
Capítulo 3

A trajetória de um terapeuta comportamental

*Myrian Vallias de Oliveira Lima
(Clínica privada)*

"Eureka!" – deve ter sido esta a minha verbalização interna ao assistir, em 1966, no Instituto Sedes Sapientiae, em São Paulo, como estudante de Psicologia, à primeira aula de Psicologia Experimental, dada pela Profa. Rachel Rodrigues Kerbauy. Trazendo uma formação bastante pragmática (Odontologia e Estatística) eu não conseguia aceitar a abordagem psicanalítica, adotada no Curso, e resistia à hipótese de vir me tornar terapeuta dentro dessa orientação.

Na montagem de nosso laboratório, Rachel sabiamente supriu a falta de equipamento eletrônico, caro e sofisticado. Baseou-se no manual da Dra. Reese feito para trabalho com pombos e utilizando caixas de papelão de operação manual, do tipo preconizado pelo Prof. Skinner. Orientou-nos para que nós mesmas construíssemos nossas "caixas experimentais". Conseguimos embalagens dos lenços de papel "Yes" que foram pintadas. Construímos o disco de estímulo com cartolina e os estímulos em papel espelho. (1)

Com esse material realizamos a parte prática que foi precedida pela leitura do livro "Princípios de Psicologia" de Keller e Schoenfeld (2) – recém traduzido, na época, pela Dra. Carolina Bori e por Rodolpho Azzi. Nos intervalos das sessões experimentais

e de verificação de leitura eram fornecidos textos de aplicação clínica, traduzidos do Inglês pela Rachel ou alguma colega, muitos deles obtidos através do Luis Otávio de Seixas Queiroz. Foram dois anos de muito trabalho, entusiasmo e vibração.

Naquela época não existiam cursos regulares para a formação do Terapeuta Comportamental. Neste sentido, cada um tinha um roteiro peculiar, de acordo com as oportunidades oferecidas. A minha trajetória, que relatarei aqui, é um exemplo do que ocorria na formação dos pioneiros em Terapia Comportamental em nosso meio.

Por razões pessoais transfere-me para a PUC do Rio de Janeiro em 1968. Dr. Carlos Paes de Barros, eminente psicanalista, de renome mundial, era o Diretor do Depto. de Psicologia. Fui sua aluna no curso de Psicologia Profunda. Não só permitia que eu elaborasse as análises de caso usando a abordagem comportamental, como se interessava em discutir sobre o assunto. Pediu-me que usasse uma de suas aulas para falar para as colegas sobre Modificação de Comportamento. Lembro-me que apresentei o texto de Ferster – "Transposição do Laboratório Animal para a Clínica", utilizado no curso da Rachel.

No final de 1969, sendo eu professora substituta em Orientação Vocacional, Dr. Carlos Paes de Barros manifestou interesse em que fosse criado um grupo de estudos com o objetivo de desenvolver o treinamento e o ensino na área comportamental. Fez meu contato com Marília Graciano (vinda da USP), que havia conduzido o laboratório de AEC com um grupo de alunos interessados, dentre os quais Bernard Rangé, Cláudia Moraes Rêgo e Vanessa Pereira Leite, então meus alunos em Orientação Vocacional. Foi assim formado o "Centro de Condutoterapia", nome dado por Octávio Soares Leite, Prof. de Aprendizagem da UERJ, convidado para nos orientar. Octávio estudara em Londres e tinha estado em contato com o trabalho desenvolvido por Eisenck e Wolpe.

Em 1970, o grupo começou a dissecar o livro: "The Practice of Behavior Therapy", de Joseph Wolpe (3), editado no ano anterior, e o livro de Relaxamento Progressivo de Jacobson. (4)

Marília Graciano logo foi para os EEUU para fazer sua Pós-graduação em Psicologia Social. Octávio, mesmo não tendo experiência clínica, soube orientar-nos graças à sua sensibilidade e conhecimento teórico. Fez-nos conhecer Wolpe e seu trabalho. Nosso grupo de condutoterapia (Octávio, Myrian, Cláudia, Vanessa e Bernard) elaborou um pequeno manual prático de dessensibilização sistemática e de relaxamento. Treinávamos uns com os outros. Nesta época fui contratada como Professora, Psicóloga e Supervisora do Instituto de Psicologia Aplicada da PUC-R.J.

