de acordo familiar, doméstico e puramente religioso, para se tornar símbolo de união estável, conforme estabelecido pela lei brasileira, juntamente com o respeito e reconhecimento de novas formas de relacionamento conjugal, como é o caso das uniões homoafetivas. Atualmente, o casal pode optar por habitar na mesma casa, na mesma cidade ou até mesmo em casas e cidades distintas. Em relação aos filhos, o casal contemporâneo também pode decidir tê-los ou não (COSTA, 2007).

A partir desse percurso histórico, atualmente percebe-se uma busca pela felicidade conjugal e preocupação na manutenção do amor. Em decorrência dessa realidade, surgem inúmeros obstáculos impostos pelas vicissitudes da vida, pelos problemas emocionais humanos e por déficits em certas habilidades.

Esse novo ideal de casamento impõe aos esposos que se amem ou que pareçam se amar e que tenham expectativas a respeito do amor e da felicidade no matrimônio. Essa imposição teve muitas consequências e contradições. Uma delas é que acabou criando uma armadilha para os casais na medida em que se acentuaram as “idealizações” e conseqüentemente os conflitos resultantes da desilusão pelo não atendimento das expectativas (ARAÚJO, 2002, p. 73).

De acordo com Mosmann, Wagner e Féres-Carneiro (2006), apesar da grande reviravolta de concepções acerca do enlace matrimonial, tradicionalmente a palavra casamento costuma vir acompanhada de ideias românticas, reportando aos contos de fadas, como “viveram felizes para sempre”. Os autores destacam que a união entre um casal pode ser marcada, inicialmente, por encantamento, otimismo e satisfação, entretanto, a realidade pode não ser tão duradoura quanto idealizada.

Diante disso, surgem novas expectativas de realização pessoal, profissional e afetiva, bem como configurações conjugais que antes não eram vistas. Nota-se um crescimento no número de separações, divórcios e uniões estáveis (relação de

convivência entre dois cidadãos sem a formalidade jurídica presente em um casamento civil). Para Coutinho e Menandro (2010, p. 85-86) “o ‘até que a morte nos separe’ vem sendo substituído pelo ‘que seja eterno enquanto dure’. Talvez valha dizer, embora seja menos romântico, que já seria bastante que se cumprisse a expressão ‘que seja *terno* enquanto dure”.

Os vínculos conjugais contemporâneos acompanham as próprias transformações econômicas, sociais e tecnológicas que permeiam a vida da família atual, seja pela nova forma de sua constituição, manutenção e organização. Dessa forma, os ideais da vida a dois se confrontam com a individualidade de cada um dos cônjuges, sendo que a relação só se mantém se for prazerosa e útil para os dois, dado o empobrecimento das relações que se tem observado (GONÇALVES, 2007, p. 36).

Frente a esse contexto, presencia-se um aumento considerável nas procuras por atendimentos psicológicos provenientes de conflitos amorosos. Por conseguinte, os pesquisadores começaram a estudar aspectos relacionados à qualidade conjugal, para melhor compreender esse universo, bem como desenvolver teorias que fundamentassem práticas clínicas. A abordagem científica sobre a satisfação conjugal iniciou-se por volta de 1929 com uma publicação de Gilbert Hamilton. Nesse estudo pioneiro, o ajustamento conjugal era entendido como uma tendência a evitar/resolver conflitos na relação e o casamento bem sucedido consistia em compartilhar de atividades de interesse comum e a capacidade de suprir a necessidade do parceiro (FIGUEREDO, 2005).

A qualidade conjugal é um construto com uma longa e controversa história. Mosmann, Wagner e Féres-Carneiro (2006), após uma revisão de literatura sobre conjugalidade, elucidam que a definição de qualidade conjugal é multidimensional, por essa razão, os estudos nessa área devem centrar esforços no mapeamento das relações entre as variáveis sem, no entanto, estabelecer relações de causa e efeito.

Na tentativa de integrar esse conceito, Mosmann, Wagner e Féres-Carneiro (2006, p. 322) asseveram que tal construto não pode ser definido de modo simplista ou baseado apenas na avaliação dos cônjuges sobre seu matrimônio, uma vez que este é “um processo dinâmico e interativo do casal que resulta na avaliação que cada cônjuge tem do nível de qualidade que experimenta em sua união”. Complementam que esse conceito é constituído por múltiplas variáveis que, no entanto, destacam-se três grandes dimensões que estariam diretamente relacionadas a uma maior auto-percepção e a um conseqüente nível de qualidade

conjugal, a saber: o contexto, os recursos pessoais dos cônjuges e os processos adaptativos. Isso, por sua vez,

reúne um número infinito de variáveis tais como as experiências na família de origem, o nível educacional [...], a fase do ciclo vital em que se encontra o casal, dentre outras. Estas são variáveis difíceis de serem hierarquizadas, pois não há como determinar a maior importância de umas em relação a outras. O que ocorre no estudo das três dimensões é uma escolha, por parte dos pesquisadores, de algumas variáveis na busca de entender de forma mais específica uma parte deste construto (MOSMANN; WAGNER; FÉRES-CARNEIRO, 2006, p. 322).

Para Gonçalves (2007) o sucesso no casamento está fortemente ligado com a forma de comunicação entre os pares que, por sua vez, passa por alterações de acordo com o amadurecimento dos cônjuges. Segundo a autora, o casal precisa adaptar-se às novas demandas da vida, como a redefinição da relação com a família de origem de cada parceiro, construção da intimidade sem renunciar ou infringir a autonomia, ajustar-se positivamente a paternidade e a maternidade, enfrentar crises sem prejudicar o laço conjugal, permitir expressão segura dos conflitos existentes, constituírem relacionamento sexual gratificante, partilhar com o parceiro alegrias, confiança e entretenimento, assim como manutenção econômica, apoio emocional e ainda assegurar o romance.

Quanto aos desajustes conjugais, Gonçalves (2007, p. 13) explana que “a responsabilidade pelo problema é de ambos os cônjuges, mesmo que aparentemente a situação aponte para um único responsável, pois geralmente o problema é compartilhado e aceito pelo outro”. Complementa que, dentre os principais problemas apontados nas relações conjugais contemporâneas, encontram-se: o nascimento dos filhos; o surgimento de rotinas, da qual os cônjuges não aprenderam a lidar de maneira eficaz; a estabilização ou fragilidade na vida sexual e o amadurecimento desigual do casal.

A título de arremate, a instituição familiar passou e passa por inúmeras modificações ao longo do tempo, acarretando novas e variadas configurações. No cenário atual, evidencia-se uma fragilização nos laços afetivos, conflitos amorosos e rompimentos diádicos como subterfúgios e alternativas efêmeras. Frente a esse contexto, nota-se que cada vez mais as Habilidades Sociais Conjugais (HSC) são demandadas para se alcançar a qualidade nos relacionamentos amorosos e, por conseguinte, a satisfação conjugal.

2.2 Treinamento de Habilidades Sociais

Segundo Del Prette e Del Prette (2011), o termo Habilidades Sociais (HS), geralmente utilizado no plural, aplica-se às diferentes classes de comportamentos sociais do repertório de um indivíduo que contribuem para a competência social, favorecendo um relacionamento produtivo com as demais pessoas. Rocca et al (2010) destacam que as HS referem-se a todo e qualquer comportamento que ocorre dentro de um contexto interpessoal, que tem por finalidade comunicar sentimentos, opiniões, emoções, atitudes, direitos e necessidades pessoais. Desse modo, “esses comportamentos são sancionados culturalmente como normas e códigos que estimulam quais são as atitudes e comportamentos considerados mais adequados dentro de certo contexto social” (ROCCA et al, 2010, p. 183). Essa adequação no modo de agir é que permite avaliar o desempenho em termos de competência.

Destaca-se que “as pessoas socialmente competentes tendem a apresentar relações pessoais e profissionais mais produtivas, satisfatórias e duradouras, além de melhor saúde física e mental e bom funcionamento psicológico” (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2001, p 30). Por outro lado, as pessoas que evidenciam déficits nessas habilidades comumente apresentam dificuldades ou conflitos em seus relacionamentos interpessoais, ocasionando menor qualidade de vida.

Cabe pontuar que o termo HS se diferencia do conceito de Desempenho Social e do de Competência Social. Del Prette e Del Prette (2001) resumem essas diferenças da seguinte forma,

o desempenho social refere-se à emissão de um comportamento ou sequências de comportamentos em uma situação social qualquer. Já o termo Habilidades Sociais refere-se à existência de diferentes classes de comportamentos sociais no repertório do indivíduo para lidar de maneira adequada com as demandas das situações interpessoais. A competência social tem sentido avaliativo que remete aos efeitos do desempenho social nas situações vividas pelo indivíduo (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2001, p. 31).

Nota-se que o termo HS possui um sentido descritivo de identificar os elementos comportamentais, afetivos e fisiológicos que contribuem para um desempenho socialmente competente. Já o termo Competência Social implica em um caráter avaliativo que se define pela coerência e funcionalidade do desempenho social (DEL PRETTE, DEL PRETTE, 2011). Caballo (2012) assevera que é complexo definir um comportamento socialmente habilidoso, tendo em vista que nem sempre um comportamento será adequado em todas as circunstâncias. Isso

evidencia que não há uma única maneira de se comportar adequadamente, mas sim uma diversidade de enfoques que poderão variar conforme o indivíduo, seus valores, suas crenças, atitudes, cultura e o padrão individual de interação.

Partindo desse princípio, Caballo (2012, p. 4) afirma que “não pode haver uma maneira correta de se comportar que seja universal, mas uma série de enfoques diferentes que podem variar de acordo com o indivíduo”. Dessa maneira, duas pessoas podem comportar-se de modo completamente diferente em uma situação semelhante, ou o mesmo indivíduo pode agir de maneiras distintas em duas situações similares, e tais respostas podem atingir o mesmo grau de HS. Somado a isso, Caballo (2012) conceitua que as bases da conduta social pautam-se na reciprocidade e na influência mútua. Portanto, da mesma forma que um indivíduo encontra-se influenciado pelas respostas dos demais, ele também exerce influência sobre os outros para que modifiquem suas condutas.

Desse modo, os encontros sociais não ocorrem no vazio, eles se dão em um determinado contexto e são regidos por normas culturais (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2001; ROCCA et al, 2010). Destaca-se que, para se atingir uma competência social e, concomitantemente, para avaliar as HS e a Competência Social, devem ser levadas em consideração as dimensões situacional, pessoal e cultural, que são interdependentes e estão sempre presentes nas interações sociais. Esses aspectos podem influenciar tanto a topografia (forma), como a funcionalidade (efetividade) do desempenho social, bem como pela decisão de fuga ou esquiva da situação interpessoal (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2011).

Pontua-se ainda que a aprendizagem de HS ocorre continuamente durante toda a vida do sujeito, permitindo que dificuldades ou déficits possam ser superados. Entretanto, durante a infância, a criança precisa desenvolver um conjunto de HS que a instrumentalize para lidar de forma satisfatória com as diversas situações sociais que surgem. A aprendizagem de comportamentos sociais e normas de convivência inicia-se ainda na infância, primeiramente com a família e depois em outros ambientes como vizinhança, creche, pré-escola e escola. Cabe citar que essa aprendizagem depende das condições que a criança encontra em tais ambientes, o que implica na qualidade de suas relações interpessoais subsequentes (ROCCA et al, 2010; DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2011; CABALLO, 2012).

Os pais são os primeiros agentes socializadores na infância, que oferecem modelos e incentivos de comportamentos adequados, para tanto é necessário que

os próprios pais emitam comportamentos adequados e assertivos ao invés de agressividade. Portanto, deve-se desenvolver um ambiente de diálogo entre pais e filhos desde muito cedo, envolvendo perguntas, elogios, opinião, expressão de sentimentos e estabelecimento de regras e limites (ROCCA et al, 2010).

Com o intuito de aperfeiçoar repertórios comportamentais de determinados indivíduos ou contribuir para a redução de déficits nessa área, inúmeros autores do campo das HS têm elaborado estudos e pesquisas com o escopo de avaliar a eficácia das intervenções desenvolvidas atualmente, bem como refletir atuações mais efetivas. Nessa direção, Dias, Oliveira e Freitas (2011) discorrem que

o investimento na promoção de habilidades sociais tem sido apontado como importante para as diferentes fases do desenvolvimento desde a infância, passando pela adolescência, idade adulta e terceira idade. Essas habilidades contribuem para uma maior adaptação às demandas próprias de cada faixa etária e de diferentes contextos, proporcionando, assim, o desenvolvimento ou ampliação do repertório de comportamentos sociais. (DIAS; OLIVEIRA; FREITAS, 2011, p. 473).

Del Prette e Del Prette (2007) apresentam uma taxonomia dos componentes da HS. De acordo com os autores, essa decomposição é muito importante no planejamento de programas que visem melhorar e/ou aperfeiçoar tais habilidades, pois algumas pessoas podem apresentar déficits em algumas subclasses e em outras não. Desse modo, foram organizadas categorias amplas e específicas, a saber:

<p><i>HS de comunicação</i></p>	<p>Fazer e responder a perguntas; gratificar e elogiar; pedir e dar feedback nas relações sociais; iniciar, manter e encerrar conversação; somado a isso, têm-se os aspectos de adequabilidade de componentes verbais na forma na comunicação: duração, latência e regulação da fala, etc.</p>
<p><i>HS assertivas, direito e cidadania</i></p>	<p>Manifestar opinião, concordar, discordar; fazer, aceitar e recusar pedidos; desculpar-se e admitir falhas; estabelecer relacionamento afetivo/sexual; encerrar relacionamento; expressar raiva e pedir mudança de comportamento; interagir com autoridades; lidar com críticas, etc.</p>

<i>HS de trabalho</i>	Coordenar grupo; falar em público; resolver problemas, tomar decisões e mediar conflitos; habilidades sociais educativas, etiqueta social, etc.
<i>HS de civilidade</i>	Dizer por favor; agradecer; apresentar-se; cumprimentar; despedir-se, etc.
<i>HS empáticas:</i>	Parafrasear, refletir sentimentos e expressar apoio, etc.
<i>HS de expressão de sentimento positivo</i>	Fazer amizade; expressar a solidariedade e cultivar o amor, etc.

Murta (2005) explica que a identificação do repertório de HS de uma pessoa consiste em um fator de proteção, pois viabiliza intervenções para a aprendizagem destas habilidades, com populações clínicas e não clínicas. As intervenções nessa área podem ser agrupadas em prevenção primária, secundária e terciária.

