

Resumo Contextual Unidade 2- Introdução a Psicologia por Carlos Xandelly

Introdução

Nesta unidade começaremos com a América do Norte com sua ciência obcecada por resultados imediatos, a qual no campo da Psicologia se traduziu em uma das escolas clássicas denominada: *BEHAVIORISMO* – termo derivado do inglês (behavior= comportamento). Este tipo de escola importa-se basicamente com o condicionamento do comportamento e entende que a mente humana é uma tábula rasa sobre a qual vai sendo modelada a conduta.

Na Europa, outras duas escolas clássicas: *Psicanálise* (criada por Freud / se preocupando pelos aspectos inconscientes que interferem no comportamento humano) e a *Gestalt* (termo derivado do alemão gestalt= forma / que se preocupa com a maneira que as pessoas percebem a realidade).

Veremos com mais atenção outras escolas Humanistas (que dão ênfase na dimensão dos valores na convivência humana e sua importância na expressão do comportamento).

Todo este cenário aconteceu durante do desenvolvimento do século XX. Durante este período surge o MOVIMENTO DE ACONSELHAMENTO PASTORAL, que trata-se de uma relação interdisciplinar entre Teologia e Psicologia.

BEHAVIORISMO: origens, conceitos e pressupostos

Surgiu nos EUA e o pano de fundo o Funcionalismo de William James, visto que surgiu exatamente como uma forma de oposição aos pressupostos dele. O idealizador foi John Watson (1878-1952), que se interessava pelo comportamento aparente da pessoa humana. Esta escola de psicologia ficou conhecida como COMPORTAMENTAL. Watson foi tremendamente influenciado pelos experimentos de um fisiologista russo chamado Ivan Pavlov (1849-1936), que descobre quase que por acidente (pois seu campo era fisiologia e não psicologia) um comportamento animal que ficou conhecido como Reflexo Condicionado.

Para os Behavioristas, a aprendizagem se dá quando existe uma associação de um estímulo a uma resposta.

IVAN PAVLOV

O teste basicamente se consiste no seguinte: em algum tempo Pavlov condicionou cães em experimentos com alimentação e uma campainha, durante a ingestão de carne em pó ele tocava esta campainha e percebeu que estes cães começavam a salivar. Depois ele percebeu que bastava apertar a campainha e mesmo que não desse a carne em pó os cães começavam a salivar como se estivessem com o alimento na boca.

Assim ele criou uma fórmula a respeito das respostas que ele denominou de CONDICIONADAS: UM ESTÍMULO NÃO CONDICIONADO OU INCONDICIONADO (SN) provoca uma resposta natural ao que chamou de resposta INCONDICIONADA (RI). Então quando o cão começava a salivar pela resposta da campainha, esse fato ele chama de RESPOSTA CONDICIONADA (RC).

A fórmula ficou $SN + SC = RI$ e logo $SC = RC$

JOHN WATSON

A partir do experimento de Pavlov, ele desenvolve o conceito de estímulo/resposta (S-R). Para Watson só é possível estudarmos o comportamento observável do ser humano. Neste momento com esta afirmação, ele manifesta todo seu descrédito na psicanálise (a qual afirma que a maior parte do comportamento tem origem no inconsciente).

Dentro da Teoria Comportamental o comportamento observável é sempre a resposta (R) da pessoa a um determinado estímulo (S). Toda teoria de Watson foi criticada e colocada em cheque devido ao tipo de teste sem nenhuma ética aplicado naquela época. Recentemente em 2009, descobriram a identidade do bebe que Watson usou para os testes em laboratório e este bebe era doente mental e não gozava de plena saúde, pois faleceu aos 6 anos de idade com hidrocefalia. Contudo as teorias de Watson tiveram grande influência na psicologia norte-americana e tornaram-se uma das escolas de maior projeção em nossos dias.

SKINNER

Foi o psicólogo mais conhecido, viveu entre 1904 e 1990, ele parte do pressuposto de Watson sobre o condicionamento e propões o que ele denomina de Comportamento Operante (ou seja, o comportamento pode ser controlado a partir das experiências positivas ou negativas decorrentes do mesmo).