Um dos clientes sob meu atendimento tornou-se o primeiro caso de aplicação da terapia comportamental na PUC do Rio de Janeiro. Atuei como terapeuta, tendo como co-terapeuta Cláudia Moraes Rego. O planejamento do trabalho clínico era realizado em grupo quando eram discutidos os resultados de cada sessão. Daí nasceram mudanças, que foram introduzidas para ajustar a terapia às necessidades do cliente e também para melhorar o nosso desempenho, inserindo-se acréscimos, por exemplo, à adoção do relaxamento de Jacobson, foram agregados elementos do relaxamento autôgeno de Shultz, que eu estudara em São Paulo. Este relaxamento mostrou-se mais rápido e eficaz para o cliente. Até hoje o utilizo. Em seguida a este caso, outros membros do grupo passaram a atender clientes. Este atendimento foi por mim relatado na 1ª Reunião

Anual de Psicologia, em Ribeirão Preto, em Outubro de 1971, como consta dos anais desta reunião e intitulava-se "Melhora do Rendimento Escolar e da Sociabilidade pela Dessensibilização". Neste evento a maioria das comunicações era sobre experimentos com animais (pesquisadores como Maria Amélia Matos, Isaias Pessotti, Maria Lúcia Ferrara, João Cláudio Todorov, Suzana S. Prado, Cesar Ades, entre outros); três eram de modificação do comportamento com excepcionais e quatro de modificação do comportamento na escola. A saudosa Neide Solito fez uma análise das respostas verbais e motoras na interação criança-mãe. Theresa Mettel, além de uma palestra sobre aspectos clínicos da modificação do comportamento, apresentou modelagem do contato visual. Luis Otávio de Seixas Queiroz relatou a modificação do comportamento em hospital psiquiátrico. Nosso caso foi o único relato de um atendimento terapêutico propriamente dito.

Em Agosto de 1971 o Dr. Carlos Paes de Barros, empenhado em desenvolver as atividades do Centro de Condutoterapia, mais tarde denominado CEMOC – Centro de Modificação de Comportamento, e já sob minha coordenação, autorizou-me a estabelecer contato com os núcleos de Campinas e Ribeirão Preto. Visitei a Clínica de Luis Otávio de Seixas Queiroz e conheci seu trabalho com o sistema de fichas de Ayllon no Hospital Psiquiátrico de Itapira. Procurei a Theresa de Lemos Mettel e João Cláudio Todorov no Depto. de Neuropsiquiatria e Psicologia Médica de Ribeirão Preto. Foram muito receptivos e Theresa nos forneceu uma série de referências bibliográficas e ofereceu-se para nos dar supervisão quando precisássemos.

Durante a 1ª Reunião de Psicologia em Ribeirão Preto, fui autorizada pelo Depto. de Psicologia da PUC a estabelecer entendimentos para a vinda ao Rio dos referidos Professores. No início de 1972 Theresa e João Cláudio passaram a ministrar os cursos de Análise Experimental do Comportamento e Análise Aplicada do Comportamento e a primeira a supervisionar os casos em atendimento no Centro de Modificação do Comportamento.

Em Maio de 1972 licenci-me da PUC e fui para os Estados Unidos. Lá contatei Cyril M. Franks, do Instituto de Neuropsiquiatria de Princeton, cujos trabalhos conhecia, que me aconselhou a fazer seu curso de Modificação de Comportamento na Universidade de Rutgers.

Matriculei-me também no curso de Métodos de Aconselhamento em Grupo. Ao término do ano fui aceita para fazer o pós-graduação, mas como Dr. Wolpe acolheu-me na "Behavior Therapy Unit" do Depto. de Psiquiatria do Centro Médico da "Temple University", como estagiária, preferi dedicar-me só à especialização em terapia comportamental que era meu principal interesse.

Além de assistir a aulas, seminários e demonstrações, atendia a pacientes tendo a supervisão de Debby Phillips na área infantil e na de adultos, do próprio Dr. Wolpe e de Dr. Allan Goldstein e Michael Serber.