As intervenções em prevenção primária são destinadas a grupos ou pessoas expostas a fatores de risco, mas que ainda não possuem problemas interpessoais significativos. Portanto, essa intervenção visa incrementar novas HS no repertório pessoal, com a finalidade de proteção e prevenção, minimizando a possibilidade de surgirem dificuldades interpessoais futuras. As Intervenções em prevenção secundária são voltadas para grupos ou pessoas que se encontram com problemas interpessoais. Quanto as intervenções destinadas à prevenção terciária, almejam minimizar as consequências de déficits acentuados de HS e que já estão instalados, não havendo possibilidade de prevenção ou cura, como é o caso de pessoas portadoras de deficiência mental, autismo e outros transtornos do desenvolvimento. Nesse contexto, o THS é adaptado para melhor atender cada público, levando em consideração suas especificidades e particularidades de cada caso (MURTA, 2005).

Bolsoni-Silva (2002), ao discorrer acerca do THS, afirmando que o

Treino de Habilidades Sociais busca superar déficits no desempenho social e promover interações sociais mais satisfatórias, através de procedimentos clínicos e educativos. Queixas individuais do cliente e sua adaptação devem ser compreendidas no contexto social imediato, percebendo o indivíduo como agente ativo na busca de relações sociais e interpessoais mais adequadas (BOLSONI-SILVA, 2002, p.7).

Del Prette e Del Prette (2011) afirmam que a superação de déficits de HS e de problemas de competência social requer, habitualmente, serviços especializados no campo da Terapia ou da Educação. Esses serviços envolvem alternativas de intervenção, em termos de procedimentos, técnicas e programas, cuja eficácia é, via de regra, constatada por meio de pesquisas e intervenções, segundo delineamento experimental. No campo das HS, os avanços no desenvolvimento de procedimentos e estratégias permitiram estruturar programas de Treinamento de Habilidades Sociais (THS). Esses programas podem ser definidos como

um conjunto de atividades planejadas que estruturam processos de aprendizagem, mediados e conduzidos por um terapeuta ou coordenador, visando a: (a) ampliar a frequência e/ou melhorar a proficiência de habilidades sociais já aprendidas, mas deficitárias; (b) ensinar habilidades sociais novas significativas; (c) diminuir ou extinguir comportamentos concorrentes com tais habilidades (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2010, p. 128).

Del Prette e Del Prette (2012) sintetizam que no THS são empregadas técnicas provenientes de vários modelos conceituais que contribuíram com esse campo teórico-prático. Atualmente, a literatura da área utiliza-se mais intensamente de técnicas das abordagens Analítico-Comportamental e Cognitivo-Comportamental. A título de esclarecimento, as técnicas comportamentais consistem no Ensaio Comportamental, Reforçamento, Modelagem, Modelação (Real e Simbólica), *Feedback* (Verbal e *Videofeedback*), Relaxamento, Tarefas de Casa e Dessensibilização Sistemática. Quanto às técnicas da Cognitivo-comportamental, destaca-se: Terapia racional-emotiva-comportamental, Resolução de Problemas, Parada de pensamento, Modelação encoberta e Instruções.

Em suma, o estudo e desenvolvimento do campo teórico e prático do THS é de grande valia para a Psicologia, uma vez que os seres humanos passam a maior parte do tempo engajados em alguma modalidade de interação social e, ao serem socialmente habilidosos, são capazes de promover intercâmbios sociais satisfatórios. Nesse contexto, cabe ressaltar que essa forma de interagir favorece o aumento de reforçadores, auxiliando na prevenção, promoção e redução de dificuldades psicológicas.

2.2.3 Treinamento de Habilidades Sociais Conjugais

Entre os vários contextos interpessoais em que o ser humano está inserido, a relação conjugal é de extrema importância à medida que seu sucesso ou fracasso influencia na qualidade de vida dos parceiros e das relações mantidas com outros membros da família, principalmente os filhos. A interação familiar requer, em certo ponto, que os componentes familiares tenham HS para lidar de forma satisfatória com os conflitos inevitáveis das interações cotidianas (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2001).

O relacionar-se tem um lugar de destaque na vida dos seres humanos saudáveis, até porque é um vínculo maior, mais profundo e íntimo que qualquer outro. É nesta intimidade especial que os parceiros geralmente reproduzem o modelo de amor que cada um aprendeu a partir das suas primeiras experiências de vida, de suas próprias histórias de contingências de reforçamento, assim como das contingências vivenciadas na própria relação que está ocorrendo (TORRES; WIELEWICKI, p. 241).

Surge então, o conceito de Habilidades Sociais Conjugais (HSC), que podem ser definidas como um “conjunto de comportamentos próprios da interação social com o cônjuge ou companheiro afetivo, que conspicuamente contribui para a qualidade do relacionamento conjugal” (DEL PRETTE et al, 2008, p. 67). Segundo esses autores, a ampliação e o aprimoramento do repertório de HSC constituem um importante fator para a satisfação conjugal, ao passo que, déficits significativos nessa área ocasionam problemas conjugais, bem como a busca de ajuda profissional, especialmente no âmbito da terapia conjugal.

De acordo com Del Prette et al (2008, p. 67), as HSC “são requisitadas tanto diante de demandas afetivas, como de solução de problemas e demais demandas de convivência social com o(a) parceiro(a)”. De acordo com a literatura (VILLA, 2002; GUTIERREZ, 2014), quanto maior e mais desenvolvido for o repertório de habilidades sociais conjugais, maior será a satisfação de seu parceiro de maneira global, haja vista que, o parceiro conseguirá lidar de forma mais eficaz e satisfatória frente às demandas que surgem no relacionar-se por meio das HSC. Gutierrez (2014) acrescenta que é de suma importância que o casal tenha um amplo repertório de habilidades desde o início do relacionamento amoroso, que é o namoro.

Del Prette e Del Prette (2001) afirmam que, geralmente, numa relação, com o passar do tempo, ocorrem deteriorações de comportamentos mutuamente prazerosos (reforçadores), que dão lugar ao aparecimento ou maximização de

outros aversivos. A qualidade dos relacionamentos conjugais depende da capacidade dos cônjuges investirem na sua continuidade e otimização da relação. Nesse sentido, o auto aperfeiçoamento de ambos em HCS garante, em parte, esse compromisso com a melhoria na relação conjugal. Contudo,

quando apenas um dos parceiros alcança um desenvolvimento socioafetivo rápido, diferenciando-se excessivamente do outro, ele pode reavaliar os próprios ganhos na relação como insatisfatórios e dispor-se à busca de relacionamentos alternativos, provocando a sua ruptura. Uma fonte de ruptura ocorre, portanto, quando há uma ausência de compromisso com a própria relação e/ou com o desenvolvimento do outro (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2001, p. 49).

Gottman e Rushe (1995, apud DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2001), apresentam algumas habilidades específicas que seriam cruciais nos relacionamentos conjugais satisfatórios e deveriam ser aprendidas ou aperfeiçoadas por meio de programas terapêuticos ou educativos. Assim, esses autores defendem um programa de “Terapia Conjugal Mínima”, que incluiria cinco classes de habilidades sociais: acalmar-se e identificar um estado de controle emocional em si e/ou no outro; ouvir de forma não defensiva e com atenção; validar o sentimento do par; reorganizar o esquema de interação de modo a romper ciclos de queixa-crítica-defensividade-desdém ou desprezo-afastamento; desenvolver estilos mais adaptativos de persuasão ou negociação; e não tomar decisões enquanto o estado de excitação psicofisiológico estiver sem autocontrole adequado.

Villa (2005) sintetiza que determinadas habilidades são necessárias para o desenvolvimento de um relacionamento conjugal saudável e satisfatório, como as assertivas, empáticas, de autonomia, de comunicação, de civilidade e de expressão de sentimentos positivos. Como subclasses dessas habilidades, essa autora formulou as seguintes: comunicação e expressividade (comunicação cotidiana entre os cônjuges, livres de conflito e com expressão de sentimentos/opiniões positivas, como elogios, agradecimento, bem-estar); asserção de autodefesa (defender direitos quanto a sua individualidade e opiniões/direitos no contexto conjugal).

Por meio da sua experiência clínica, Villa (2005) constatou que em muitos casos de separação e/ou busca por auxílio terapêutico, há dificuldades em habilidades interpessoais. “Essas pessoas, por algum motivo, não desenvolvem um repertório de habilidades necessárias para se comunicarem, expressarem sentimentos, opiniões e desejos, ouvirem o outro, criando um ambiente aversivo para ambos, com escassez de reforçadores positivos” (VILLA, 2005, p. 12-13).

Nesse contexto, o Treinamento de Habilidades Sociais Conjugais (THSC) estuda as interações sociais e o seu desenvolvimento, via treinamento, para melhoria das relações entre casais. Essas habilidades, que são aprendidas e/ou aperfeiçoadas na relação com o seu contexto, podem ser recuperadas ou melhoradas por meio de um programa especial de treinamento ou terapia (VILLA, 2005).

2.3 Análise do Comportamento

A Análise do Comportamento, abordagem psicológica que se debruça no estudo das interações entre indivíduo e ambiente, também lança um olhar especial para as relações conjugais. Nessa direção, faz-se necessário tecer algumas considerações históricas, metodológicas e práticas acerca dessa vertente, uma vez que esta abordagem embasa o estudo em questão.

Como oposição ao método da introspecção e à ideia de psicologia como ciência da mente/consciência, John Watson em 1913, publicou o artigo "*Psychology as the Behaviorist views it*" (A psicologia como o behaviorista a vê), e definiu um novo objeto de estudo da psicologia, que passou a ser, então, o comportamento observado de forma direta e experimental (MOREIRA; MEDEIROS, 2007). Em síntese, essa visão abrangeria a compreensão de todas as espécies, não se limitando apenas ao estudo de seres humanos (BAUM, 2006). Sendo assim, o objeto de análise para Watson era o comportamento respondente (reflexo), ou seja, uma mudança no organismo biológico eliciada por um estímulo que o antecede (MATOS, 1995). Posteriormente, essa abordagem ficou conhecida como Behaviorismo Metodológico devido à grande preocupação com o método utilizado.

Não obstante, tendo em vista que os construtos teóricos do Behaviorismo Metodológico não explicavam o comportamento em sua totalidade, em meados de 1930, B. F. Skinner introduziu novos conceitos ao Behaviorismo elucidando a importância da interação entre meio externo e interno. Essa nova vertente baseada na corrente filosófica Pragmática é denominada Behaviorismo Radical, assim chamada devido ao interesse pela raiz do comportamento. Skinner propôs, ainda, um novo método de estudo, sendo este por meio da descrição do comportamento pela ótica do próprio indivíduo avaliado, excluindo, portanto, a necessidade de dois observadores como antes era praticado no Behaviorismo Metodológico (MOREIRA; MEDEIROS, 2007).

Desse modo, a Análise do Comportamento consiste em uma ciência do comportamento que possui como fundamento filosófico o Behaviorismo Radical e como objeto de estudo as interações entre o indivíduo e o ambiente que o cerca (ABREU-RODRIGUES; RIBEIRO, 2005).

Skinner contribuiu significativamente para a compreensão do conceito de aprendizagem, por meio do chamado “comportamento operante”. Em síntese, o comportamento operante consiste em todos os “atos iniciados pelos próprios animais” (DAVIDOFF, 1983, p 173) e que produz consequências (modificações no ambiente) e é afetado simultaneamente por elas. Desse modo, pode-se afirmar que em uma relação operante com o ambiente, as respostas dos sujeitos são controladas pelas consequências e as contingências ou jeito de cada um ser vão sendo modeladas. Também pode-se dizer que os eventos que antecedem a ação ganham significado após as consequências produzidas, via associação, constituindo assim a história de cada um.

A perspectiva analítico-comportamental baseia-se numa visão histórica do comportamento. Por essa concepção, o comportamento é o produto natural de um processo de interação entre organismo e ambiente. O organismo emite respostas e, fazendo isso, produz consequências. As consequências, por sua vez, selecionam as respostas emitidas pelo organismo. Então, para descrevermos o comportamento, precisamos observar não apenas as respostas que o organismo emite, mas também as variáveis ambientais que interagem com elas. Por isso, dizemos e compreendemos que o comportamento é a interação, e é essa a menor unidade de análise para compreender o funcionamento humano e de todas as outras espécies. (BORGES, 2009, p. 232).

Como método básico de analisar o comportamento operante, Skinner postulou a contingência tríplice, que é a unidade mínima para se analisar um comportamento. Assim, há uma relação de dependência funcional entre o comportamento do organismo, a situação ou contexto no qual ocorre e as consequências que se seguem, que é traduzida por $S - R \rightarrow S$. Nessa relação o primeiro S corresponde aos estímulos ambientais e é composto pela filogenia (história de vida da espécie), ontogenia (história do comportamento individual) e pela cultura. O R indica a resposta (ou ação). E, o segundo S é a consequência do comportamento ou ambiente posterior. O traço representa a probabilidade de a resposta acontecer, tendo em vista que só ocorrerá o comportamento se o indivíduo operar no ambiente; e a seta mostra a certeza que haverá uma consequência (MOREIRA; MEDEIROS, 2007; CARRARA, 2015).

Vale ressaltar ainda, como constatou Catania (1999), que a tríplice contingência é de suma importância, visto que o comportamento é determinado tanto por seu ambiente antecessor como pela consequência, ou ambiente posterior.

Skinner afirmava que o homem modifica e transforma o ambiente e concomitantemente é modificado por ele.

Os homens agem sobre o mundo, modificam-no e, por sua vez são modificados pelas consequências de suas ações [...] Uma vez estabelecido um comportamento apropriado, suas consequências agem através de processos semelhantes para permanecerem ativas. Se por acaso, o meio se modifica, formas antigas do comportamento desaparecem, enquanto novas consequências produzem novas formas (SKINNER, 1953/1998, p.15).

Esta modificação pode ser entendida como aprendizagem na medida em que esse termo pode ser mantido “no seu sentido tradicional para descrever a predisposição de respostas em uma situação complexa” (SKINNER, 1953/1998, p.72). Em síntese, uma consequência de um comportamento operante pode gerar um aumento ou uma diminuição da frequência de uma determinada ação em situações semelhantes, no futuro, a partir de uma vivência (história passada de aprendizagem). Insta frisar que, além da aprendizagem por história comportamental, a aprendizagem também ocorre por observação de outro organismo, e por regras, que está relacionada a comandos verbais de terceiros (CATANIA, 1999; MEYER, 2005).

Pontuam-se dois tipos de ação-consequência do comportamento, positiva e negativa, evidenciando assim quatro tipos de relações que podem dar origem a uma aprendizagem operante: reforço positivo e negativo; punição positiva e negativa. O Reforço ocorre quando as consequências de um operante específico aumentam a probabilidade (frequência) de esse comportamento voltar a acontecer em situações iguais ou semelhantes (MOREIRA; MEDEIROS, 2007).

