DEPENDÊNCIA AFETIVA EM RELACIONAMENTO AMOROSO NA PERSPECTIVA DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

Ana Luisa de Jesus Alcoforado

alja.aninha@gmail.com

Estagiária do curso de Psicologia – UNIVAG – Campus Cuiabá

Hadassa Fernandes Teixeira Pereira

hadassafernandeas.ftp@gmail.com

Estagiária do curso de Psicologia – UNIVAG – Campus Cuiabá

Fernanda Cristina Gálio da Silva

fgaliodasilva@gmail.com

Estagiária do curso de Psicologia – UNIVAG – Campus Cuiabá

Janisley Teodoro Silva

janisley.teodoro@gmail.com

Estagiário do curso de Psicologia – UNIVAG – Campus Cuiabá

ISBN: 978-85-88900-14-1

Guilherme Augusto Duarte da Silva

guilherme.silva@univag.edu.br

Professor Orientador do Estágio Supervisionado Específico – Intervenção no Cotidiano I

O presente trabalho apresenta a experiência vivida por estagiários do curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVAG durante o Estágio Supervisionado Específico – Intervenção no Cotidiano I, realizado entre março e junho de 2026, na Clínica-Escola da UNIVAG, Campus Cuiabá. O estágio teve como foco o atendimento clínico fundamentado na análise do comportamento, voltado para pacientes com queixas relacionadas à dependência afetiva em relações amorosas. O propósito do trabalho foi identificar as contingências de reforçamento envolvidas na manutenção da dependência afetiva em relações amorosas, descrever fatores etiológicos relacionados ao seu desenvolvimento, analisar o papel das práticas parentais, do comportamento verbal e dos vínculos de apego nesse processo, além de refletir sobre possibilidades de intervenção clínica fundamentadas na análise do comportamento. Na perspectiva analítico-comportamental, as relações amorosas constituem-se como fenômenos complexos, historicamente determinados e funcionalmente organizados a partir de contingências de reforçamento que moldam os comportamentos dos indivíduos envolvidos. O amor não é compreendido como uma entidade interna ou um sentimento unitário, mas como um conjunto de comportamentos e interações mantidos por suas consequências ao longo da história de vida dos sujeitos (Guilhardi, 2024; Moreira; Medeiros, 2019; Skinner, 1999). De acordo com Moreira e Medeiros (2019), o comportamento humano é selecionado por suas consequências, sendo mantido por reforço positivo ou negativo. Nesse sentido, relações amorosas podem se consolidar tanto por experiências reforçadoras positivas, como afeto e reciprocidade, quanto pela remoção de estímulos aversivos, como a solidão, o medo do abandono e a insegurança. Além disso, a dependência afetiva pode estar associada à permanência em relações abusivas ou violentas, uma vez que o vínculo afetivo disfuncional dificulta o rompimento, mesmo diante de sofrimento intenso (Narvaz; Koller, 2006; Vieira; Perdona; Santos, 2011). O comportamento verbal exerce papel essencial na construção e manutenção das relações afetivas. Conforme argumenta Skinner (1978), os indivíduos

ISBN: 978-85-88900-14-1

aprendem a descrever e interpretar suas experiências a partir das práticas da comunidade verbal. Nesse processo, expressões como “amor”, “dependência” e “necessidade do outro” são socialmente aprendidas e reforçadas, tornando-se parte do repertório que sustenta os vínculos emocionais. Paralelamente, o comportamento governado por regras também se mostra relevante, pois enunciados internalizados como “não posso viver sem o outro” ou “amor exige sacrifício” podem controlar condutas mesmo na ausência de contingências diretas, dificultando o rompimento de relações prejudiciais. As práticas parentais exercem influência significativa na formação dos repertórios comportamentais. Ambientes familiares marcados por negligência, inconsistência ou controle aversivo tendem a limitar o desenvolvimento de habilidades adaptativas, aumentando a vulnerabilidade à dependência afetiva (Moreira; Medeiros, 2019). Skinner (1987; 1991) enfatiza o papel da cultura na seleção de comportamentos, destacando que práticas culturais que romantizam o sofrimento e a submissão reforçam padrões de relacionamento disfuncionais e contribuem para a manutenção da dependência emocional. Isso perpetua vínculos prejudiciais e dificulta a construção de relações mais saudáveis. Skinner (1999) ainda argumenta que a psicologia deve focar nas relações funcionais entre comportamento e ambiente, e não em entidades internas. Dessa forma, a dependência afetiva deve ser compreendida como produto de contingências específicas, passíveis de análise e modificação. A dependência afetiva, portanto, pode ser compreendida como um padrão comportamental mantido por múltiplas variáveis: contingências de reforçamento, história de aprendizagem, comportamento verbal e práticas culturais (Moreira; Matos, 2020). Esses comportamentos são frequentemente mantidos por reforçamento negativo, pois reduzem temporariamente estados emocionais aversivos. O estágio supervisionado envolveu atendimentos fundamentados na análise do comportamento, iniciando com ambientação, observação e treinamento em habilidades terapêuticas básicas. Nas sessões, aplicou-se a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP), voltada ao fortalecimento da relação terapêutica e ao manejo de comportamentos clinicamente relevantes, e a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), utilizada em casos de evitação experiencial e baixa flexibilidade psicológica. As atividades incluíram entrevistas, análise funcional, definição de objetivos, aplicação de técnicas e elaboração de relatórios discutidos em supervisões semanais. Nessas supervisões, destacou-se a importância de vínculos reforçadores e de um ambiente com baixo controle aversivo, favorecendo maior contato com pensamentos e emoções e o desenvolvimento de repertórios mais adaptativos. Foi enfatizada a importância da construção de um vínculo terapêutico