Neste mesmo ano fui aceita como membro da AABT (Association for Advancement of Behavior Therapy).

Em Outubro de 1972 participei do 6º encontro anual da AABT em Nova York. Foi grande a emoção de ouvir alguns dos nomes famosos em Terapia Comportamental conhecidos apenas através da literatura: Agras, Ayllon, Beck, Brady, Vance Hall, Kanfer,

Mahoney, Meichenbaum, Staats, Fensterheim.

Juntamente com o estágio em Philadelphia participava, em Princeton, dos seminários semanais em terapia familiar com Arnold A. Lazarus.

Em 1973 fui um dos membros do VII Institute in Behavior Therapy, que consistia em um treinamento intensivo em terapia comportamental, coordenado pelo Dr. Wolpe, do qual já havia participado Maria de Lourdes Pavan (USP) há 1 ano atrás. Além dos pacientes do Hospital, passei também a atender a alguns clientes de Debby Phillips em seu consultório, em Princeton.

Em Novembro de 1973 fui convidada a continuar como Psicóloga no Eastern Psychiatric Hospital mas, por razões familiares, voltei para o Brasil.

Aroldo Rodrigues, então Diretor do Depto. de Psicologia da PUC do R.J., me propôs criar a cadeira de Terapia Comportamental Infantil que conduzi de 1974 até 1978, quando voltei para São Paulo.

No curso de Terapia Comportamental Infantil era adotada uma abordagem global da terapia comportamental infantil seguindo os parâmetros de Anthony M. Graziano (Behavior Therapy with Children) (5) e o enfoque ecológico usado por Debby Phillips. Além dos autores básicos, procurávamos utilizar os livros traduzidos ou escritos no Brasil como os das Dras: Carolina Bori, Nilce Pinheiro Mejias, Theresa Mettel, Rachel Rodrigues Kerbauy.

Em 1974 juntamente com Vanessa Pereira Leite Celestino criamos o Centro de Psicologia Infantil (CenPI) no Rio de Janeiro, cujo objetivo era prestar um atendimento psicológico global a crianças situadas na faixa de 0 a 12 anos de idade. As atividades desenvolvidas eram terapia comportamental individual e em grupo, e intervenção ambiental. O Jornal do Brasil, em sua edição de 17.04.74, sob o título "Cura em Família" noticiou amplamente o que denominou a 1ª Clínica Comportamental da Guanabara. O CenPI oferecia também supervisão, consultoria e desenvolvia cursos, seminários e palestras sobre modificação do comportamento e intervenção familiar e comunitária. A equipe atuante era multidisciplinar (psicólogos, neuropsiquiatras, fonoaudiólogas, terapeutas ocupacionais, psicomotricistas e fisioterapeutas). Inicialmente era submetida a uma formação em modificação do comportamento. Theresa Lemos Mettel colaborou ministrando cursos e participando como consultora. Em meados de 1974 Vanessa Pereira Leite Celestino se desligou do CenPI e em 1975 este mudou-se para um local mais amplo em Botafogo e passou a ser também o centro de absorção dos terapeutas comportamentais vindos de cursos de pós-graduação nos Estados Unidos e Inglaterra como Maria Isabel Smuck (Terapia Comportamental de Adultos), Maria Lúcia Seidl Moura e Nina Virginia de Araujo Leite (Aprendizagem Infantil) bem como vindos de outros Estados como Sonia Thorstensen Possas (SP), Vera Motta Vecchiatti Socci (SP) e Leticia Silveira (BA). Em 1976 éramos 18 profissionais atuando em terapia comportamental.

CenPI pode então ampliar sua ação passando a atender transtornos comportamentais infantis; dificuldades no ajustamento sócio-familiar; problemas de aprendizagem (escrita, leitura, compreensão, organização do pensamento e métodos de estudo); atrasos ou falhas no desenvolvimento motor, perceptivo e intelectual; problemas de fala e linguagem; problemas de ajustamento sexual; terapia de adulto; terapia de casal e orientação de pais.