Dessa forma, tem-se o Reforço Positivo, quando há o “aumento da probabilidade do comportamento reforçado voltar a ocorrer; positivo porque a modificação produzida no ambiente gera sempre a adição de um estímulo” (MOREIRA; MEDEIROS, 2007, p. 63). E, o Reforço Negativo ocorre quando o comportamento é aumentado por meio da retirada de estímulo ambiental considerado aversivo. Em suma, a diferença básica entre esses aspectos é que no reforço positivo é apresentado um estímulo e no reforço negativo é retirado um

estímulo, porém ambos aumentam a frequência da resposta (MOREIRA; MEDEIROS, 2007).

Pontua-se que há dois tipos de comportamento mantidos por reforço negativo: fuga e esquiva.

Um comportamento é uma fuga no momento em que um determinado *estímulo aversivo está presente no ambiente*, e esse comportamento retira-o do ambiente [...] Já a esquiva é um comportamento que evita ou atrasa o contato com um estímulo aversivo, isto é, o comportamento de esquiva ocorre quando um determinado *estímulo aversivo não está presente no ambiente*, e emitir este comportamento (de esquiva) faz com que o estímulo não apareça, ou demore mais para aparecer (MOREIRA; MEDEIROS, 2007, p. 66).

A Punição se dá quando um “operante específico é acompanhado por uma consequência que reduz sua frequência em situações semelhantes” (DAVIDOFF, 1983, p. 188). A punição positiva ocorre quando o comportamento é enfraquecido devido a apresentação de uma consequência. Já a punição negativa ocorre quando a resposta diminui devido a retirada ou adiamento de um reforçador.

Em suma, a punição é marcada pela diminuição da probabilidade de resposta. A diferença entre punição positiva e negativa é que na positiva o estímulo é apresentado e diminui a probabilidade de resposta e, na negativa, um estímulo é retirado e diminui a probabilidade de resposta.

Cabe pontuar que algumas consequências exercem um controle aversivo sobre o comportamento, pois interferem na probabilidade de sua ocorrência futura. Desse modo, tem-se que o controle aversivo diz respeito à modificação na frequência do comportamento utilizando-se, para tanto, o reforço negativo (aumento na frequência) e punição positiva ou negativa (diminuição na frequência).

Defende-se que o controle exercido pelos três tipos de consequência é aversivo porque o indivíduo se comporta para que algo não aconteça, ou seja, para subtrair um estímulo do ambiente ou para fazer com que ele nem mesmo ocorra. Os organismos tendem a evitar ou fugir daquilo que lhes é aversivo. Muitas pessoas respeitam os limites de velocidade para não serem multadas; muitos estudantes frequentam as aulas para não levarem faltas; muitas pessoas não expõem suas ideias para não serem criticadas [...] e assim por diante. O controle aversivo diz respeito à modificação na frequência do comportamento utilizando-se o reforço negativo (aumento da frequência) e punição positiva e negativa (diminuição na frequência) (MOREIRA; MEDEIROS, 2007, p. 64).

Outro desencadeador de respostas emocionais acontece no condicionamento respondente. “Quem pune, ou seja, a própria pessoa punidora torna-se um estímulo condicionado e sua própria presença eliciará as mesmas respostas emocionais outrora eliciadas pelos estímulos aversivos envolvidos” (MOREIRA; MEDEIROS,

2007, p.76). Outra forma em que se assiste a diminuição da frequência de um comportamento também pode ser a extinção:

A operação de suspender o reforço é chamada de extinção; quando o responder retorna a seus níveis prévios como resultado desta operação; diz-se que foi extinto. Esse retorno do comportamento aos seus níveis anteriores ao reforço são temporários. O responder é mantido apenas enquanto o reforço continua, e não depois que ele é suspenso. Assim, a redução no responder durante a extinção não é um processo especial que requeira um tratamento separado, é uma das propriedades do reforço (CATANIA, 1999, p.92).

De acordo com os analistas do comportamento, o ser humano nasce com alguma preparação para o relacionamento com o mundo, ou influência, porém é ao longo do desenvolvimento do enredo da vida que ele literalmente aprende a ser quem é. Skinner defende a existência de três níveis de influência comportamental e estas regem sua existência: a filogênese (história de vida da espécie), a ontogênese (história do comportamento individual) e a cultura (individual e sociocultural) (CATANIA, 1999; BAUM, 2006; CARRARA, 2015).

Na evolução dos seres vivos observamos alterações nos comportamentos. Tais alterações foram selecionadas pelo ambiente quando propiciavam sobrevivência. A seleção de organismos ao longo do tempo evolucionário, ao longo das gerações, pode ser chamada de seleção filogenética ou Darwiniana. Outra seleção que ocorre é a chamada *seleção ontogenética*, que envolve *seleção pelas consequências* e que opera ao longo da vida de um indivíduo [...] O comportamento adquirido por meio de aprendizagem, durante a vida de um organismo particular, desaparecerá a menos que seja de alguma maneira, passado para outros. Essa terceira variedade de seleção ocorre quando o comportamento pode ser passado de um organismo para outro, como na imitação, ou, mais importante, na linguagem, a esta variedade é dado o nome de *seleção cultural* (MACEDO; GOYOS, 2013, p.26- grifo do autor).

Exemplificando, pode-se dizer que uma criança nasce com uma propensão a falar (filogenia), aprende a falar português, pois nasceu no Brasil (cultura), mas como nasceu no Nordeste, tem um determinado sotaque (ontogenia). De acordo com os fatos supracitados, pode-se afirmar, segundo a Análise Comportamental, que grande parte do comportamento humano é aprendido. Nesse contexto, “a Análise do Comportamento privilegia o estudo daquilo que se costuma chamar aprendizagem e os vários processos pelos quais o comportamento pode ser modificado” (MATOS; TOMANARI, 2002, p. 6).

Muitos autores se dedicam em aproximações entre a Análise do Comportamento e o campo das Habilidades Sociais, uma vez que essa interface, historicamente, vem sendo reconhecida como foco relevante e promissor de

produção e aplicação do conhecimento psicológico (BOLSONI-SILVA; 2002; DEL PRETTE, DEL PRETTE, 2010).

As relações entre Análise do Comportamento e Habilidades Sociais configuram uma interface histórica de produção e aplicação de conhecimento sobre o comportamento social. Entendendo-se que um não pode ser reduzido ao outro, tem-se, de um lado, a análise do comportamento como uma abordagem filosófica, científica e aplicada, que extrapola o domínio dos comportamentos sociais e, de outro, o campo teórico-prático das habilidades sociais, focado nos comportamentos sociais e constituído por diferentes abordagens teóricas, além das formulações operantes. Os conhecimentos e recursos produzidos de um lado e de outro são de interesse para a prática psicológica em diferentes contextos (e.g., terapia, educação, saúde, trabalho, etc.) (DEL PRETTE, DEL PRETTE, 2010, p. 105).

Na terapia analítico-comportamental, busca-se auxiliar o cliente a descrever as funções de seus comportamentos e desenvolver repertórios que proporcionem reforçadores. Parte desses reforçadores envolvem interações sociais, sendo o campo de THS bastante útil para esse propósito, uma vez que “chama a atenção para comportamentos sociais passíveis de serem avaliados, sugerindo estratégias de intervenção efetivas” (BOLSONI-SILVA, 2002, p.2), quer seja em atendimento individual ou grupal.

2.3.1 Terapia de Casais na perspectiva Analítico-Comportamental

A Terapia Comportamental para Casais (*Behavioral Couple Therapy- BCT*) é uma prática clínica baseada no Behaviorismo Radical, que se propõe a auxiliar os casais no enfrentamento de seus problemas relacionais, bem como nas dificuldades pessoais encontradas por cada parceiro. Para tanto, são utilizadas estratégias que visam alterações comportamentais, treino de comunicação, aumento de interações positivas e diminuição das interações negativas mútuas, ensino de estratégias que auxiliem na resolução de problemas futuros (OTERO; INGBERMAN, 2009) e, mais recentemente, técnicas de aceitação, mudança e compromisso (TAILLADE; JACOBSON, 1998; ASSE; GARCIA, 2007; SILVA, VANDENBERGHE, 2008), e mudanças geradas pela interação entre terapeuta e díade no aqui/agora da sessão (SILVA-DIAS, 2015).

Asse e Garcia (2007), citando Pavan (1982), elucidam que a BCT consiste na utilização de técnicas com a finalidade de modificar o relacionamento de casais que estejam em alguma medida “desajustados”. A BCT utiliza-se de métodos e técnicas para eliminar comportamentos não adaptativos por outros considerados mais

adequados. Partindo desse entendimento, o foco é no cotidiano do casal, sendo que as modificações são percebidas no dia a dia, na relação interpessoal comum, em que cada cônjuge consiga manter seus direitos e liberdades, formando uma união harmônica e saudável.

Para Vandenberghe (2006) a literatura da BCT oferece um arsenal diversificado de técnicas. Plentz e Andretta (2014) acrescentam que, apesar de existirem diversas possibilidades de terapias de casal no saber psicológico, a BCT está entre as que mais realizam pesquisas empíricas no que se refere a sua eficácia.

Segundo Vandenberghe (2006), o surgimento da BCT ocorreu por volta das décadas de 50 e 60, tendo como protagonistas os Estados Unidos e a Inglaterra, num momento histórico permeado por guerras mundiais, entrada da mulher no mercado de trabalho, ocasião em que o casamento estava intimamente relacionado com a realização pessoal plena dos parceiros, e viver juntos representava liberdade individual.

Por sua base behaviorista, a BCT parte do pressuposto que cada casal é formado e mantido por eventos ambientais singulares, uma vez que o comportamento é individual. Nessa direção, acredita-se que cada membro do par amoroso aprendeu a se relacionar da maneira como o faz por meio de suas experiências de vida e pelo histórico do relacionamento atual, havendo assim uma “singularidade” de cada casal. Tal afirmativa implica na compreensão de que não é possível um atendimento generalizado para todos os casais, sendo que cada díade exigirá uma intervenção única e articulada à sua especificidade (ALMEIDA et al, s/d; ASSE; GARCIA, 2007).

Segundo Almeida et al (s/d), para que a terapia alcance eficácia, faz-se necessária a compreensão adequada das queixas do casal, a função que seus comportamentos desempenham dentro do relacionamento e para cada um dos parceiros individualmente. De acordo com Asse e Garcia (2007), a BCT auxilia os cônjuges a descobrirem formas das suas necessidades serem satisfeitas. No entanto, destacam que após a utilização de procedimentos terapêuticos sem alcance de efeitos positivos, é preferível que o terapeuta auxilie o casal a aceitar uma possível separação, dando-lhes apoio necessário, para que a nova adaptação traga menos sofrimento. Nota-se que nem toda intervenção psicoterápica com casais

surtirá efeitos positivos e de melhoria da relação conjugal, pois, em muitos casos, o caminho mais sensato a ser seguido é de fato a dissolução conjugal.

Em seguida, será realizado um recorte histórico com as gerações da BCT como uma forma didática de apresentar as particularidades de cada período.

Início da terapia de casais na AC e Primeira onda da BCT

A primeira geração de terapeutas comportamentais de casal tinha uma formação em Análise Aplicada do Comportamento, com surgimento entre os anos 1950 e 60, principalmente na Inglaterra e nos Estados Unidos. Nesse modelo, a fonte de interesse é o comportamento publicamente observável. O profissional procurava as causas do comportamento em variáveis ambientais (analisar experimentalmente as contingências). Esse conceito aplicado às relações amorosas diz que cada parceiro estabelece, com seu comportamento, as contingências que controlam o comportamento do outro (VANDENBERGHE, 2006).

Somado a isso, Taillade e Jacobson (1998) afirmam que os primeiros analistas do comportamento voltados para o trabalho com casais não tinham técnicas e aplicações específicas, pois seus conhecimentos estavam em consonâncias com os princípios utilizados com outros públicos no âmbito clínico, como por exemplo, utilizavam as mesmas formulações comportamentais empregadas com pais e crianças. Segundo os autores, apenas no final da década de 1970 e início de 1980 é que aconteceram avanços no tocante a integração dos fundamentos que até então estavam díspares no saber comportamental.

A BCT teve inicialmente, como propostas básicas, alterar comportamentos públicos, aumentar interações positivas e diminuir interações negativas mútuas e ensinar estratégias para solucionar conflitos futuros (OTERO; INGBERMAN, 2009). Nesse sentido, a Terapia Comportamental Tradicional de Casal (*Traditional Behavioral Couple Therapy* - TBCT) surgiu na tentativa de aplicar a teoria comportamental em trabalhos terapêuticos com casais, após estudo publicado por Jacobson e colaboradores em 1984, ficando conhecida como primeira onda da BCT. Teve como base os princípios operantes de aprendizagem, a análise funcional e a teoria das trocas sociais (TAILLADE; JACOBSON, 1998; SILVA; VANDENBERGHE, 2008; SILVA-DIAS, 2015).

De acordo com as postulações da TBCT, quando um desequilíbrio ocorre, significa que há mais trocas de comportamentos aversivos do que aprazíveis, assim

o casamento começa, possivelmente, a se tornar instável e insatisfatório. Logo, as intervenções devem focar na mudança de trocas mantidas entre os parceiros (contratos de intercâmbio comportamental), em que são usadas para aumentar a frequência de trocas de reforçadores positivos, propiciando alívio ao sofrimento causado por problemas específicos (TAILLADE; JACOBSON, 1998; SILVA, VANDENBERGHE, 2008).

Nessa abordagem, os companheiros aprendem a ser, de certa forma, seus próprios terapeutas, aplicam as habilidades aprendidas durante a terapia nas discussões futuras, promovendo assim, mudanças e diálogos não coercitivos. Entretanto, em alguns problemas conjugais as estratégias de mudança não surtem efeito (SILVA, VANDENBERGHE, 2008; SILVA-DIAS, 2015). Em síntese, os procedimentos utilizados pela TBCT constituem-se na modificação de comportamento, treinamento de comunicação, resolução de problemas e técnicas para terapia sexual (SILVA-DIAS, 2015).

Segunda onda da BCT

Com a intenção de aperfeiçoar esse campo teórico-prático, surge a segunda onda da BCT, a Terapia Comportamental Integrativa de Casal (*Integrative Behavioral Couple Therapy- IBCT*), desenvolvida por Christensen e Jacobson (1996). Essa vertente baseia suas intervenções em três conceitos essenciais e indissociáveis: mudança, aceitação e compromisso. A IBCT, mais do que a TBCT, enfatiza o emprego dos princípios funcionais analíticos e a escolha de estratégias de intervenção (TAILLADE, JACOBSON, 1998; SILVA, VANDENBERGHE, 2008; SILVA-DIAS, 2015).

