



terapia por contingências de reforçamento

**Atividade:** Estudo de Caso Clínico

## **“DOS PÉS À CABEÇA” - ESTUDO DE CASO EM TERAPIA POR CONTINGÊNCIAS DE REFORÇAMENTO (TCR)**

JOÃO EDUARDO CATTANI

ITCR-Campinas

Valentina (32), solteira, cursou Administração com ênfase em RH. Concursada, trabalhava como gerente administrativa em uma escola estadual. Morava com sua mãe (63) e seu pai (62). Relatou como queixas o fato de “ser uma pessoa muito ansiosa”; “estressada” e de “não ter paciência com os outros”. Com suas intervenções, o psicoterapeuta identificou excessos comportamentais de Valentina, tais como: déficit de comportamentos que produzissem reforçadores positivos nas interações sociais, déficits para discriminar as Contingências de Reforçamento (CR) em operação, excesso de comportamentos governados por regras e baixa variabilidade comportamental. O excesso de comportamentos controlados por regras, tais como: “Tudo que começo tenho que terminar”; “Não tenho que agradar homem.”, impediam a cliente de mudar sua rotina e se adaptar socialmente, em especial com figuras masculinas. Tais regras mantinham-na em CR aversivas, com sentimento e comportamento de isolamento, de baixa autoestima, de baixa autoconfiança e de frustração. O excesso de comportamentos governados por regras também era observado em outras áreas da vida de Valentina. Tinha uma rotina estabelecida a ser seguida, que envolvia arrumar o quarto, ver determinados programas diários na televisão, colocar prendedores nas roupas de maneira específica e etc. Apresentava também um déficit no repertório de autocontrole: dizia aos outros de forma irrefletida o que “lhe vinha imediatamente à cabeça”; comprava ou consumia alimentos “impulsivamente”; levava trabalho para a casa. Apresentava baixa tolerância à frustração quando algo estava fora de seu controle. A mãe da cliente arranhou CR que contribuíram para origem e manutenção da baixa variabilidade comportamental de Valentina. “Eu fui poder sair na rua para brincar com quinze anos.”; “Tem que fazer tudo certinho se não minha mãe briga.”. O psicoterapeuta entrevistou em três áreas: discriminação das CR que envolviam as queixas atuais e a História de Contingências de Reforçamento (HCR) de Valentina, aumentando seu autoconhecimento; Reforçamento diferencial e ensaio comportamental em sessão; instruções (*tracking*) de comportamentos que, se emitidos, aumentariam a chance de produzir consequências reforçadoras, tais como responder mensagens rapidamente, ter conversas sem críticas; tolerar condições que lhe fossem adversas sem emitir comportamentos de fuga-esquiva com topografia agressiva, andar descalça e, progressivamente, deixar seus chinelos e outros objetos desalinhados. Valentina passou a apresentar maior variabilidade comportamental, desconstruir e testar novas regras, ter maior tolerância e sensibilidade ao outro.

**Palavras-chave:** Terapia por Contingências de Reforçamento (TCR); Compulsão; Comportamento governado por regra; resistência a mudanças.