O principal conceito do Condicionamento Operante é o reforço (pois este aumenta a possibilidade de ocorrência de resposta em uma determinada situação). Ele acreditava que podia modelar as respostas do comportamento por meio do reforço. Para ele tudo o que somos, ou como nos comportamos é resultado de aprendizagem por condicionamentos.

Tomando pelo mesmo exemplo do cão de Pavlov a resposta (salivação do cão) ao estímulo (campainha) e fisiológica natural, que foi condicionada por um estímulo associado.

Um outro exemplo é de um estagiário trabalhando numa grande empresa, a medida que ele recebe os elogios (denominado reforço) por ter feito um bom trabalho ou por ser reconhecido, ele o estagiário, começa então a fazer bem os próximos trabalhos e na mesma qualidade e intensidade, para receber mais elogios.

Este tipo de linha é conhecido como BEHAVIORISMO RADICAL.

Aplicação do Behaviorismo na Clínica Terapêutica

Desenvolveu a terapia Comportamental e mais recentemente a Terapia Cognitivo-comportamental. Uma das mais populares nas faculdades atualmente.

TERAPIA COMPORTAMENTAL

É orientada sempre para o alívio dos sintomas que o paciente apresenta e visa obter resultados no prazo mais curto possível. Surgiu na década de 50 nos EUA e é baseada na Teoria de Skinner e o Condicionamento Operante.

Basicamente se trata de um conjunto de abordagens orientadas para a modificação do comportamento, sendo este entendido como a resposta de uma pessoa em face de um determinado estímulo do seu ambiente.

O elemento central destas abordagens é o conceito de aprendizagem, pois os comportamentos nada mais são que respostas aprendidas, podendo ser substituídas por outras mais adequadas.

Ela pode assumir as seguintes formas:

- **Condicionamento Clássico:** aquele que ocorre quando a aplicação se dá na modificação de comportamento involuntário.
- **Condicionamento Operante:** quando a aplicação se dá na modificação de comportamentos voluntários.
- **Modelagem:** aplica-se à aquisição de novos comportamentos e se dá por meio da observação do comportamento dos outros

Atualmente as técnicas mais utilizadas são:

1. **Análise Funcional do Comportamento:** identifica 3 elementos básicos: comportamento expressado, o estímulo desencadeante e a consequência da expressão deste comportamento;

2. **Dessensibilização Sistemática:** consiste em expor uma pessoa, de forma concreta ou imaginária, a uma situação que ela teme e que gera reações de ansiedade, seguida de procedimentos de relaxamento, para que aprenda a substituir a resposta de ansiedade pela resposta de relaxamento;

3. **Contrato de Contingências:** acordo verbal ou escrito, que a pessoa estabelece com o terapeuta, que define o comportamento a ser modificado, bem como as consequências da expressão deste comportamento, sejam positivas como negativas;

4. **Treino de Competências:** objetiva a aquisição de habilidades/competências que a pessoa deseje/necessite. Exemplo claro é estabelecer rotinas e horários para um filho estudar.

TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL

Trata-se de uma intervenção semiestruturada, objetiva e orientada para metas que aborda fatores cognitivos, emocionais e comportamentais no tratamento de transtornos psiquiátricos.



Figura 1 - Terapia Cognitivo-comportamental

Na medida em que os elementos cognitivos são aceitos na mediação da aprendizagem, também são aceitos os processos simbólicos decorrentes, ou seja, a interpretação de eventos, ainda que estereotipadas, mas que causam distúrbios de comportamento. Para a compreensão destes comportamentos é necessária a análise da interpretação dos processos cognitivos do indivíduo com os eventos que o meio proporciona.

Neste procedimento (TCC) o paciente identifica seus pensamentos errôneos, que ocorrem em situações específicas e são responsáveis pelos problemas emocionais. O paciente é encorajado a perceber e, se necessário, anotar os pensamentos anteriores ao seu comportamento.

Terapia Comportamental = trata-se de um comportamento encoberto

Terapia Cognitivo Comportamental = trata-se de um evento mental, sendo o comportamento e as emoções sujeitos à cognição.