Assim, a IBCT surgiu para acrescentar conhecimentos a Terapia Comportamental de Casal, incluindo também as técnicas da abordagem antecessora. A título de exemplo, muitas estratégias de mudança presentes na TBCT também aparecem na IBCT, como os procedimentos referentes à troca comportamental e ao treino de comunicação e resolução de problemas (TAILLADE, JACOBSON, 1998; SILVA, VANDENBERGHE, 2008).

A IBCT é uma abordagem contextual, uma vez que entende o comportamento de cada indivíduo - portanto, o de cada casal – como formado e mantido por eventos ambientais singulares e pode ser compreendido quando considerado no interior de seus contextos pessoais únicos. Em outros termos, “dentro de um casal particular,

cada membro aprendeu como se comportar num relacionamento íntimo por intermédio das diferentes experiências de uma vida inteira” (SILVA, VANDENBERGHE, 2008, p. 164), inclusive suas experiências sucessivas dentro do relacionamento atual.

Nesse contexto, o trabalho da abordagem integrativa consiste em criar condições para que o casal decida por si mesmo se o relacionamento tem ou não futuro viável por meio da criação de uma atmosfera terapêutica, na qual os cônjuges podem explorar um ao outro pela aceitação e mudança (ASSE; GARCIA, 2007). No tocante ao princípio da mudança, aceitação e compromisso, Otero e Ingberman (2009) entendem que

há necessidade de se buscar **mudanças** nas topografias das interações dos parceiros visando promover alterações nos comportamentos públicos de um ou de ambos. Outro conjunto de intervenções deve visar promover efeitos sobre as experiências privadas, sobre as “emoções vividas” por cada um dos parceiros; deve-se também buscar ajudá-los a compreender que não temos como escapar de todas as emoções negativas, e, portanto elas estarão sempre presentes. **Aceitação**, desta forma, significa experimentar sentimentos negativos ao invés de negá-los; significa corrigir as concepções socialmente estabelecidas sobre felicidade ou bem estar, por exemplo, levando-os a perceber que ninguém é feliz ou se sente bem durante todo o tempo. Por outro lado, desenvolver comportamentos de enfrentamento destes sentimentos conduz à construção da aceitação que é uma “atitude” altamente desejável entre os parceiros; e, além disso, é necessário que tenham **compromisso** com a relação de ambos; que queiram também melhorá-la. Isto significa comprometer-se com a mudança das próprias atitudes, incluindo aceitação e enfrentamento dos próprios sentimentos e “aceitação” do outro (OTERO; INGBERMAN, 2009, p. 399 - grifo meu).

Asse e Garcia (2007) enfatizam que o trabalho da aceitação consiste em auxiliar os casais a se amarem na diferença e não apenas quando são compatíveis. Nesse contexto, as diferenças precisam ser vista por ambos como um caminho construtivo. Segundo esses autores, a intervenção de aceitação pode ajudar os casais de três formas: gerando intimidade com a área de conflito, gerando tolerância e mudança. Assim, na promoção da aceitação, conflitos são transformados em veículos de intimidade.

Nesse sentido, são trabalhadas técnicas de tolerância durante a terapia como meio de neutralizar o impacto do comportamento negativo dos cônjuges e de bloquear esquivas.

Uma maneira de aumentar a aceitação é aumentar a tolerância de cada parceiro para com os comportamentos do outro que lhe geram sofrimento. Isto significará tornar a relação menos dolorosa. A tolerância se desenvolve quando os parceiros aprendem que devem interromper as próprias tentativas de “mudar o outro”; tolerância só pode ocorrer se os parceiros interromperem seus esforços para prevenir ou evitar os comportamentos

uns dos outros. Se ambos “experimentarem” o comportamento do outro sem tentarem mudá-lo e, se for também possível criar um contexto de mudanças desejáveis, ocorrerá uma diminuição da toxicidade daquele comportamento que então se tornará mais aceitável (OTERO; INGBERMAN, 2009, p. 400)

Otero e Ingberman (2009, p. 400) elucidam que a chave para construir o aspecto da tolerância em terapia é por meio da capacitação dos parceiros em “abandonar a luta para mudar um ao outro; criar oportunidades de viver experiências de interações desagradáveis nas sessões terapêuticas para tornar mais fácil o ‘deixar passar’ e aprender a relevar”.

O treino de tolerância é análogo ao procedimento de exposição usado por terapeutas comportamentais para tratar distúrbios de ansiedade. Assim, o terapeuta promove a tolerância no *setting* terapêutico por representar um ambiente seguro (presença do terapeuta). O terapeuta, por sua vez, se esforça para expor os cônjuges ao conflito e aos comportamentos negativos uns do outro com a expectativa de que eles possam ser tolerados e aceitos mais facilmente. Para tanto, são utilizadas estratégias e objetivos específicos, tais como: aperfeiçoar as habilidades de discriminação e generalização das interações entre os pares; ‘reformular’ a compreensão de cada um dos parceiros acerca do acontecimento; rever as auto-regras ou as regras de ambos; melhorar a comunicação entre os parceiros no tocante a recepção e a expressão verbal (OTERO; INGBERMAN, 2009).

A comunicação ineficaz é um problema encontrado com frequência em casais em processo de terapia, pois na tentativa de resolverem seus conflitos, os parceiros acabam por agravar ainda mais a situação. Desta maneira, a ausência/déficit de habilidade de comunicação se torna particularmente destrutiva, podendo gerar, potencializar ou manter problemas conjugais. Por outro lado, a comunicação eficaz pode ser um dos pré-requisitos para uma boa negociação conjugal. Assim, o treinamento dessa habilidade é bastante empregado para melhorar o relacionamento conjugal na IBCT (SILVA; VANDENBERGHE, 2008).

A grande maioria dos problemas de relacionamento de um casal ocorre ou é agravada pelas dificuldades de comunicação existentes entre eles, principalmente as ligadas a escolha das palavras. Desta maneira, enfatiza-se para os parceiros que palavras têm “poderes e força” e geram emoções e sentimentos. Pondera-se ainda que é a palavra que dá significado ou existência a tudo o que ocorre no mundo, inclusive os relacionamentos. O que existe, existe porque compreendemos e exprimimos com palavras; o que sentimos ou fazemos alguém sentir e percebido e categorizado através das palavras que acariciam, machucam, constroem, destroem, aproximam ou separam pessoas que interagem (OTERO; INGBERMAN, 2009, p. 400).

É usual a prática do treino de comunicação na clínica, pois visa criar um ambiente seguro de diálogo entre o casal, por meio da transmissão de mensagens claras e específicas sobre o que se quer, eliminando mensagens duplas e ambíguas ou em tom de voz ríspido. Destarte, o objetivo do treino de comunicação é aumentar a correspondência entre o significado que o ouvinte atribuiu aos estímulos recebidos e o significado do que o falante queria passar (SILVA; VANDENBERGHE, 2008). Diante disso, três características de uma comunicação efetiva são sugeridas:

consciência da intenção - saber a consequência que se quer produzir com a comunicação (gesto ou fala); abertura para *feedback* - aceitar que o outro corrija a interpretação; e qualidade positiva ou negativa da comunicação - facilitar a responsabilização do emitente pela intenção e aceitação de eventual correção de interpretações, por exemplo, pela formulação positiva de pedidos de mudança, que torna o falante mais propenso a assumir a responsabilidade pelo seu pedido (ROSE, 1977 apud, SILVA; VANDENBERGHE, 2008, p. 166).

Partindo desse entendimento, o treino de comunicação é usualmente desenvolvido por meio de oficinas, com um ou mais casais que apresentam como meta ensinar habilidades de troca de mensagens positivas, de comunicar-se de maneira focalizada e específica, e habilidades de dar e receber *feedback*. Para tanto, são desenvolvidos métodos de discussões didáticas, modelação pelos terapeutas e dramatizações no grupo. Vários temas são trabalhados durante cada sessão, como solicitar uma resposta do ouvinte depois de ter falado, parafrasear o que o outro falou, troca de papéis, entre outras possibilidades (SILVA; VANDENBERGHE, 2008).

Outra proposta de intervenção da IBCT é a promoção de mudança de comportamento, que parte de um problema formulado pelo casal e pela negociação de soluções e consequente implementação de um acordo de mudança. Pontua-se que este acordo se transformará em uma regra. Nesse contexto, o terapeuta mantém a regra no processo terapêutico, mas esse acordo precisa ser mantido pelo casal, para que ocorra, dessa forma, um reforço natural (ASSE; GARCIA, 2007).

Asse e Garcia (2007), citando Jacobson e Christensen (1996), apresentam o procedimento para se chegar à aceitação e à mudança, na qual denominaram esse processo como “elaboração da formulação” pelo terapeuta. Essa formulação consiste em três componentes a serem incorporados pelo casal, quais sejam: um tema, um processo de polarização e uma armadilha mútua.

No que se refere ao tema, este consiste na descrição do conflito primário ou mais conflituoso do casal. A identificação do tema central é importante para focalizar os comportamentos a serem modificados e generalizados em outros âmbitos da relação conjugal. Acredita-se que quando um dos parceiros modifica seu comportamento, conseqüentemente, o comportamento do outro também é alterado (ASSE; GARCIA, 2007).

O processo de polarização é descrito como um procedimento destrutivo de interação presente nos conflitos. Os casais que buscam atendimentos, geralmente transformam as diferenças em deficiências, acarretando no desaparecimento de reforçadores positivos anteriores, maximizando estímulos aversivos (ASSE; GARCIA, 2007).

Quanto a armadilha mútua, esta é a situação em que o casal se encontra em decorrência do processo de polarização (não saber lidar com as diferenças). O principal objetivo da IBCT é que os casais adotem a “elaboração da formulação”, para que se “transformem transformando durante o tratamento” (ASSE; GARCIA, 2007, p. 52). Assim, o casal experimenta a possibilidade de libertar-se de suas culpas, comportamentos de acusação, permitindo a si mesmos e ao parceiro a aceitação e a mudança (ASSE; GARCIA, 2007).

Terceira onda da BCT

Por fim, tem-se a *Functional Analytic Psychotherapy* (FAP) que, juntamente com a Terapia de Aceitação e Compromisso – ACT, são conhecidas como terapia da terceira onda. Essas psicoterapias são caracterizadas pela ênfase dada ao comportamento verbal que ocorre durante as sessões de terapia. Nessa direção, a mudança clínica está atrelada a aspectos da relação terapêutica, uma vez que a ênfase está no relacionamento entre terapeuta e cliente (casal ou não) como um componente-chave para as mudanças necessárias (SILVA-DIAS, 2015).

Silva-Dias (2015, p.15) afirma que “o mecanismo de mudança da FAP trata justamente de interações entre terapeuta e cliente no aqui/agora da sessão, isto é, da resposta contingente do terapeuta aos comportamentos clinicamente relevantes (CRBs)”. Assim, o reforço de comportamentos alternativos é o método que torna possível a mudança do cliente. Isso posto, os efeitos do mecanismo de mudança proposto pela FAP são alcançados por meio do processo de modelagem do

comportamento do cliente no *setting* terapêutico, uma vez que o terapeuta tem acesso direto ao comportamento que ocorre no aqui/agora.

Em relação ao uso da FAP no tratamento de casais, destaca-se o manejo dos comportamentos clinicamente relevantes, os CRBs, que são divididos em três tipos: CRB1 (problemas do cliente que ocorrem na sessão); CRB2 (progressos do cliente que ocorrem na sessão) e CRB3 (interpretações do comportamento segundo o próprio cliente).

Os relatos dos problemas do casal em seu cotidiano fornecem uma gama extensa de amostras que, por sua vez, dão indícios de que as ações apresentadas pelos parceiros em sessão podem ser potenciais CRBs. Diferentemente da terapia individual, a terapia de casal conta com um ambiente natural ainda mais rico em amostras de interações na própria sessão de terapia. Isso é particularmente importante já que o ambiente terapêutico constitui-se no momento e lugar para a apresentação do CRB1, CRB2 e do CRB3, sendo funcionalmente semelhante a ambientes naturais extra consultório e por isto, aumentando a probabilidade de generalização do comportamento-alvo (SILVA-DIAS, 2015, p. 18).

De acordo com Silva-Dias (2015) a utilização da FAP no tratamento conjugal é mais aconselhada se comparadas aos processos de terapias comportamentais tradicionais (TBCT e IBCT), pois há uma preocupação com o aqui/agora da sessão psicoterápica. Partindo desse pressuposto, a autora explana que na FAP raramente ocorrem sessões individuais, uma vez que essa prática minimiza amostras do ambiente natural do casal. Assim, são priorizadas sessões conjuntas por facilitar o desenvolvimento de um ambiente aproximado do contexto natural de cada casal, e isso não impede que aspectos individuais sejam abordados e trabalhados.

Da mesma forma como a FAP no tratamento individual, a FAP no tratamento com casais presume algumas regras para a orientação dos terapeutas. A respeito dessas regras, cabe destacar sucintamente: *A)* Observar os CRBs no *setting* terapêutico, tanto públicos como encobertos (experiências emocionais privadas), as respostas de um parceiro em relação as atitudes do outro e também a interação do casal entre si durante a sessão; *B)* Evocar CRBs, sendo que a relação terapeuta/cliente deve evocar CRB1 e estabelecer condições para o desenvolvimento de CRB2; *C)* Responder de forma ativa e efetiva aos CRBs; *D)* Perceber o efeito do comportamento do terapeuta em cada parceiro e na relação entre os parceiros; e *E)* Fazer interpretações acerca das variáveis que afetam os comportamentos dos parceiros, ou seja, realizar análises funcionais daquilo que mantém as dificuldades e os avanços do casal, bem como implementar estratégias de generalização.

Lettiere (2015) discorre acerca das habilidades que um analista do comportamento precisa estar munido para tornar-se um terapeuta de casal. Segundo a autora, o primeiro aspecto é a formação sólida em Behaviorismo Radical, Análise Experimental do Comportamento e Análise Aplicada do Comportamento, sendo que o conceito da análise funcional é o mais enfatizado, bem como à habilidade de aplicá-lo como técnica. De acordo com Lettiere (2015) é através de análises funcionais precisas do casal em atendimento que o terapeuta poderá descrever, em termos funcionais, os comportamentos do cliente, detalhando topografia, frequência, local e função destes comportamentos.

Outra habilidade destacada por Lettiere (2015) para o terapeuta de casal refere-se à capacidade de construir uma relação terapêutica consistente e satisfatória entre ele e o casal em atendimento. Empatia, sinceridade, cordialidade, respeito, entusiasmo são habilidades positivas indispensáveis para o bom andamento da psicoterapia. Em contrapartida, algumas ações negativas devem ser evitadas nos atendimentos, tais como, pressão para revelação de dados muito pessoais, imposição de valores e abuso de poder.