A partir de 1975 foi criado um estágio em terapia comportamental infantil para psicólogos e profissionais afins que passou a ser validado por universidades como PUC, Gama Filho, Santa Úrsula e UERJ. Tinha a duração de 1 ano e carga horária semanal mínima de 12 horas. Além da parte teórica, havia o treino prático de observação e atendimento de crianças e pais.

Em 1974 ministrei um Curso de Modificação de Comportamento no IV Congresso de Deficiência Mental – Rio de Janeiro.

Tivemos, em Julho de 1975, o grande prazer de receber na PUC e no CenPI, a visita de Dr. Wolpe e sua mulher Estela, que vieram ao Rio a nosso convite.

O antigo grupo do CEMOC em 1975 se desfez. Passei a me dedicar ao Curso de Terapia Comportamental Infantil e ao CenPI. Os outros membros passaram a clinicar utilizando outras abordagens.

De volta a São Paulo, no 2º semestre de 1978, fui convidada a participar como Professora, no curso de especialização em Psicoterapia Comportamental de Adultos do Centro de Análise Comportamental, coordenado por Suzana Prado, no Instituto Sedes Sapientiae.

No mesmo Instituto passei a coordenar e supervisionar o curso de especialização em Terapia Comportamental Infantil (1979 a 1984). Esta experiência de formação de *terapeutas comportamentais infantis, inicialmente restrita à criança e aos pais, foi ampliada* na direção de uma atuação mais ampla, ou seja, desenvolvendo alternativa de atendimento a grupos (triagem em grupo, grupo de crianças, grupo de pais), atendimento na comunidade (instituições, escolas). Dela participaram como professores: Carmen Silvia de Carvalho, Edna Venegas França Jardim, Maria Lúcia de Carvalho, Maria Teresa Botton Duvekot, Sandra Cury Leite e Vera Motta Vecchiatti Socci.

Em 1981, no 5º Mini-Congresso da ACM – Associação de Modificação do Comportamento, intitulado Terapia Comportamental Cognitiva, apresentamos um estudo de utilização do Teste de Frustração de Rosenzweig para avaliação e treinamento da assertividade.

A partir de 1984 passei-me a dedicar quase que exclusivamente ao trabalho clínico no consultório e com os terapeutas do antigo curso de especialização do Sedes, *acrescido de alguns outros, foi criado um grupo de estudos em Terapia Cognitivo-Comportamental* com Carmen Sylvia de Carvalho, Cristiana Vallias de Oliveira Lima, Márcia Myrian Gomes, Margy Kalil, Raul Pacheco Filho, Regina Christina Wielenska, Sandra Cury Leite, Sylvia Steinbruck, que se reunia quinzenalmente funcionando até 1996.

Mesmo tendo interrompido a função de professora, continuei participando, como relatora, de vários Simpósios, abordando principalmente os avanços da Terapia Cognitivo-Comportamental em ansiedade e transtornos afetivos, bem como com casais.

Juntamente com Regina C. Wielenska, escrevi o capítulo do livro de Psicoterapias Abordagens Atuais, organizado pelo Dr. Aristides Volpato Cordioli, intitulado "Terapia Comportamental-Cognitiva" (1973) – (6).

Atualmente, no Consultório, dedico-me ao atendimento de adultos

individualmente, de casais e de famílias.

Bibliografia

- KERBAUY, R.R. (1966) *O ensino em laboratórios de Psicologia com recursos reduzidos-
Jornal Br. de Psic.*, vol. III, nr. 1- pgs. 49-55,1966.
- KELLER, F.S. e SCHOENFELD W.N. (1966) *Princípios de Psicologia* -S.P. Ed. Herder.
- WOLPE, J. (1969) *The Practice of Behavior Therapy* – N.York – Pergamon Press.
- JACOBSON, E (1938) *Progressive Relaxation*, Chicago – Univ.of Chicago Press.
- GRAZIANO, A.M. (1973) *Behavior Therapy with Children* – Chicago – Aldine Publs. Co.
- ÓLIVEIRA LIMA, M.V. e WIELENSKA, R.C (1993) *Terapia Comportamental-Cognitiva
em Psicoterapias, Abordagens Atuais* - Cordioli A.V.org., Porto Alegre: Artes
Médicas, pgs.192-209.