A PSICANÁLISE DE FREUD

Trata-se de outra linha, outra escola clássica da psicologia moderna. Surgiu na Europa e elaborada em seu postulado pelo médico austríaco Sigmund Freud (1856-1939). Uma nova disciplina científica, resultante do agrupamento de informações psicológicas obtidas por meio de um método específico de investigação (denominado de associação livre de ideias), que visa descobrir quais processos mentais não aparentes (inconsciente) são responsáveis por determinadas condutas e/ou patologias mentais.

Sua teoria começa quando ele vai trabalhar com pacientes histéricas em um sanatório principalmente mulheres.

Conceitos Principais: Inconsciente

Em suas investigações ele levanta a teoria de que nas patologias clínicas não existia comprometimento anatômico/fisiológico e conclui que sua etiologia era de fundo exclusivamente mental. Freud postula que estas tinham uma origem em setores da mente não acessíveis ao consciente, ou seja, ao inconsciente.

Freud ao longo da vida trabalha a origem dos problemas com fundo na sexualidade. Ele questiona também alguns anos depois a efetividade do método catártico no tratamento dos pacientes. Para ele a hipnose também apresentava melhoras nos quadros clínicos, então o método catártico cai por terra segundo Freud.

RECALQUE e PULSÃO

Freud observa que existia algo no paciente que procurava evitar que as lembranças dolorosas viessem à consciência, e esta força, denomina-se de REPRESSÃO.

Seus postulados levam a crer que existe um mecanismo estrutural que independe de forças externas, e que esse mecanismo estrutural é o principal responsável por manter no inconsciente as experiências traumáticas. Este mecanismo estrutural ele denomina de RECALQUE.

TEORIA DO RECALQUE DE FREUD

A distinção para o mecanismo de defesa da repressão é exatamente que a repressão depende de uma ação externa coercitiva.

TEORIA PSICANALÍTICA FREUDIANA

Outro conceito fundamental também postulado por Freud é a questão SEXUAL, de origens (causas) em sexualidade, a este conceito ele postula como TEORIA DE PULSÃO.

A PULSÃO sexual, diferentemente do instinto sexual, não se limita às atividades repertoriadas da sexualidade biológica, mas constituiu o fator primordial que impulsiona toda a série de manifestações psíquicas, estando, portanto no fundamento do aparelho psíquico e de seu funcionamento.

Essas pulsões são energias ativas (LIBIDO) represadas em nosso inconsciente e que segundo Freud são constantemente enviadas de volta para o Inconsciente por meio do recalque. Quando ocorre uma falha no mecanismo de recalque, acaba gerando ansiedade e causa enorme desprazer à pessoa.

ASSOCIAÇÃO LIVRE DE IDEIAS

Trata-se da forma de trazer à mente consciente tais conteúdos recalcados da seguinte forma: o paciente vai relatando suas experiências aos terapeutas e este, por sua vez, vai conectando frases emitidas, e aparentemente desconexas.

TEORIA DA SEXUALIDADE INFANTIL

Trata-se de um postulado que Freud agora trabalha que não necessariamente existe uma causa sexual de existência e sim agora que pode ser apenas um fato da imaginação, uma fantasia.

EGO, ID E SUPEREGO

Por fim FREUD vai afirmar que a mente ou aparelho psíquico, além de dividir-se em consciente e inconsciente, está dividido em 3 instâncias: EGO, ID e SUPEREGO e que estes fazem assim a estrutura da personalidade de um indivíduo. ID: parte mais primitiva da personalidade e consiste nos impulsos mais primitivos (pulsões): comer, dormir, agressividade, sexualidade, eliminar resíduos, evitar dor, obter prazer. Regido pelos princípios do prazer.