Silva-Dias (2015), após uma revisão bibliográfica acerca das produções científicas com casais em crise, explana que tem ocorrido um grande progresso nessa área ao longo dos anos, no entanto, ainda percebe-se uma estagnação no campo de intervenção quando comparado ao conhecimento conquistado. Segundo a autora, a compreensão de como os relacionamentos mudam ainda é incompleta e a habilidade de ensinar casais a preservar e proteger seus relacionamentos de intimidade não é totalmente satisfatória.

Silva-Dias (2015) levanta um posicionamento de que parte do conhecimento produzido até o momento não se aplica completamente ao contexto vivenciado pelo terapeuta e o casal, por ser muito rígido e tecnicista. Segundo a autora, parte dessa estagnação atual pode ser observada por meio da homogeneidade dos programas de educação para casais, nos quais os objetivos do programa são alcançados sempre pelos mesmos métodos, com predomínio do treino das mesmas habilidades (frequentemente as habilidades de comunicação), nos mesmos ambientes e com as mesmas medidas de resultados (comunicação e satisfação no relacionamento).

Nesse contexto, ela defende que as metodologias deveriam se diversificar mais, assim como, serem desenvolvidos novos procedimentos na terapia de casais, gerando, assim, mudanças no paradigma do modelo de psicoterapia proposto até o

momento, bem como a oferta de maior flexibilidade ao terapeuta em sua prática, do que simplesmente um protocolo de intervenções específicas.

2.3.2 Uso de filmes na psicoterapia comportamental

Diversos campos do saber científico têm se utilizado dos recursos cinematográficos como método didático-pedagógico, como a física, química, história, entre outros. A psicologia não se ausenta desse cenário, sendo considerável o uso de filmes para fins tanto educacionais como terapêuticos. De-Farias e Ribeiro (2014) elucidam que a prática de analisar filmes não é uma novidade, uma vez que presencia-se inúmeras seções de eventos culturais, revistas e jornais envolvendo resenhas de filmes e livros. Segundo os autores, professores universitários lançam mão dessa estratégia a fim de demonstrar princípios teóricos abordados em aulas expositivas e leituras textuais. Acrescentam que a generalização dos comportamentos e princípios aprendidos articulados à situações reais por meio de recursos alternativos facilita o ensino, sendo mais reforçador o aprendizado.

Ribeiro (2016) afirma que muitos recursos de ensino utilizados nos cursos de Psicologia não possibilitam o aluno encontrar situações cotidianas que envolvam conceitos comportamentais, como condicionamento operante, modelagem, controle de estímulos, entre outros. Segundo a autora, aplicações práticas e observações desses princípios em atividades diárias que se aproximem da realidade do aluno, assim como exercícios de análises de vídeos ou filmes, são exemplos de recursos didáticos que podem facilitar a compreensão, utilidade e a importância da aplicação desses conceitos no âmbito acadêmico.

Nas intervenções psicoterápicas é frequente o uso de metáforas, paradoxos e exercícios vivenciais para que os clientes tenham modelos comportamentais ou simples disparadores de diálogos que envolvam alguma temática trabalhada no *setting* terapêutico. De acordo com Oliveira e Costa (2015) a metáfora, em especial, pode atuar como uma analogia ao problema do cliente, permitindo que o sujeito encare sua própria vida a partir de uma nova perspectiva, sendo afetado de uma maneira mais emocional. Segundo essas autoras, por serem contadas através de histórias, as problemáticas tornam a compreensão mais fácil, atraentes e constroem redes relacionais mais coerentes, intensas e flexíveis.

Nesse aspecto, cabe salientar que um analista do comportamento em um contexto de clínica, após a identificação das contingências mantenedoras do

comportamento “indesejado”, também pode se utilizar de películas com o objetivo de trabalhar aspectos relevantes no que concerne à queixa levantada pelo cliente. Insta frisar que o uso de filmes em intervenção terapêutica ficou conhecido com o termo cinematerapia (OLIVA; VIANNA; LOTUFO-NETO, 2010).

Desse modo, as películas podem fornecer modelos comportamentais que operarão como referência para o cliente, tendo em vista que alguns indivíduos possuem um escasso repertório comportamental. Logo, os filmes também são um importante instrumento que possibilita a visualização de modelos comportamentais específicos.

Assim, o terapeuta construirá conjuntamente com a pessoa um plano de ação para substituição dos comportamentos indesejados. O filme atuará como um instrumento de demonstração de eventos e demandas semelhantes às problemáticas dos clientes, sendo disparador de diálogo e modelo acerca de temas corriqueiros da vida e que estão em pauta no *setting* terapêutico (OLIVA; VIANNA; LOTUFO-NETO 2010).

De acordo com Oliveira e Costa (2015), uma das maneiras mais eficazes de contar histórias na cultura ocidental consiste na projeção de filmes. Oliva, Vianna e Lotufo-Neto (2010), após uma revisão de literatura acerca do uso de filmes em psicoterapia, elucidam que o terapeuta precisa estar atento a algumas especificidades. Por exemplo, assim como qualquer outra tarefa de casa proposta pelo terapeuta, o profissional precisa incentivar o cliente a trabalhar ativamente sobre um problema em pauta no filme, preparando-o adequadamente, deixando claro o propósito, bem como realizar as discussões sobre a película assistida o mais rápido possível.

Oliva, Vianna e Lotufo-Neto (2010) afirmam que os filmes seriam indicados para reforçar uma ideia previamente introduzida na terapia e principalmente para estimular a autocrítica do cliente. No que refere as vantagens dessa intervenção psicoterápica, os autores destacam a alta aderência por parte do cliente, uma vez que filmes são, geralmente, divertidos, exigem pouco tempo e despertam a curiosidade. É uma tarefa de fácil acessibilidade e por ser multissensorial, facilita a linguagem, podendo ser vista por pacientes com dificuldade de concentração, baixo nível de escolaridade e em diferentes locais. Somado a isso, possui maior disponibilidade de interação do paciente com os familiares. Há familiaridade com a atividade proposta, pois ver filmes e conversar sobre eles faz parte do cotidiano. E,

por fim, melhora a relação terapeuta-paciente, já que a película passaria a ser uma experiência comum aos dois.

Os efeitos terapêuticos da cinematerapia, segundo Oliva, Vianna e Lotufo-Neto (2010) podem acontecer de diferentes maneiras: melhora da comunicação entre cliente-terapeuta, compreensão mais profunda da problemática trabalhada e a criação de metáforas terapêuticas significativas que apreendem a essência de determinada queixa.

Quanto às contraindicações, Oliva, Vianna e Lotufo-Neto (2010) elucidam que alguns grupos não atingem um resultado significativo com o uso de filmes, a saber: crianças da primeira e segunda infância; pacientes com transtornos mentais graves; casal com história de violência, pois há o risco de haver uma reação imprevisível diante de uma película; pacientes que passaram, recentemente, por situações traumáticas semelhantes aos personagens do filme.

3 A HISTÓRIA DE NÓS DOIS

“A história de nós dois” (The Story of Us) é um filme produzido e dirigido em 1999, nos EUA, por Rob Reiner, Jessie Nelson e Alan Zweibel, do gênero comédia romântica e estrelado por Bruce Willis e Michelle Pfeiffer. Na película é apresentada a história de Ben (Bruce Willis) e Katie Jordan (Michelle Pfeiffer), um casal que após 15 anos de relacionamento enfrenta uma crise no casamento. No desenrolar da trama, o casal decide, após varias tentativas frustradas, que a melhor solução para os seus conflitos é a separação. O cenário da trama transcorre durante o período de férias (três meses) dos filhos, Josh (Jake Sandvig), de 12 anos de idade, e Erin (Colleen Rennison), de 10 anos, que costumavam ir, anualmente, para um acampamento de verão. Frente a esse contexto, o casal organiza a dissolução conjugal, resolvendo assuntos como questões legais, mudança de residência e se preparam para dar essa notícia aos filhos da melhor forma possível.

No decorrer do filme o casal começa a analisar o casamento e a relembrar situações que atravessaram juntos - algumas tristes, outras engraçadas - numa abordagem leve e sensível às problemáticas cotidianas de um casal. Parte da história acontece em narrativa de primeira pessoa. Durante o filme, muitas conversas acabam em brigas, trocas de acusações e julgamentos. Em uma dessas brigas, eles descrevem inclusive os vários processos terapêuticos de casal aos quais eles se submeteram.

Para os dois adultos, brigar tornou-se uma condição e não mais uma exceção, onde a única opção foi uma retirada para campos neutros. Durante esse afastamento, Ben e Katie refletem sobre o valor de sua história compartilhada – a dança, aperfeiçoada com o passar dos tempos, que se os tornaram “nós”. (*Trecho da Sinopse - DVD*).

“A história de nós dois” representa um bom recurso para os psicoterapeutas que trabalham com atendimento a casais, pois apresenta contribuições para analisar os relacionamentos conjugais, bem como oferece modelos comportamentais para os casais em atendimento.

A seguir, serão apresentados alguns temas que envolvem Habilidades Sociais Conjugais considerados importantes para um relacionamento íntimo satisfatório, para tanto será apresentada cenas do filme “A história de nós dois” para ilustrar essa articulação.

Tema 1: Família de Origem

Uma dificuldade presente nos relacionamentos conjugais consiste na relação mantida com a família de origem dos cônjuges, bem como os padrões comportamentais aprendidos e reproduzidos por essa instituição, que acabam afetando a relação atual. Nesse contexto, destaca-se que a família de origem pode exercer direta ou indiretamente um papel relevante no casamento, uma vez que incorpora a rede social dos parceiros e atuam como fontes importantes de reforçadores e modelos comportamentais.

Oliveira (2012) sintetiza que as experiências vividas nas famílias de origem estão proporcionalmente associadas ao ajustamento conjugal uma vez que são transmissoras de crenças, mitos e modelos parentais.

A história de um casal está associada, entre outras, a duas histórias individuais, às histórias familiares, além de estar relacionada à própria história que os cônjuges constroem a partir de suas escolhas. Ainda que haja muitas divergências e discordâncias no relacionamento conjugal, é possível construir uma história de vida que contemple o amor e o desejo, de ambos os cônjuges. Estabelecer uma alquimia íntima própria capaz de enfrentar o difícil convívio da individualidade com a conjugalidade é o grande desafio para quem quer construir uma História de Nós Dois (Oliveira, 2012, p. 132).

Exemplo da influência que a família de origem pode exercer no relacionamento conjugal, pode ser evidenciado durante uma discussão entre Katie e Ben, quando imaginariamente, surgem os pais de ambos na cama do casal. Na conversa são reproduzidas falas típicas dos seus pais. *“Lembra quando aquele psicanalista freudiano disse que quando duas pessoas vão pra cama, na verdade estão levando seis pessoas, o casal e os seus pais? Ninguém disse que seria fácil!”* (Katie). *“Katie, você se tornou igual a tua mãe, tudo tem horário, tudo tem lugar. Nada pode ser espontâneo! [...] Nos últimos anos em que Katie abria a boca eu só ouvia a mãe dela”* (Ben).

No filme, nota-se que o casal reproduz muitos comportamentos aprendidos com a família de origem, acarretando discussões e desentendimentos. Quando um casal se forma, é necessário uma adaptação aos novos estilos construídos por essa união, bem como o respeito à família do parceiro, tendo em vista que cada grupo possui características e culturas distintas. Uma relação harmônica com os membros familiares e as características típicas de cada um também são aspectos importantes para a satisfação conjugal.

Katie e Ben não encontraram comportamentos alternativos para lidar com as influências familiares e as características semelhantes dos genitores. Possivelmente, desde o namoro, essa relação não foi construída adequadamente, uma vez que no início da relação é aconselhado que a interação entre as famílias se organize de forma produtiva, possibilitando o conhecimento dos integrantes, o modo de organização familiar, repertórios comportamentais assertivos e padrões geracionais funcionais.

Destaca-se ainda que um comportamento é formado por meio da experiência individual, por regras ou por modelos. Nesse contexto, quando um casal é formado, cada sujeito traz consigo modelos de como seria uma união conjugal e a forma como deveria agir com o parceiro, que na verdade, foi aprendido na relação com a sua própria família de origem. Diversos comportamentos aprendidos podem ser inadequados para o contexto atual, mas representa a maneira que aquele sujeito aprendeu como sendo adequada.

Na terapia, o analista deve procurar entender os motivos que levam o indivíduo a agir de tal forma, procurando entender as raízes do comportamento a partir da identificação das variáveis estabeledoras e mantenedoras dos comportamentos. Dessa forma, configura-se como uma ocasião que possibilita que o cliente perceba que a forma como age pode estar atrelada a modelos comportamentais aprendidos durante a vida e que não se justificam no contexto atual.

Para desenvolver interações produtivas com a família de origem é necessário HS empáticas, expressão de sentimento positivo e de comunicação. Esse repertório pode ser construído no início do relacionamento para que se possam evitar problemas futuros. Entretanto, caso se perceba déficits já instaurados nessas habilidades são indicados treinamentos que ampliem o repertório conjugal, como é o caso do casal Katie e Ben, considerando que eles não dispõem de repertórios comportamentais assertivos para lidar com situações de adversidade, o que acaba gerando conflitos e, como consequência, o afastamento do casal.

Em um processo psicoterápico, o analista pode utilizar-se de mecanismos que possibilitassem uma compreensão mais abrangente da situação vivenciada pelo casal. Treinamentos para a aprendizagem assertiva de expressão de sentimentos seriam importantes dispositivos para que os cônjuges abordem temas

desagradáveis envolvendo a família de origem sem, no entanto, magoar o parceiro ou atingir a família do outro.

Tema 2: Comunicação e Expressão de Sentimentos Positivos

Destaca-se que, um componente recorrente na relação de um casal consiste na dificuldade de expressar afetos e sentimentos. No filme, Katie revela que a falta de diálogo e o silêncio acabam fazendo parte da relação quando a comunicação já está prejudicada: *“Os piores silêncios são aqueles cheios com tudo que foi dito, dito errado, dito 300 vezes... Até que a briga vira a condição, não a exceção. E de repente torna-se a linguagem da relação”* (Katie).

Diante dessa cena, nota-se que o casal encontra-se em um momento da relação amorosa em que prevalecem as brigas, os desentendimentos, um não escuta o outro, verbalizam críticas e ofensas sem, no entanto, valorizar o que o outro tem de melhor. O diálogo se torna exceção e as conversas se tornam campos de batalhas, onde um quer vencer o parceiro em lugar de caminhar na mesma direção. Essas brigas são mostradas em vários *flashs* durante o filme, apresentando queixas como “você não está me ouvindo”, “você é tão crítica”; “eu cuido de tudo aqui”; “você não esquece nada”; “Você é perfeita, eu não”, entre outras.