ISBN: 978-85-88900-14-1

baseado em contingências reforçadoras, favorecendo a emissão e o fortalecimento de comportamentos clinicamente relevantes em sessão, conforme proposto por B. F. Skinner e desenvolvido em abordagens como a FAP. Além disso, orientou-se a organização de um ambiente terapêutico com baixo controle aversivo, de modo a reduzir respostas de esquiva e evitação experiencial. Isso possibilitou ao paciente maior contato com eventos privados, como pensamentos e emoções, favorecendo o desenvolvimento de repertórios mais flexíveis e adaptativos. A articulação entre FAP e ACT mostrou-se especialmente eficaz no manejo da dependência emocional, permitindo tanto o trabalho direto sobre padrões relacionais disfuncionais quanto o desenvolvimento de maior flexibilidade psicológica e engajamento em comportamentos alinhados a valores pessoais. A análise da dependência afetiva em contexto clínico evidenciou que ela não decorre de características internas isoladas, mas de histórias de aprendizagem e práticas culturais que reforçam padrões relacionais disfuncionais. Nesse sentido, a FAP mostrou-se eficaz ao utilizar a própria relação terapêutica como contexto de mudança, favorecendo a identificação e o reforçamento de comportamentos clinicamente relevantes. Tal articulação pôde ser observada, de forma aplicada, em um dos casos discutidos em supervisão, no qual o paciente apresentava um padrão recorrente de insatisfação conjugal. Esse padrão era caracterizado por queixas frequentes acerca da esposa não corresponder às suas expectativas. A análise funcional desse repertório indicou que, possivelmente em função de um padrão de dependência emocional, o paciente tendia a se posicionar de maneira passiva diante de suas próprias necessidades, atribuindo ao outro a responsabilidade por atendê-las, sem comunicá-las de forma clara e direta. Esse padrão comportamental parecia ser reforçado negativamente pela evitação de possíveis conflitos e pela redução momentânea de desconfortos emocionais associados à exposição e à vulnerabilidade. No contexto da FAP, tais padrões foram identificados como comportamentos clinicamente relevantes emitidos em sessão. Isso possibilitou intervenções baseadas no reforço diferencial de respostas mais assertivas, como a expressão direta de necessidades e sentimentos. Paralelamente, a ACT contribuiu ao favorecer processos de aceitação de eventos privados aversivos, como frustração e insegurança, bem como ao promover a difusão de regras rígidas relacionadas ao papel do outro na relação. Isso ampliou a flexibilidade psicológica do paciente. Dessa forma, observou-se um movimento gradual de responsabilização pelo próprio comportamento e maior alinhamento com valores relacionados a relações mais saudáveis e recíprocas. A ACT contribuiu para ampliar a flexibilidade psicológica dos clientes, promovendo aceitação de experiências internas e

ISBN: 978-85-88900-14-1

engajamento em ações alinhadas a valores pessoais. A experiência de estágio em clínica-escola, ao integrar teoria e prática em um contexto supervisionado, contribuiu para a formação profissional dos estudantes e para a promoção de relações mais saudáveis. Logo, conclui-se que intervenções preventivas e reflexões críticas sobre práticas culturais que perpetuam a dependência emocional são fundamentais para favorecer repertórios mais adaptativos e fortalecer a autonomia dos indivíduos.

Palavras-chave: Dependência afetiva; Análise do Comportamento; Psicoterapia Analítica Funcional; Terapia de Aceitação e Compromisso.

ISBN: 978-85-88900-14-1

REFERÊNCIAS:

GUILHARDI, Hélio José. *Interações amorosas sob uma perspectiva comportamental: terapia por contingências de reforçamento*. Campinas: Ed. do Autor, 2024.

MOREIRA, Márcio Borges; MEDEIROS, Carlos Augusto. *Princípios básicos de análise do comportamento*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019.

MONTEIRO, Camila Alcântara; MATOS, Iara Figueiredo de. *Dependência afetiva nas relações afetivo-sexuais em um viés analítico-comportamental*. Teófilo Otoni: Faculdade Alfa Unipac, 2020.

NARVAZ, Martha Giudice; KOLLER, Sílvia Helena. Mulheres vítimas de violência doméstica: compreendendo subjetividades assujeitadas. *Psicologia & Sociedade*, Belo Horizonte, v. 18, n. 1, p. 81–89, 2006.

SKINNER, B. F. *Comportamento verbal*. São Paulo: Cultrix, 1978.

SKINNER, B. F. *Contingências de reforço: uma análise teórica*. São Paulo: Abril Cultural, 1984.

SKINNER, B. F. What is wrong with daily life in the Western world? In: SKINNER, B. F. *Upon further reflection*. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1987.

SKINNER, B. F. *Questões recentes na análise comportamental*. Campinas: Papirus, 1991.

SKINNER, B. F. *Sobre o behaviorismo*. São Paulo: Cultrix, 1999.

SKINNER, B. F. Can psychology be a science of mind? In: SKINNER, B. F. *Cumulative record: definitive edition*. Acton: Copley Publishing, 1999.

VIEIRA, Elisabeth Meloni; PERDONA, Gleice Soares de Carvalho; SANTOS, Manoel Antônio dos. Fatores associados à violência física por parceiro íntimo em usuárias de serviços de saúde. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 45, n. 4, p. 730–737, 2011.

ISBN: 978-85-88900-14-1