CARL GUSTAV JUNG

Jung (1875 a 1961) ele foi discípulo Freud, foi inclusive considerado seu sucessor direto, porém anos depois se separaram por divergências de pensamentos e postulados. Jung sofreu influências de pensamentos por seus pais, sendo o pai lhe impunha uma fé cega e que desqualificava a ciência, a partir disso ele resolve desenvolver uma atitude cognitiva, olhando para a Bíblia e posteriormente outros textos sagrados como suporte de toda sua teoria a respeito da mente humana. Jung em sua vida teve sonhos impactantes com seres mitológicos que de certa forma também influenciaram ele em seus pensamentos, o qual acabou despertando um grande interesse pelo tema.

Quanto ao término da amizade e estudos da união entre Freud e Jung, este levou Jung a desenvolver a sua própria linha de trabalho, ele postula que além do inconsciente pessoal (que contém o material resultante do recalque) a pessoa também

Atenção Prezados amigos graduando: A leitura dos resumos não substituem a leitura e o uso da apostila completa do curso

<http://www.vidadeteologo.com.br>

possui um inconsciente coletivo, o qual é depositário de símbolos e imagens de caráter universal – o que ele chama de arquétipos.

Estes elementos que ele chama de arquétipos são imagens latentes e universais que a pessoa traz de seus ancestrais sem ter consciência disto. Eles são idênticos em todas as pessoas e se manifestam de forma simbólica quando narramos nossas histórias e fantasias.

Teoria dos Tipos Psicológicos de Jung

Ele distingue duas formas de atitudes ou disposição das pessoas em relação ao objeto: Extroversão e Introversão.

Pessoas que focam atenção aos detalhes do mundo, nos fatos e pessoas se tratam de pessoas Extrovertidas e ao contrário são as pessoas Introversas.

Conceito Psicológico de Jung

Se trata de uma atividade mental que define as formas de relacionamento do indivíduo consigo mesmo e com o mundo, expressa por meio de habilidades, aptidões e tendências.

Funções Psicológicas de Jung

- Sensação (inata) – órgãos dos sentidos, captam a realidade e informações por meio do que nos circundam
- Intuição (inata) – captam a realidade por meio de pressentimentos e outros elementos não lógicos
- Pensamento (racional) – relação lógica entre os fatos percebidos
- Sentimento (racional) – opção oposta do pensamento, valorizam primariamente o sentimento e suas avaliações da realidade

A combinação entre extroversão e introversão com as funções psicológicas definem os Tipos Psicológicos específicos.

JAQUES LACAN (1901-1981)

Ele foi considerado intérprete de Freud, ele elaborou um postulado de atualização e revisão dos conceitos freudianos, proporcionando assim novos entendimentos da teoria de Freud.

GESTALT

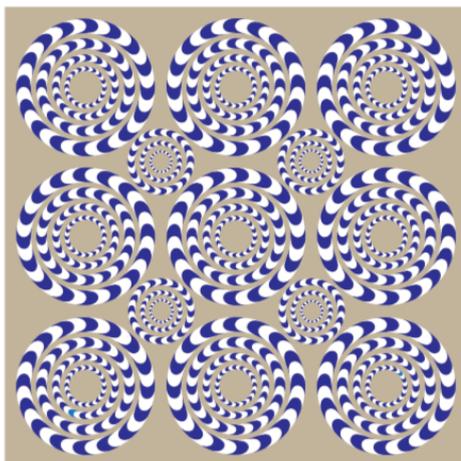
Escolas das Formas: é uma psicologia iniciada na Alemanha no século XX, afirma que a PSIQUE modela os elementos que capta por intermédio da percepção de distintas leis. O Todo é mais que a soma das partes. Opositora às escolas psicanálita e divide em partes menores para facilitar a análise.

TODO E PARTE : GESTALT

GESTALT significa FORMA, as primeiras preposições pertencem ao alemão Frederick Salomon (Fritz) Perls (1893-1970). A ideia principal é que ao juntarmos elementos simples obtemos um terceiro elemento que ultrapassa em essência essa soma simples, como por exemplo, ao juntarmos letras e constituirmos uma palavra. E a evocação destas letras em forma de palavra traz a nossa mente significados complexos ligados a nossa memória sensorial.

Transponibilidade de Gestalt

Fenômeno PHI, trata-se de uma ilusão de ótica que nos dá a sensação de movimento quando uma sucessão de imagens continham desenhos com pequenas variações, quando folheadas com rapidez, davam a impressão que o desenho tinha movimento.