Oliveira (2012) aponta que a expressão das emoções consiste em um dos aspectos vitais na relação de casal, uma vez que constitui um dos aspectos cruciais na comunicação a dois. Villa (2005) aborda que a classe de habilidades para expressão de sentimento positivo, caracteriza-se pelo caráter positivo que denota saúde e equilíbrio emocional nas relações interpessoais e satisfação com os comportamentos apresentados pelo outro. Outrossim, o desempenho desta habilidade demanda um maior uso dos componentes não verbais, como gestos, expressão facial, toques.

Outro aspecto característico nesses conflitos refere-se a incapacidade ou dificuldade em resolver problemas de forma satisfatória devido déficits na comunicação. Desse modo, o casal acaba acumulando brigas e problemas não resolvidos durante o relacionamento. Assim, na tentativa de resolverem seus conflitos, acabam por agravar ainda mais a situação, ou desencadeiam um novo problema. Nessa direção, a falta de habilidade de comunicação se torna particularmente destrutiva, podendo gerar, potencializar ou manter problemas

conjugais. Por outro lado, a comunicação eficaz atua como um dos pré-requisitos para uma boa negociação (SILVA; VANDENBERGHE, 2008).

Essa característica é visivelmente acentuada entre Katie e Ben, durante as conversas encenadas, há sempre a presença de discussões inacabadas e sobreposição de brigas. Com isso, os problemas vão deteriorando o diálogo e, conseqüentemente, a relação vai sendo afetada.

Existem alguns comportamentos desencadeantes de conflitos numa relação conjugal, denominados de gatilhos, que deveriam ser evitados para se atingir uma comunicação equilibrada. Exemplos desses gatilhos são: críticas, exigências, acúmulo de aborrecimentos e mágoas e rejeição. Surge então, um ambiente coercitivo entre os parceiros, em que o aumento na troca de estímulos aversivos leva a uma redução concomitante na habilidade dos parceiros para mudar o comportamento um do outro (SILVA; VANDENBERGHE, 2008).

Mediante o exposto, nota-se que, pela fragilidade na comunicação entre o casal do filme, os laços afetivos se tornam precários. Conversas que deveriam resultar em entendimentos e resoluções de problemas cotidianos acabam finalizando em discussões. Esse quadro reflete, diretamente, na qualidade do relacionamento amoroso, uma vez que prevalecem mais momentos aversivos, chegando ao ponto em que há o aumento de esquivas ou fugas de tais situações para evitar contato com conseqüências desagradáveis, restando apenas o silêncio.

Diante de uma situação que demanda construção de diálogo entre o casal, seja para resolver questões da família ou para solucionar aspectos íntimos/amorosos dos cônjuges, os personagens evitam tais momentos para não entrar em contato com aspectos aversivos (brigas, gritos, ofensas), preferindo se retirar para a zona do silêncio. Desse modo, ambos fingem estar tudo bem, alimentam mágoas, ressentimentos e desgostos, sem verbalizar para o outro e seguem em frente sem de fato resolver a causa dos conflitos.

No âmbito clínico, ao perceber que o casal possui déficits na área de comunicação, o analista do comportamento desenvolverá estratégias que permitam os cônjuges desenvolverem os elementos básicos para comunicar adequadamente com o parceiro, trabalhando aspectos como fazer e responder a perguntas; pedir e dar *feedback* nas interações sociais; iniciar, manter e encerrar conversas; gratificar e elogiar. Quando as dificuldades no campo da expressão de sentimento positivo, o

profissional trabalhará aspectos como importância da amizade e companheirismo entre o casal, expressar solidariedade e cultivar o amor entre os parceiros.

Tema 3: Assertividade

Assertividade é um aspecto importante na interação conjugal, uma vez que o indivíduo expressa seus sentimentos e pensamentos para outra pessoa sem magoá-la, tendo em vista que essa expressão se dá em tom de voz adequado, sabendo falar e ouvir o outro, atingindo seus objetivos sem prejudicar interações futuras. As respostas assertivas incluem: expressão direta de pensamentos e sentimentos, escuta do outro, elaboração de questões abertas, objetivando conhecer as opiniões e desejos do outro, frases curtas e diretas, distinção entre fatos e opiniões x sugestões e críticas construtivas que, centram-se na ação do outro e não na culpa excessiva (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2001, 2011, 2012; CABALLO, 2012).

No longa, é possível perceber vários momentos em que uma postura assertiva evitaria conflitos entre o casal. Katie sempre reclamava que o esposo era bagunceiro, desorganizado, não seguia horários e sempre se esquecia de verificar a água do carburador do carro. No entanto, todos os apontamentos que Katie levantava estavam permeados por alteração no tom de voz, cobranças e críticas. Desse modo, seus desejos não eram aceitos ou atendidos, uma vez que eram apresentados de maneira inapropriada, causando desconforto ou falta de entendimento do parceiro.

No decorrer do filme, o personagem Ben, visto longe das supervisões da esposa, morando sozinho, se vê compelido a agir de uma forma diferente do que era habituado. Ben compra um relógio para se ater aos horários e compromissos marcados; organiza a própria geladeira e o ambiente doméstico; começa a dar valor às rotinas necessárias do dia-a-dia. Por experiência, o personagem acaba entendendo os motivos que levavam a sua esposa a cobrar certos posicionamentos que, por não terem sido expressos de uma forma compreensível para ele, foram apreendidos com a experiência diária longe do contexto conjugal.

Nessa situação, pode-se perceber que o aprendizado ocorreu por experiência, pelo distanciamento do parceiro conjugal. Essa aprendizagem também recebeu um ambiente propício sem a separação, desde o parceiro que sentir-se prejudicado ou incomodado com certos comportamentos, saiba/aprenda transmitir seu desejo de forma adequada.

Outro aspecto que envolve a HS assertiva presente no filme em tela, refere-se ao aspecto de como o casal lida com as decisões e escolhas da vida comum. Katie, em um de seus relatos, afirma que seu casamento era desenhado conforme os interesses do companheiro. *“O problema no casamento é que se uma pessoa é sempre Harold (personagem da literatura dos EUA), desenhando o mundo como ele quer, a outra pessoa não tem escolha além de desenhá-lo como ele é. Por isso nunca escreveram um livro sobre a esposa de Harold” (Katie).*

Frente a esse contexto, percebe-se que Katie não expressava sua percepção em relação aos seus desejos e interesses para o esposo, preferindo acompanhá-lo ao invés de expor sua opinião. Nota-se uma postura passiva nesse exemplo, em que a personagem não consegue expressar seus desejos e posicionamentos, suas necessidades são então ignoradas ou anuladas.

O profissional, ao perceber uma demanda que envolva déficit na área da assertividade, atuará na compreensão integral dessa fraqueza a fim de potencializar e/ou desenvolver tal habilidade por meio de treinos específicos, como: ajudar o indivíduo a assegurar que os seus direitos não sejam violados, bem como reconhecer os direitos dos outros; comunicar a sua opinião de forma confiante, sem ferir ou agredir o parceiro; recusar pedidos incongruentes e realizar pedidos razoáveis; evitar conflitos agressivos desnecessários; entre outros.

Tema 4: Civilidade e Empatia

As HS de civilidade compõem uma classe de comportamentos relacionados ao que o senso comum denomina “boa educação”. São desempenhos simples, padronizados segundo o contexto em que ocorrem, envolvendo habilidades (dizer por favor, agradecer, pedir licença) que são requeridas em encontros breves, situações de pouca intimidade ou envolvimento emocional (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2001).

No filme nota-se momentos cruciais em que os desejos e pedidos são realizados de forma equivocada, carregada de cobranças e em tom de grosseria. Uma cena específica consiste no momento em que a família está se dirigindo ao acampamento de férias, há uma casa sendo deslocada em um carro à frente, o pai e os filhos começam a brincar e fazer piadas com esse evento nada comum, no entanto, Katie começa a gritar e ordenar que o esposo ultrapasse o veículo. Com os gritos e a maneira como foi ordenada aquela ação, todos no carro permanecem em

silêncio, inclusive os filhos, o clima que antes estava permeado por felicidade, se tornou descontentamento.

Mediante essa situação, pode-se notar que se o pedido acontecesse de maneira mais sutil e com gentileza, o clima da viagem não teria sido afetado. Todavia, é preciso estar atento ao contexto situacional de quem emitiu o pedido, tendo em vista que nem sempre será possível emitir comportamentos adequados em todas as circunstâncias. Ocasões antecedentes, como exposições a eventos estressores, podem dificultar o controle das emoções diante de situações aversivas.

Ressalta-se que outra classe especialmente importante no contexto conjugal consiste nas habilidades empáticas. Uma definição empregada por essa habilidade é “a capacidade de compreender e sentir o que alguém pensa e sente em uma situação de demanda afetiva, comunicando-lhe adequadamente tal compreensão e sentimento” (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2001, p. 86). Nesse contexto, a empatia envolve três componentes básicos: o cognitivo (interpretar e compreender os sentimentos do outro); o afetivo (experenciar a emoção do outro); e o comportamental (expressar compreensão e sentimentos relacionados à demanda do outro) (VILLA, 2005).

Villa (2005) expressa que, dentre os componentes desta classe, podem ser particularmente relevantes para o contexto conjugal as habilidades de expressar compreensão, oferecer apoio, validar e refletir os sentimentos do outro. Logo, a acuracidade empática, via de regra, representa um importante pilar para as relações íntimas, estando associada a uma maior estabilidade e satisfação na relação.

Sardinha, Falcone e Ferreira (2009, p. 400) elucidam que a empatia contribui para maior qualidade no casamento, uma vez que “promove maior entendimento na interação, diminuindo a possibilidade de rompimento, intensificando o afeto, aliviando a angústia da outra pessoa, bem como aumentando a auto-estima e a aceitação do cônjuge que manifesta empatia”. Segundo os autores, essa habilidade influencia diretamente a interação conjugal, na medida em que, quando o companheiro busca perceber os acontecimentos sob a ótica do outro, muitos atritos podem ser evitados ou minimizados, a interação se torna mais fácil e, conseqüentemente, os problemas são resolvidos de forma mais harmônica.

No longa, em várias discussões entre o casal é notado frases que expressam ausência de compreensão com o companheiro. Ben deseja ser ouvido, sem críticas, cobranças, desconfianças, bem como praticar atividades espontâneas, sem seguir

regras e horários. Katie almeja ser compreendida como quem desenvolve muitas tarefas durante o dia, que a organização facilita as suas atividades e estar indisponível para satisfazer alguns dos desejos do marido é normal algumas vezes.

Nesse impasse, os cônjuges não param para perceber o desejo e a vontade do outro, não tentam se colocar no lugar do outro e compreender de fato as reais intenções e motivos do parceiro. Em um momento em que o casal já está morando em lugares distintos, Ben vai ao encontro de Katie, após refletir vários momentos vividos por ele e afirma: *“hoje eu me vi pelos seus olhos”*. Essa frase representa uma importante compreensão de Ben acerca das situações vivenciadas pelo casal. Ele, de fato, se colocou no lugar da esposa e percebeu que nem sempre ele era o detentor da razão.

O terapeuta de casais, ao notar dificuldade nas HS de civilidade, auxiliará no desenvolvimento ou aprimoramento de cortesias importante para o relacionamento, que incluem as habilidades de apresentar-se, cumprimentar, despedir-se e agradecer, utilizando formas delicadas de conversação, inserindo termos como: por favor, obrigado, desculpe-me.

Tema 5: Atividades cotidianas

Ressalta-se que, no casamento contemporâneo, aliado ao investimento dos cônjuges no âmbito profissional, há a necessidade do compartilhamento dos afazeres domésticos, uma vez que ambos trabalham fora. Nesse contexto, a divisão de tarefas entre o casal pressupõe que este apresente bons níveis de adaptabilidade para que essa divisão seja realizada de forma equilibrada entre os cônjuges. Quando ocorre um desequilíbrio, há uma sobrecarga em um dos parceiros, ocasionando sofrimento (HECKLER; MOSMANN, 2016).

A sobrecarga de atividades, pode ser ilustrada por meio de um trecho do filme em que a esposa sente que acumulou muitos papéis e atividades que poderiam ser compartilhados com o esposo. *Você não está me ouvindo? Já é difícil com duas crianças, eu não preciso de uma terceira! Eu cuido de tudo por aqui! [...] Talvez eu esteja cansada! Talvez eu tenha cuidado de 5 mil coisas durante o dia* (Katie); *Você é tão crítica! ... Eu não fiz nada certo em 15 anos!* (Ben).

Em relação a esse contexto, cabe pontuar que em muitas situações, há possibilidades de, primeiro, um dos parceiros acaba assumindo todas as funções, ou alguém realmente impor todas as atividades para o outro, não oferecendo auxílio.

Em ambos os casos, se um dos cônjuges relatar sofrimento devido esse desequilíbrio, é sinal que algo precisa ser modificado.

No exemplo supracitado, percebe-se que Katie defende que sente-se sobrecarregada, no entanto, Ben acusa que a esposa é quem toma para si essa responsabilidade. *Estou cansada de ser sempre o condutor dessa relação (Katie); Ninguém a designou! Você mesma se deu esse papel! (Ben).*

Nesse cenário, atender essa demanda em consultório requer que o psicólogo fique atento ao conjunto de variáveis que está influenciando certas ações e queixas do parceiro, bem como perceber se a sobrecarga surgiu porque um tomou as rédeas da situação, sem esperar a ajuda do outro ou se o/a parceiro/a está de fato atribuindo as responsabilidades só ao outro.

No filme também foram apresentados questões relacionadas às mudanças que ocorrem no curso de um relacionamento, algumas necessárias e benéficas, outras inapropriadas e que geram angústia. Uma das cenas apresenta o casal se questionando, em tom de cobrança, onde foi parar a garota do capacete, símbolo de irreverência, de alegria e da união do casal: *O que houve com a garota do capacete? (Ben); Acha que não me pergunto isso todo o dia? ... Ben, você ama o que nós éramos. Não pode amar o que nós nos tornamos. (Katie).*

Nesse exemplo, identifica-se a dificuldade de Ben em compreender as mudanças inerentes ao ciclo de vida do casamento e que tais transformações provocam reacomodações e estruturação na relação a dois com o passar do tempo.

Em outra passagem, Katie elucida que, com o passar do tempo, as pessoas mudam e essas transformações devem ser esperadas, pois são normais. *“A relação só dá certo se as pessoas crescem e mudam juntas”*, afirma a personagem. Almeida (2011) explica que a relação é dual, portanto, as pessoas não são vítimas de mal relacionamento, por isso cada parceiro deve assumir um parcela de responsabilidade. Os personagens precisam conhecer e compreender as fontes dos seus problemas para que busquem alternativas para solucioná-los. A mudança de um comportamento acarretará, conseqüentemente, na mudança do comportamento do outro.

