



## O LUTO SOB A PERSPECTIVA DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

*Biatriz Abreu*

Bacharel em Psicologia 9º semestre – abreubiatriz@gmail.com

*Camila Fanalli*

Bacharel em Psicologia 9º semestre – camilafanalli@gmail.com

*Mariana Freitas*

Bacharel em Psicologia 9º semestre – msfreitaz1@gmail.com

*Prof<sup>a</sup>. Aline Ramminger*

Supervisora de Campo Estágio – Coordenadora Clínica de  
Psicologia – UNIVAG - aline.ramminger@univag.edu.br

*Prof. Msc. Guilherme Duarte*

Supervisor do Estágio Específico I: Políticas de Saúde – AC  
guilherme.silva@univag.edu.br

O presente trabalho discute a experiência de estágio supervisionado em Psicologia, realizado na Clínica Escola do Centro Universitário de Várzea Grande, com foco na atuação clínica fundamentada na análise do comportamento. Dentre os diversos atendimentos realizados ao longo do estágio, destaca-se o caso de uma paciente que buscou atendimento psicológico após a perda de seu filho mais novo, falecido há cerca de oito meses. Desde então, a paciente apresentava grande dificuldade em adaptar-se à nova realidade, demonstrando sintomas como tristeza intensa, retraimento social, alterações no sono e ausência de motivação para atividades antes prazerosas. O luto, neste contexto, foi entendido como um conjunto de alterações no repertório comportamental, decorrente de mudanças abruptas nas contingências de reforçamento com a ausência do ente querido.

Segundo Nascimento *et al.* (2015), o luto é um fenômeno universal decorrente de perdas significativas, mas sua vivência é altamente individualizada, sendo determinada por diversos fatores como a natureza do vínculo com o falecido, variáveis de personalidade, condições sociais, culturais e acontecimentos simultâneos que compõem o contexto da perda. Dessa forma, embora todos possam experimentar o luto ao longo da vida, cada pessoa responderá a ele de forma distinta, o que exige, por parte do terapeuta, uma escuta sensível às contingências específicas envolvidas em cada caso, evitando generalizações sobre como a dor deve ser sentida ou superada.

No caso atendido, o processo terapêutico buscou compreender os comportamentos da paciente a partir de uma escuta ativa e uma análise funcional contínua, considerando os antecedentes, respostas e consequências. Foram identificados comportamentos de esquiva experiencial, como a evitação de locais, objetos e conversas que remetessem ao filho falecido. Essas esquivas, embora reduzissem temporariamente o sofrimento, mantinham o problema ao impedir a exposição gradual a estímulos que poderiam ser ressignificados ao longo do tempo. Como apontam Nascimento *et al.* (2015), é comum que o enlutado evite o contato com estímulos aversivos relacionados à perda, o que pode dificultar a adaptação. Segundo Nascimento *et al.* (2015, *apud* Del Prette e Almeida, 2012), o *fading in* é uma técnica que consiste na apresentação gradual de estímulos inicialmente evitados, de forma que sua função aversiva seja modificada, permitindo ao cliente ampliar seu repertório diante dessas contingências.

O ambiente clínico foi construído como um espaço de escuta acolhedora, livre de punição, possibilitando que a paciente expressasse sentimentos de dor, saudade, culpa e confusão sem julgamento. A criação desse espaço é essencial para o fortalecimento do

vínculo terapêutico e para a diminuição do controle aversivo que a rede social, muitas vezes, exerce sobre a expressão emocional. Torres (2010) destaca que o terapeuta pode funcionar como uma audiência reforçadora para os relatos do cliente, promovendo o contato com eventos privados dolorosos de forma funcional, o que favorece o enfrentamento e reduz comportamentos de esquiva.

