



A HABITUAÇÃO EM PSICOTERAPIA

SILVA, Victor Matheus Pereira; ALVES, Cíntia Marques;

victormpsi@hotmail.com

cintialves@unipam.edu.br

Introdução e Objetivo: Este trabalho apresenta e discute o conceito de habituação, referenciado nos estudos dos reflexos inatos, levando em consideração as características e as possíveis interferências, positivas e negativas, que este conceito pode exercer na prática do psicólogo clínico. **Materiais e métodos:** Este é um trabalho de revisão de literatura que pretende elucidar e esclarecer um pouco sobre essa temática com base nas obras de autores behavioristas e outros autores que postularam sobre este assunto. Foram pesquisados livros e artigos em bases de dados e periódicos da área de Psicologia. **Resultados e Discussão:** De acordo com a bibliografia pesquisada, a habituação é uma capacidade inata do ser humano a qual promove a sobrevivência deste. Este conceito permite que o indivíduo selecione do meio, os estímulos que podem provocar reações negativas e ignorar os estímulos já familiares. O estímulo que inicialmente pode suscitar uma reação no organismo, após algumas repetições, fará com que o organismo deixe de responder na mesma magnitude da primeira exposição. Considerando estas características, fica a indagação de como esta possibilidade adaptativa da espécie aos estímulos familiares poderá interferir na prática do psicólogo clínico. Através da prática clínica, o psicólogo se expõe aos estímulos verbais emitidos pelo paciente. Com o constante comportamento verbal do cliente, o psicólogo poderá habituar-se aos conteúdos contidos na fala, ajudando-o e/ou prejudicando em sua interpretação e condução do processo terapêutico. Da mesma maneira que a habituação ajudará no trabalho do psicólogo, frente a determinados conteúdos mais decorrentes e irrelevantes na terapia, poderá influenciar também de forma negativa, pois o que pode ser irrelevante ao psicólogo poderá ter uma proporção diferente na demanda do paciente. O psicólogo deverá incluir seus próprios comportamentos em sua análise, para que o processo terapêutico seja minucioso e fidedigno ao que o paciente traz, evitando possíveis distorções, seja por aspectos éticos, teóricos ou práticos. **Conclusão:** Mesmo considerando os benefícios que a habituação promove no ser humano, esta característica inata deve ser trabalhada de forma mais cautelosa no contexto clínico de atuação do psicólogo, pois a habituação poderá distorcer a interpretação feita sobre a demanda do paciente, culminando em possíveis déficits no processo da terapia. O enfoque sobre habituação poderá abrir novas reflexões sobre a atuação do psicólogo, auxiliando-o a lapidar sua intervenção. Diante disso, é necessário que haja uma constante análise das condutas estabelecidas, com o tempo de trabalho, na prática clínica do psicólogo a fim de que a habituação não seja um impedimento do progresso terapêutico.

Palavras-chave: Análise do Comportamento; Habituação; Psicologia.