Outro aspecto bastante difundido entre os casais, assim como na literatura, consiste no tema rotina. Referente a esse assunto, Almeida (2011) levanta o posicionamento de que rotinas são necessárias na relação conjugal, uma vez que estar casado com alguém remete a convivência diária com inúmeras quantidades de

pequenas rotinas que podem ser consideradas fatores de satisfação. Essa realidade envolve dividir momentos que se repetem e, por esta mesma razão, se aprimoram, podendo, em muitos casos, ser um aspecto benéfico entre o casal, momentos ricos, alegres e prazerosos, espaço fértil para a construção diária de sentimentos positivos para o casal.

Há rotinas indispensáveis e benéficas que nos permitem cumprir com regularidade, constância e pontualidade nossos deveres espirituais, familiares e profissionais, e dessa forma, proporcionam ao casal sentimentos de estabilidade e segurança. Nesta acepção, a rotina favorece a edificação de uma estrutura de vida sólida, cria um comportamento homogêneo que nos ajuda a nos emancipar da espontaneidade meramente anárquica, dos caprichos emocionais, por vezes conflituosos e perniciosos. Também proporciona aos componentes do casal maior facilidade de organização espaço-temporal e a libertação do sentimento de estresse que uma rotina desestruturada pode causar (ALMEIDA, 2011, P. 11).

No filme, um exemplo de hábitos e costumes rotineiros que acarretam tranquilidade para ambos é exemplificado em uma cena do filme na qual o casal compartilha o simples toque de pés na hora do descanso noturno, simbolizando que tudo estava bem. *Sempre achei que, apesar do que nós passássemos, mesmo sendo doloroso, se nossos pés se encontrassem sob os cobertores, mesmo com um leve toque, saberíamos que estávamos em zona desmilitarizada, que ficaríamos bem, que ainda éramos nós* (Ben).

A brincadeira criada pela família intitulada de Altos e Baixos, também representa um importante hábito construído pelo casal para conversar sobre o dia dos membros, dividir pontos negativos e positivos vivenciados por eles, sendo uma forma de ficar atentos ao que os filhos estão desenvolvendo fora de casa. Todos os dias, durante o jantar, a família conversava sobre assuntos bons e ruins enfrentados naquele dia.

O terapeuta de casais ajudará os cônjuges a identificar as rotinas que permeiam a relação, exemplificando que nem toda rotina deve ser encarada como prejudicial para o relacionamento amoroso. Em conjunto, ao perceberem que certos hábitos estão comprometendo a interação conjugal, serão traçadas estratégias que possibilitem a modificação desse contexto. Entretanto, cabe pontuar que cada história conjugal deve ser analisada em particular, haja vista que as estratégias estabelecidas precisam levar em consideração os reforçadores de cada par amoroso.

Tema 6: Percepção idealizada do casamento

O matrimônio, para algumas pessoas, pode ser vivenciado com uma série de fantasias e expectativas exageradas que não se justificam ou se concretizam no cotidiano. Fantasias como: o amor ideal; da pessoa perfeita ou predestinada que se encaixa sem nenhuma tensão, sem a necessidade de negociações e ajustes; o ideal de felizes para sempre (ALMEIDA, 2011). Todas essas expectativas e fantasias acabam diminuindo a satisfação conjugal, uma vez que, a convivência diária não concretiza essas metas ilusórias. Diante do não cumprimento das expectativas de cada um dos cônjuges, instala-se um clima de desavenças, conflitos e cobranças que acabam gerando mágoas.

Essa dimensão pode ser apresentada por meio da fala de Ben, que acreditava que viveria junto com Katie para sempre: *Pensei que as coisas fossem assim, entre eu e Katie, que ficaríamos juntos para sempre* (Ben). Outra fala que demonstra a frustração de uma ilusão desfeita é observada no discurso de Katie, *“Fico me perguntando em que momento do casamento, uma colher torna-se apenas uma colher?”*.

No que se refere ao prejuízo que as mágoas e ressentimentos podem trazer para o relacionamento quando os conflitos não são resolvidos no momento certo e se arrastam com os anos, nota-se que *“há mágoas que a gente nunca supera. E achamos que o tempo diminuirá sua presença e, até certo ponto, diminui, mas ainda dói, porque... a mágoa dói”* (Katie).

Outros aspectos percebidos nessas cenas referem-se ao aumento das expectativas em relação ao parceiro e consigo mesmo com o passar dos anos, bem como a idealização do outro, aspectos que podem ser geradores de conflito e tensão na relação conjugal.

O convívio a dois estabelece-se nas diferenças, que podem ser tanto positivas – quando são entendidas como espaços favoráveis para as possibilidades de crescimento do casal – quanto negativas, se o desafio existente no cotidiano da vida a dois se tornar impossível de ser superado, gerando frustrações diante das expectativas de cada cônjuge (OLIVEIRA, 2009, p. 43).

Os aspectos da idealização, como visto anteriormente, estão intimamente relacionados à cultura na qual o sujeito está inserido, assim como os discursos reproduzidos pela família de origem. Cabe ao psicólogo, entender os alicerces que sustentam ou motivaram a união de cada cônjuge, a fim de identificar como esse aspecto está influenciando a relação atual. Desse modo, o casal também entenderá

o que está por trás de certas cobranças ou exigências, que muitas vezes, são aspectos fantasiosos ou descontextualizados.

Quanto ao acúmulo de mágoas e ressentimentos no casamento, o profissional construirá um ambiente terapêutico propício para a exposição desses sentimentos. Assim, ambos expressaram o que sentem de forma adequada, minimizando o sofrimento e encerrando um ciclo criado.

Nesse cenário, ressalta-se a passagem final do filme, em que Katie percebe, após um tempo longe do companheiro, que o matrimônio se constrói no dia-a-dia, na reciprocidade, que não existem príncipes ou princesas na história real, e sim pessoas que se amam, que aprenderam a conviver juntos da melhor forma possível. Que ambos possuem qualidades e defeitos, e compartilham ao longo da jornada, momentos agradáveis e desagradáveis, mas que ao final, constituem um enredo único e peculiar. A trama se encerra com o casal dando uma segunda oportunidade para o relacionamento, agora mais fortes e acompanhados de reflexões e aprendizagem com os erros do passado.

Há uma história aqui e histórias não são construídas do dia para a noite. Eu gosto desta história, sei como você está quando acorda de manhã, só olhando sua sobancelha. Essa dança se aperfeiçoa com o tempo. E é mais difícil do que eu pensei que fosse, mas há mais coisas boas do que coisas ruins na nossa relação. E não devemos desistir... Vamos admitir: todos temos características irritantes. Mas, eu adoro o teu jeito... Eu te amo, eu amo a história de nós dois (Katie).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A instituição familiar passou e passa por inúmeras modificações ao longo do tempo, acarretando novas e variadas configurações. No cenário atual, evidencia-se uma fragilização nos laços afetivos, conflitos amorosos e rompimentos diádicos como subterfúgios e alternativas efêmeras. Frente a esse contexto, nota-se que cada vez mais as Habilidades Sociais Conjugais (HSC) são demandadas para se alcançar a qualidade nos relacionamentos amorosos e, por conseguinte, a satisfação conjugal.

Diante do grande número de divórcios presente no cenário brasileiro atual, bem como a crescente busca por atendimentos psicológicos por conflitivas envolvendo relacionamentos conjugais, pode-se afirmar que o desenvolvimento de uma pesquisa que se propõe a investigar as interações entre casais e a construção de um recurso terapêutico embasado no THSC para tal demanda, consiste em uma importante iniciativa social para melhoria das relações nesse âmbito.

Destaca-se, ainda, que o campo teórico-científico do THSC constitui um alicerce para aqueles que trabalham com problemas conjugais, tanto no âmbito de pesquisas, como no desenvolvimento de procedimentos terapêuticos ou programas preventivos, tais como grupos de treinamento de casais, palestras, cursos de noivos, entre outros.

Por meio desse estudo, notou-se que a literatura na área de THSC não é tão vasta como a de THS, essa realidade pode ser justificada por esta ser uma subárea recente. Por isso, sugere-se o desenvolvimento de mais estudos envolvendo THSC, uma vez que respaldará o atendimento clínico de casais com déficits nessas habilidades ou no aprimoramento de repertórios comportamentais conjugais, por sua importância.

A utilização de filmes como recursos para auxiliar no âmbito acadêmico e psicoterápico envolvendo o THSC e Análise do Comportamento é aconselhada, uma vez que, possibilita a aproximação de temas teóricos como a realidade vivencial e modelos comportamentais. Um importante filme que trabalha questões relacionais e a importância do THSC consistiu no filme “A história de nós dois”. Por meio de sua análise, foi possível discorrer acerca de temas como a família de origem, Comunicação e Expressão de Sentimentos Positivos, Assertividade, Civilidade e Empatia, Atividades Cotidianas e Percepção Idealizada do Casamento.

Ao analisar o filme, nota-se que muitos conflitos poderiam ser evitados ou amenizados se os personagens apresentassem um repertório de HSC e comportamental diversificado. O desenvolvimento de Habilidades como assertivas, empáticas, de autonomia, de comunicação, de civilidade e de expressão de sentimentos positivos seriam úteis indicadas em um processo de terapia para Ben e Katie ou para casais que encontrem em situações semelhantes.

No final da trama, o casal consegue elaborar as problemáticas e conflitos que interferiam na manutenção saudável do relacionamento por meio da experiência, optando em não finalizar a união. O processo terapêutico estabelece um ambiente favorável que possibilita o casal realizar análise de contingência da própria história, que em alguns casos encontram-se tão imersos nos conflitos que não visualizam possíveis alternativas.

REFERÊNCIAS

ABREU-RODRIGUES; J.; RIBEIRO, M. R. **Análise do Comportamento**: pesquisa, teoria e aplicação. Porto Alegre: Artmed, 2005.

A HISTÓRIA DE NÓS DOIS. Produção: Rober Reinar, Jessie Nelson e Allan Zweibel. Direção: Rober Reinar. Roteiro: Alan Zweibel, Jessie Nelson. Música: Eric Clapton, Marc Shaiman. Edição: Robert Leighton. EUA, 1999, 1 DVD (95min.), produzido por Castle Rock Entertainment.

ALBERTI, R. E. EMMONS M. L. **Comportamento assertivo**: um guia de autoexpressão. Belo Horizonte: Interlivros, 1978. Atlas, 2003.

ALMEIDA, K. F. M. et al. **Terapia de casais**. Universidade Estadual de Londrina, Londrina, Paraná, s/d. Disponível em http://www.uel.br/grupo-estudo/analisedocomportamento/pages/arquivos/TERAPIA%20DE%20CASAL_3.pdf > . Acesso em 25 de maio de 2016.

ALMEIDA, Thiago. Rotina em casais: alguns manejos comportamentais. In Pessoa, C. V. B. B., COSTA, C. E.; BENVENUTI, M. F. (Orgs) **Comportamento em Foco 1**, São Paulo: Associação Brasileira de Psicologia e Medicina Comportamental – ABPMC, | 2011, p. 9-17.

ARAÚJO, Maria de Fátima. Amor, casamento e sexualidade: velhas e novas configurações. **Psicologia: Ciência e Profissão**. Conselho Federal de Psicologia, v. 22, n. 2, p. 70-77, 2002. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932002000200009>. Acesso em 20 de maio de 2016.

ASSE, J. F.; GARCIA, M. R. Integrativecoupletherapy: uma proposta de intervenção com casais na terapia analítica comportamental. **Revista terra e cultura** - Nº 45 - Ano 23 – 2007. Disponível <http://web.unifil.br/docs/revista_eletronica/terra_cultura/n45/terra_04.pdf>. Acesso em 25 de maio de 2016.

BAUM, W. M. **Compreender o behaviorismo**: comportamento, cultura e evolução, 2. Ed. Ver. E ampl. – Porto Alegre: Artmed, 2006.

BOLSONI-SILVA, A. T. B. Habilidades sociais: breve análise da teoria e da prática à luz da análise do comportamento. UEP, Bauru, **Interação em Psicologia**, 2002, p. 233-242.

BORGES, N. B. Terapia analítico-comportamental: da teoria à prática clínica. Em: Wielenska, R. C. (Org.) **Sobre comportamento e Cognição**. Santo André-SP: ESTec Editores Associados, 2009. Vol. 24. p. 231-239.

CABALLO, V. E. **Manual de avaliação e treinamento das habilidades sociais**. São Paulo: Santos, 2012.

CARRARA, Kaster. **Uma ciência sobre “coisa” alguma**: relações funcionais, comportamento e cultura- 1 e.d- São Paulo: Cultura Acadêmica, 2015. Disponível

em <file:///C:/Users/T2015019/Downloads/Uma_ciencia_sobre_coisa_alguma-WEB%20(1).pdf>. Acesso em 02 de Abril de 2016.

CATANIA, A. C. **Aprendizagem: comportamento, linguagem e cognição**. 4ª ed. Artes, 1999.

CICCO, M. F.; PAIVA, M. L. S. C.; GOMES, I. C. Família e conjugalidade: o sintoma dos filhos frente à imaturidade do casal parental. **Psic. Clin.**, Rio de Janeiro, vol.17, n.2, P.53 – 63, 2005. Disponível em <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pc/v17n2/v17n2a05.pdf>>. Acesso em 22 de março de 2016.

COSTA, G. P. **O amor e seus labirintos**. Porto Alegre, Artmed, 2007.

COUTINHO, S. M. S.; MENANDRO, P. R. M. Relações conjugais e familiares na perspectiva de mulheres de duas gerações: "Que seja terno enquanto dure". **Psicol. clin.** 2010, vol.22, n.2, pp.83-106. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/pc/v22n2/07.pdf>>. Acesso em 16 de Abril de 2016.

DAVIDOFF, J. J. **Introdução à psicologia**. São Paulo: Mc Graw-Hill, 1983, p. 156-209.

DE-FARIAS, A. K. C. R.; RIBEIRO, M. R. (2007/2014). Prefácio da primeira edição. Em A. K. C. R. de-Farias; M. R. Ribeiro (Orgs.), **Skinner vai ao cinema**. Vol. 1 (pp. vi-vii). Brasília: Instituto Walden4.. Disponível em <http://www.walden4.com.br/livros/w4/pdf/iw4_skinner_vai_ao_cinema_v1_2a_ed_2014.pdf>. Acesso em 08 de Novembro de 2016.

DEL PRETTE, Z. *et al.* Estabilidade temporal do inventário de habilidades sociais conjugais (IHSC). **Avaliação Psicológica**, 2008, p. 67-74. Disponível em <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v7n1/v7n1a09.pdf>>. Acesso em 18 de Abril de 2016.

DEL PRETTE, A.; DEL PRETTE, Z. A. P. Enfoques e modelos do treinamento de habilidades sociais. Em: A. Del Prette, e Z. A. P. Del Prette, (Orgs.). **Habilidades sociais: Intervenções efetivas em grupo**, 2011. (p. 19-56). São Paulo: Casa do Psicólogo.