Outro ponto importante abordado nas sessões foi o impacto da perda sobre os papéis sociais da paciente. Muitas das responsabilidades anteriormente compartilhadas com o filho passaram a depender exclusivamente dela, exigindo o desenvolvimento de novas habilidades e repertórios comportamentais. Essa mudança gerou insegurança e frustração, especialmente diante da percepção de incapacidade para lidar com tarefas cotidianas. Intervenções baseadas na análise das contingências presentes foram realizadas para que a paciente pudesse gradualmente se envolver em novas atividades, possibilitando o acesso aos reforçadores que pudessem auxiliar na reconstrução de sua rotina. Como descrevem Guilhardi (2002); Del Prette e Almeida (2012), a ampliação do repertório comportamental e o contato com novos reforçadores são estratégias fundamentais no processo de superação de perdas significativas.

Também se trabalhou a possibilidade de a paciente manter uma relação simbólica com o filho falecido. Essa construção não implicou em esquecimento ou negação da importância do vínculo, mas sim em reconhecer que sua ausência física não anula o significado da relação vivida. Worden (2013) defende que o sujeito pode encontrar um novo lugar emocional para o ente perdido, sem que isso impeça o investimento em outras áreas da vida. Na análise do comportamento, isso pode ser entendido como uma transformação das funções dos estímulos associados à perda — de aversivos para discriminativos de comportamentos que produzam novos reforçadores e significados.

A análise funcional foi uma ferramenta central nesse acompanhamento, permitindo que as intervenções fossem continuamente ajustadas às necessidades da paciente. Os comportamentos foram analisados não por sua forma, mas por sua função, o que possibilitou uma compreensão mais precisa dos efeitos das contingências de reforço e punição ao longo do processo terapêutico. Como ressaltam Leonardi, Borges e Cassas (2012), o foco na função do comportamento permite uma intervenção clínica mais eficaz, baseada na modificação das variáveis ambientais e na ampliação da variabilidade comportamental do cliente.

A experiência de estágio supervisionado na Clínica Escola evidenciou a potência da análise do comportamento como abordagem para o acompanhamento de pessoas em processo de luto. A perda de um ente querido representa uma ruptura significativa na rede de reforçadores do indivíduo, o que impacta diretamente seu comportamento e bem-estar. A intervenção clínica, neste contexto, deve priorizar a promoção de novos vínculos, o contato com reforçadores positivos e a diminuição das contingências aversivas, respeitando sempre a singularidade da dor de cada pessoa.

Em síntese, o acompanhamento da paciente demonstrou que o luto pode ser compreendido como uma série de respostas moldadas por variáveis ambientais, históricas e relacionais, e que a atuação clínica baseada na análise do comportamento permite auxiliar o enlutado a reconstruir sua vida a partir da realidade da perda. O trabalho do terapeuta, nesse contexto, é favorecer o contato com novos reforçadores, ampliar o repertório do cliente, e permitir que este encontre, em sua história, significados que não bloqueiem sua possibilidade de viver, mas que integrem a perda como parte de sua trajetória. Ao contrário do senso comum, a análise do comportamento não é fria ou reducionista diante da dor, mas sim um instrumento potente e sensível para lidar com a complexidade da experiência humana.

**Palavras-chave:** Luto; Análise do Comportamento; Repertório Comportamental.



## REFERÊNCIAS

BORGES, N. B.; CASSAS, F. A. (Org.). *Clínica analítico-comportamental: aspectos teóricos e práticos*. Porto Alegre: Artmed, 2012.

BRANDÃO, M. Z.; CONTE, F. C.; MEZZAROBA, S. M. (Org.). *Comportamento humano: tudo (ou quase tudo) que você precisa saber para viver*. Santo André: ESETec, 2002.

GARCIA, M. R. et al. (Org.). *Sobre comportamento e cognição: terapias comportamental e cognitivas*. Santo André: ESETec, 2010. v. 27.

NASCIMENTO, D. C. do et al. Luto: uma perspectiva da terapia analítico-comportamental. *Psicologia Argumento*, Curitiba, v. 33, n. 83, p. 446–458, out./dez. 2015.

WORDEN, J. W. *Aconselhamento do luto e terapia do luto*. 4. ed. São Paulo: Roca, 2013.