LEIS DA GESTALT

Trata-se leis de Semelhança, Proximidade, Continuidade, Pregnância, Fechamento e Unidade.

Atenção Prezado amigo graduando: A leitura dos resumos não substituem a leitura e o uso da apostila completa do curso

<http://www.vidadeteologo.com.br>

SEMELHANÇA : preconiza que nossa percepção tende a agrupar objetos que têm similaridade entre si e a constituírem um todo ou unidades dentro do todo. Como no exemplo abaixo, primeiramente observamos as linhas verticais de quadrados que se alteram com as linhas verticais de círculos, para depois assim analisarmos a imagem como um todo.

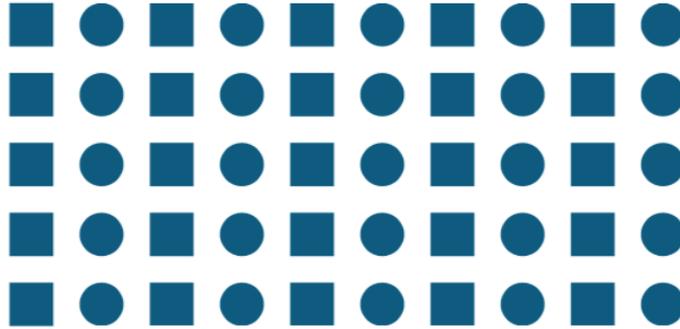


Figura 1 - Lei da Semelhança
Fonte: adaptado de Psicologado (2009, on-line)¹.

PROXIMIDADE: afirma que nossa percepção tende a agrupar elementos que estejam próximos entre si e a formar uma imagem única, por similaridade de formas ou de cor. Exemplo Senhor das armas abaixo.



CONTINUIDADE: afirma que nossa mente tende a agrupar elementos simples de um conjunto, dando sempre um sentido de unidade, exemplo o segmento de linhas tracejadas abaixo:



Figura 3 - Lei da Continuidade
Fonte: Wikimédia Commons (2014, on-line)¹.

PREGNÂNCIA: conhecida como Lei da Simplicidade, propõe que os elementos presentes em um determinado ambiente tendem a ser percebidos, tanto quanto o permitam as condições dadas, da forma mais simples possível, para facilitar a rápida assimilação, seja do ambiente ou elemento, e gerar harmonia e equilíbrio visual. Reparem o exemplo abaixo da Unilever.



FECHAMENTO: permite que seja interpretado como unidades os elementos de uma determinada composição, para que nos transmitam a sensação de um objeto completo. O Exemplo abaixo é bem claro neste

quesito, olhando num primeiro momento o que vem a mente rapidamente é um quadrado e não os pequenos círculos e arestas.

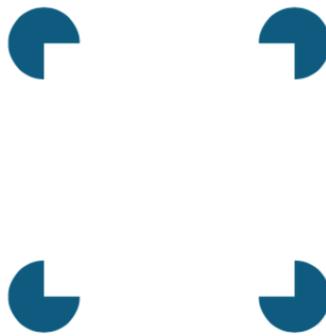


Figura 5 - Lei do Fechamento
Fonte: Publicidade e Propaganda (2016, on-line)'.
ne).

UNIFICAÇÃO: afirma que nossa percepção tende a completar os espaços vazios de uma figura ou imagem, a fim de que se torne mais facilmente compreensível para nós. No exemplo abaixo, a primeira coisa que vemos é a figura de Chaplin e não uma série de traços e pontos.

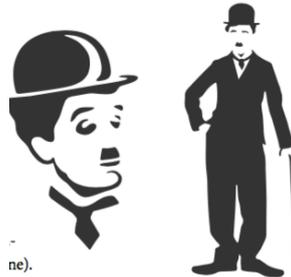


Figura 6 - Lei da Unificação

CONCEITOS DA ESCOLA GESTÁLTICA

1- FIGURA E FUNDO

Um conceito fundamental da GESTALT é o conceito de figura e fundo, que afirma que percebemos elementos em relação a outros elementos e que esta percepção é sempre dinâmica. Sendo que o fundo seria o conteúdo de tudo o que experimentamos ao longo da vida (incluindo valores, conceitos sobre a realidade, etc) e a figura seria aquilo que atrai a atenção de nossa percepção em um momento específico, seja uma inquietude interna ou objeto externo.