DEL PRETE, A.; DEL PRETE, Z. A. P. Habilidades sociais e análise do comportamento: proximidade histórica e atualidades. **Revista Perspectivas**, 2010, vol. 01, p. 104-115. Disponível <<http://www.uel.br/graduacao/odontologia/portal/pages/arquivos/NDE/HABILIDADES%20SOCIAIS%20E%20AN%C3%81LISE%20DO%20COMPORTAMENTO.pdf>>. acesso em 04 de junho de 2016.

DEL PRETE, A.; DEL PRETE, Z. A. P. **Psicologia das habilidades sociais: terapia, educação e trabalho**. 9. Ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

DEL PRETE, A.; DEL PRETE, Z. A. P. **Psicologia das habilidades sociais na infância: teoria e prática**. 5 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

DEL PRETE, A.; DEL PRETE, Z. A. P. **Psicologia das relações interpessoais: Vivencia para o trabalho em grupo**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2001.

DIAS, T. P.; OLIVEIRA, P. A. de; FREITAS, M. L. P. F. O método vivencial no campo das habilidades sociais: construção histórico-conceitual e sua aplicação. **Revista Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 2, p. 472-487, 2011. Disponível em: <<http://www.revispsi.uerj.br/v11n2/artigos/pdf/v11n2a07.pdf>>. Acesso em 29 de maio de 2016.

FALCKE, D.; WAGNER, A.; MOSMANN, C. Estratégias de resolução de conflito e violência conjugal. In, FÉRES-CARNERIO, T. (Org.) **Casal e Família: transmissão, conflito e violência**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2013. p. 159-176.

FÉRES-CARNEIRO, T.; MAGALHÃES, A. B. Arranjos amorosos contemporâneos: sexualidade, fidelidade e dinheiro na vivência da conjugalidade. Em, FÉRES-CARNERIO, T. (Org.) **Casal e Família: conjugalidade, parentalidade e psicoterapia**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2011. p. 161-172.

GONÇALVES, M. M. O. **Análise das contingências que atuam na manutenção dos vínculos conjugais contemporâneos**. Monografia (Trabalho de Conclusão do Curso), Psicologia, Faculdade de Ciências da Saúde – FACSdo UniCEUB – Centro Universitário de Brasília, 2007. Disponível em <<http://repositorio.uniceub.br/bitstream/235/7453/1/20161959.pdf>>. Acesso em 20 de maio de 2016.

GUTIERREZ, J. G. **Habilidades sociais conjugais de estudantes de psicologia nas relações de namoro**. 2014. Monografia (Trabalho de Conclusão do Curso), Psicologia, Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2014, 59f. Disponível em <<http://repositorio.ucb.br/jspui/bitstream/10869/4576/1/J%C3%A9ssica%20Gomes%20Gutierrez.pdf>>. Acesso em 29 de maio de 2016.

HECKLER, V. I.; MOSMANN, C. P. A qualidade conjugal nos anos iniciais do casamento em casais de dupla carreira. **Psic. Clin., Rio de Janeiro**, vol. 28, n. 1, p. 161-182, 2016. Disponível < <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pc/v28n1/a09.pdf>>. Acesso 29 de setembro de 2016.

HINTZ, Helena Centeno. Novos tempos, novas famílias? Da modernidade à pós-modernidade. **Pensando Famílias**, Porto Alegre, 2001, v. 3, n. 3, p. 8-19. Disponível em <<http://www.domusterapia.com.br/site/files/PF3HelenaHintz.pdf>>. Acesso em 16 de Abril de 2016.

IBGE- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística- Estatísticas do registro civil / – v. 41. - Rio de Janeiro: IBGE, 2014. Disponível em <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/135/rc_2014_v41.pdf>. Acesso em 22 de março de 2016.

LEAL, R. B.; CABRAL, F. J. G. Religião e sexo: do controle na idade média e sua herança na contemporaneidade. **IV colóquio de história- Abordagens**

interdisciplinares sobre história da sexualidade. Unicap, Pernambuco, 2010. Disponível em <<http://www.unicap.br/coloquiodehistoria/wp-content/uploads/2013/11/4Col-p.572.pdf>>. acesso em 20 de maio de 2016.

LETTIERE, D. Tornando-se um terapeuta de casal: habilidades necessárias para atendimentos efetivos. **Psicologia & Análise do Comportamento**, Portal Comportese, 2015. Disponível em <<http://comportese.com/wp-content/uploads/wp-post-to-pdf-enhanced-cache/1/tornando-se-um-terapeuta-de-casal-habilidades-necessarias-para-atendimentos-efetivos.pdf>>. acesso em 27 de maio de 2016.

MACEDO, Marina Zanoni; GOYOS, Celso. Seleção filogenética, ontogenética e cultural: evolução de comportamentos contingentes aos hábitos alimentares. Em: Carlos Eduardo Costa et al (Org.). **Comportamento em foco 2**. Associação Brasileira de Psicologia e Medicina Comportamental – São Paulo: ABPMC, 2013. p.25-32.

MATOS, M. A; TOMANARI, G.Y. **A análise do comportamento no laboratório didático**. Barueri/SP: Manole, 2002.

MATOS, A. M. Behaviorismo metodológico e behaviorismo radical. Em: B. Rangé (org). **Psicoterapia Comportamental e Cognitiva**, p. 27-33. Campinas, SP: Editorial Psy., 1995.

MARCONDES, M. V.; TRIERWEILER, M.; CRUZ, R. M. Sentimentos predominantes após o término de um relacionamento amoroso. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília , v. 26, n. 1, p. 94-105, 2006 . Disponível em <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pcp/v26n1/v26n1a09.pdf>>. Acesso em 14 de Março de 2016.

MEYER, S. B. Regras e auto-regras no laboratório e na clínica. Em: ABREU-RODRIGUES; J.; RIBEIRO, M. R. **Análise do Comportamento: pesquisa, teoria e aplicação**. Porto Alegre: Artmed, 2005, p.211-227.

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

MOSMANN, C.; WAGNER, A.; FÉRES-CARNEIRO, T. Qualidade conjugal: mapeando conceitos. **Paidéia**, 2006, p. 315-325. Disponível em <https://www.researchgate.net/profile/Clarisse_Mosmann/publication/262654541_Marital_quality_mapping_out_concepts/links/0a85e53c3fd7915282000000.pdf>. Acesso em 14 de Abril de 2016.

MURTA, S. G. Aplicações do Treinamento em Habilidades Sociais: Análise da Produção Nacional. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, 2005, 18(2), p.283-291. Disponível em < <http://www.scielo.br/pdf/prc/v18n2/27480.pdf>>. Acesso em 29 de maio de 2016.

NENO, Simone. Análise funcional: definição e aplicação na terapia analítico-comportamental. **Rev. bras. ter. comport. cogn.** 2003, vol.5, n.2, p. 151-165.

Disponível em <<http://www.usp.br/rbtcc/index.php/RBTCC/article/viewFile/78/67>>. Acesso em 24 de Fevereiro de 2016.

OLIVEIRA, Débora Silva. Conjugalidade e a União de Duas Histórias de Vida: Uma Discussão Ilustrada a Partir do Filme “A História de Nós Dois”. **Interação Psicol.**, 16(1), p. 125-133, 2012. Disponível em <<file:///C:/Users/T2015019/Downloads/document.pdf>>. Acesso em 12 de Setembro de 2016.

OLIVEIRA, N. H. D. **Recomeçar**: família, filhos e desafios. Editora UNESP; São Paulo: Cultura Acadêmica, 2009. 236 p. disponível em <<http://static.scielo.org/scielobooks/965tk/pdf/oliveira-9788579830365.pdf>>. Acesso em 29 de setembro de 2016.

OLIVA, V. H. S, VIANNA, A; LOTUFO-NETO, F. L. (2010). Cinematerapia como intervenção psicoterápica: características, aplicações e identificação de técnicas cognitivo-comportamentais. **Revista de Psiquiatria Clínica**, 37(3), 138-144. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/rpc/v37n3/v37n3a08>>. Acesso em 15 de Abril de 2016.

OLIVEIRA, Maxwell Ferreira. **Metodologia científica**: um manual para a realização de pesquisas em Administração. Catalão: UFG, 2011. 72 p. Disponível em <https://adm.catalao.ufg.br/up/567/o/Manual_de_metodologia_cientifica_-_Prof_Maxwell.pdf>. Acesso em 02 de Abril de 2016.

OLIVEIRA, J. M.; COSTA, N. P. Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) e cinema: proposta de intervenção a partir de “frozen” e “parcialmente nublado”. **Rev. Bras. de Ter. Comp. Cogn.**, 2015, Volume XVII no 2, 33-45. Disponível em <<file:///C:/Users/T2015019/Downloads/748-2894-1-PB.pdf>>. Acesso em 23 de maio de 2016.

OTERO, V. R. L. & INGBERMAN, Y. K. Terapia Comportamental de Casais: especificidades da prática clínica e questões atuais. Em: Wielenska, R. C. (Org.) **Sobre comportamento e Cognição**. Santo André-SP: ESTec Editores Associados, 2009. Vol. 24. p. 397-412.

PENAFRIA, Manuela. Análise de Filmes – conceitos e metodologia(s). **VI Congresso SOPCOM**, Lisboa, Abril de 2009. Disponível em <<http://www.bocc.ubi.pt/pag/bocc-penafria-analise.pdf>>. Acesso em 17 de Março de 2016.

PLENTZ, R. D.; ANDRETTA, I. A eficácia das terapias comportamentais de casal na satisfação conjugal. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, 2014, p. 30-43. Disponível em <http://www.rbp.celg.org.br/detalhe_artigo.asp?id=161>. Acesso em 25 de maio de 2016.

RIOS, M. G.; GOMES, I. C. Casamento contemporâneo: revisão de literatura acerca da opção por não ter filhos. **Estud. psicol.** Campinas. 2009, vol.26, n.2, p.215-225. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v26n2/09.pdf>>. Acesso em 14 de Abril de 2016.

RIBEIRO, M. R. “O Show de Truman”: A Escolha por um “controle mais livre”. Em, de-FARIAS, A. K. C. R.; RIBEIRO, M. R. **Skinner vai ao cinema**, Vol. 3, 1a ed. Brasília, Instituto Walden4, 2016. p. 1-8.

ROCCA, C. C. A. et al. Habilidades Sociais. Em: Leandro F. Malloy-Diniz. **Avaliação neuropsicológica**. Porto Alegre: Artmed, 2010.

SARDINHA, A.; FALCONE, E. M. O.; FERREIRA, M. C. As Relações entre a Satisfação Conjugal e as Habilidades Sociais percebidas no Cônjuge. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, 2009, Vol. 25 n. 3, p. 395-402. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/ptp/v25n3/a13v25n3.pdf>>. Acesso em 30 de setembro de 2016.

SCORSOLINI-COMIN, F.; SANTOS, M. A. Relacionamentos afetivos na literatura científica: uma revisão integrativa sobre a noção de conjugalidade. **Psicol. Am. Lat.** 2010, n.19, pp. 0-0. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1870350X2010000100009&script=sci_art_text> . Acesso em 17 de Abril de 2016.

SCRIBEL, M. C.; SANA, M. R.; BENEDETTO, A. M. Os esquemas na estruturação do vínculo conjugal. **Revista brasileira de terapias cognitivas**, 2007, vol. 3, num. 3. Disponível em <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtc/v3n2/v3n2a04.pdf>>. Acesso em 22 de março de 2016.

SIDMAN, M. **Coerção e suas implicações**. Campinas: Editorial Psy II, 1995.

SILVA, L. P.; VANDENBERGHE, L. A importância do treino de comunicação na terapia comportamental de casal. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 13, n. 1, p. 161-168, jan./mar. 2008. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v13n1/v13n1a18.pdf>>. Acesso em 29 de setembro de 2016.

SILVA, E. L.; MENEZES, E. M. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação**—4 ed. Ver. atual. Florianópolis, UFSC, 2005. 138 p. Disponível em <https://projetos.inf.ufsc.br/arquivos/Metodologia_de_pesquisa_e_elaboracao_de_teses_e_dissertacoes_4ed.pdf>. Acesso em 10 de Abril de 2016.

SILVA, L. P.; VANDENBERGHE, L. A importância do treino de comunicação na terapia comportamental de casal. **Psicologia em Estudo**, Maringá, 2008, v. 13, n. 1, p. 161-168. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v13n1/v13n1a18.pdf>>. Acesso me 26 de maio de 2016.

SILVA-DIAS, A. Y. M. **Efeitos da modelagem e da modelação do comportamento vulnerável à punição com um casal em terapia analítico-comportamental**. 2015, 123 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2015. Disponível em <<http://acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/39259/R%20-%20D%20-%20ANTONIELA%20YARA%20MARQUES%20DA%20SILVA%20DIAS.pdf?sequence=2&isAllowed=y>>. Acesso em 28 de maio de 2016.

SILVEIRA, M. L. Família: conceitos sócio-antropológicos básicos para o trabalho em saúde. **Fam. Saúde Desenv.**, Curitiba, v.2, p.58-64, jul./dez. 2000. Disponível em <<http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs/index.php/refased/article/view/4927/3751>>. Acesso em 22 de março de 2016.

SKINNER, B. F. **Ciência e comportamento humanos**. 10ª edição. São Paulo: Martins Fontes. 1ª edição 1953, 10ª edição 1998.

TAILLADE, J. J. L.; JACOBSON, N. S. A terapia comportamental de casal. Em: ELKAIN, M. (Org.), **Panorama das terapias familiares**. vol. 2, Summus, São Paulo, 1998, p. 23-54.

TORRES, N.; WIELEWICKI, M. G. **Aprendendo a construir e reconstruir uma relação a dois: repertório do casal**. Em: Wielenska, R. C. (Org.) **Sobre comportamento e Cognição**. Santo André-SP: ESTec Editores Associados, 2009. Vol. 24. Cap. 23. p. 240-248.

VANDENBERGHE, Luc. Terapia Comportamental de Casal: uma retrospectiva da literatura internacional. **Rev. Bras. de Ter. Comp. Cogn.** 2006, Vol. VIII, nº 2, 145-160. Disponível em <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtcc/v8n2/v8n2a04.pdf>>. Acesso em 25 de maio de 2016.

VILLA, Miriam Bratfich. **Habilidades Sociais no casamento**: avaliação e contribuição para a satisfação conjugal. 2005.121 f. Tese (Mestrado em Psicologia). Faculdade de Filosofia, Ciência e Letras de Ribeirão Preto/ USP, Ribeirão Preto, 2005. Disponível em <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/59/59137/tde-22012008-083741/pt-br.php>>. Acesso em 20 de Fevereiro de 2016.