O exemplo abaixo olhando o primeiro momento vemos duas faces em perfil (figura), mas se ignorarmos e atentarmos para a imagem que ele formou (fundo) é um cálice de vinho.



2- CONSCIÊNCIA (awareness)

Significa que a consciência de si mesmo como ser existencial no tempo e no espaço. AWARENESS é a apreensão, com todas as possibilidades de nossos sentidos, da ocorrência do mundo dos fenômenos dentro e fora de nós.

A consciência para Gestalt é a consciência do aqui e agora.

PSICOLOGIA HUMANISTA

Conhecida como terceira via, representa uma forma alternativa de pensamento em relação a duas escolas que dominaram o campo da psicologia por quase um século nos EUA., surge durante o impacto de grandes mudanças sociais e vem questionar as verdades estabelecidas até então na ciência (momento pós-guerra).

É fortemente influenciada **pela filosofia existencialista e fenomenológica** (existencialismo), tem plena consciência do meio que está inserido e tem consciência dos fenômenos de experiência (fenomenologia).

Ela propõe que o ser humano seja protagonista de si mesmo, possuindo o que os teóricos denominam de forças autorrealizadoras, que precisam ser liberadas para que o sujeito se desenvolva em todo o seu potencial, o que não ocorre

Atenção Prezado amigo graduando: A leitura dos resumos não substituem a leitura e o uso da apostila completa do curso

<http://www.vidadeteologo.com.br>

por causa de fatores limitantes que o meio impõe. Carls Rogers e Abraham Maslow são destaques na escola da Psicologia Humanista.

Sobre Carl Rogers (1902-1987)

Criador da nova abordagem dentro da psicologia, chamada de Abordagem Centrada na Pessoa. Este por sinal recebeu forte influência da Teologia Cristã (da linha mais liberal) – quando estudou no seminário Teológico Unido (NY).

Ele defende uma tese totalmente oposta e contrária a Freud: ele postulou que a psicanálise tinha uma tendência à saúde. A valorização da pessoa humana está no centro dos estudos e teoria.

A pessoa não é considerada como o resultado de alguns fatores, mas como INICIANTE DELES. O foco no presente é mais importante que o foco no passado, fatores ligados aos sentimentos são mais enfatizados que os ligados à razão.

Ele propunha que o processo terapêutico não deveria ou quase receber interferência do terapeuta, mas sim que todo o processo deveria ser conduzido pelo próprio paciente. (Não diretividade)

Rogers propõe o termo REFLEXIVIDADE como sendo o papel central do terapeuta, ao qual envolvia a atividade de refletir os sentimentos trazidos pelo paciente durante o processo. Substitui-se a ideia de não diretividade, pela ideia do processo centrado no paciente, no qual o terapeuta interfere (conduz) mais, porém com a protagonização total do paciente, para isso o terapeuta necessita desenvolver algumas atitudes (as quais ele chamou de Atitudes Facilitadoras), que constituíram o primeiro corpo da teoria da psicologia humanista. São elas:

- Empatia
- Aceitação positiva
- Congruência

Modelo Rogeriano na Psicologia Humanista

O processo psicoterápico é um encontro existencial, no qual o terapeuta utiliza-se de seus sentimentos, dirigidos de forma autêntica ao paciente (ele chama de cliente) e assim desenvolve (permite) um diálogo íntimo e intersubjetivo entre ambos. Este modelo assume matizes fenomenológicos, em que o foco não é tanto a pessoa, mas sim a experiência intersubjetiva.

Bons estudos e nos encontramos na próxima unidade !

Reunião no Pólo Campinas, todos os sábados para Aula Contextual, baseadas sempre na aula da segunda-feira.

Deus o abençoe !

Carlos Xandelly
19 99194 9182