

## GABARITO COMENTADO DO SIMULADO SOBRE PSICOTERAPIAS

**Confira suas respostas com calma, em um lugar tranquilo. Tente incorporar os comentários abaixo da melhor forma possível. Marque suas dúvidas e discuta com os colegas ou em sala de aula.**

**1E-** A **terapia comportamental** tem sido criticada com base no argumento de que ela **trata apenas comportamentos** que podem ser **observados** ao invés das causas subjacentes a esses sintomas. No entanto essa forma de psicoterapia tem se mostrado eficiente no tratamento de transtornos de ansiedade. A terapia comportamental desenvolveu uma série de técnicas calcadas na psicologia experimental. Dentre essas técnicas, destaca-se a dessensibilização sistemática, terapia evasiva (afogamento) e técnicas de relaxamento.

**2A-** A **técnica de afogamento** (flooding) é uma técnica utilizada por terapeutas comportamentais com objetivo de reduzir a aversão frente a determinado estímulo. **Consiste na apresentação** desse estímulo de forma **mais real possível**. O objetivo é que o paciente tenha a máxima experiência emocional frente ao estímulo para que em seguida essas reações emocionais possam gradativamente desaparecer. Não é permitido que o paciente tente evitar a apresentação do estímulo de forma que suas **reações emocionais devem extinguir**, uma vez que nada de mal acontece na presença desse estímulo.

**3D-** A **abordagem humanista** baseia-se na premissa que o **cliente sabe o que é melhor para ele**. O terapeuta age como uma câmara de ressonância fazendo com que o **cliente decida qual a direção que a terapia deve tomar**. Dessa forma, essa forma de **terapia** é chamada de **centrada no cliente ou não diretiva**.

**4A – Contratransferência** está relacionada com os sentimentos produzidos no terapeuta pelo seu paciente. O terapeuta pode se dar conta desse processo tais como sonhar com o paciente, sentir-se irritado ou desejos de proteger o paciente. Se o terapeuta não toma consciência deste processo de contratransferência, então o **tratamento não progride ou tende a fracassar**. A **contratransferência surge em resposta ao processo de transferência do paciente**. O processo da **análise pessoal** do terapeuta é importante para reduzir, tanto quanto possível, manifestações contratransferenciais. A contratransferência pode ser utilizada de forma **positiva** no tratamento psicanalítico, quando ela serve como ferramenta ao terapeuta para a **compreensão de processos transferenciais do paciente**.

**5E-** A técnica de **contra-condicionamento** está calcada no princípio do **condicionamento respondente**, também chamado de **clássico ou pavloviano**. Esta técnica consiste em **condicionar** classicamente uma **resposta** que é **incompatível** com o **comportamento indesejável** que o paciente apresenta. Se uma pessoa tem **medo** de um determinado objeto, então ela pode ser **treinada a relaxar** toda vez que lembrar deste objeto, uma vez que a reação de **medo e a resposta de relaxamento são incompatíveis**.

**6D –** A técnica de **associação livre** é amplamente utilizada pela **psicanálise**, na medida que ela proporciona pistas importantes sobre o funcionamento do inconsciente. A associação livre **consiste na produção**, pelo paciente, **de um relato sem censura** e não premeditado do que ele está pensando e sentindo durante a sessão. Em virtude da expressão espontânea, a técnica da associação livre evita a possível intervenção de censura do ego. Assim, é possível verificar os **interesses e preocupações do inconsciente** do paciente. A concordância por parte do paciente em empenhar-se na associação livre é chamada de **“regra básica”** da psicanálise e é considerada **essencial para o sucesso do tratamento**.

**7E –** De acordo com a **terapia** de base **humanista**, o **indivíduo** é considerado como a **única pessoa** que pode **desenvolver soluções** ou formas de abordar os **seus problemas**. Nesse sentido, a **terapia humanista** é considerada **não diretiva**. O terapeuta desenvolve uma relação genuína e próxima junto ao paciente (cliente) através de um procedimento de **aprovação ou apoio incondicional**. O terapeuta explora todas as **potencialidades** de seu cliente, maximizando o seu desenvolvimento pessoal para de forma que o cliente possa atingir suas **auto-realizações**.

**8B –** A **terapia comportamental** pode utilizar **técnicas de condicionamento clássico** aversivo. Nessa técnica, ocorre uma **associação de estímulos** onde o **comportamento mal adaptado** tende a **desaparecer** graças a sua associação com um estímulo aversivo.

**9B –** O **tratamento de formas severas de depressão** consiste em passar uma **corrente elétrica pelo cérebro**, simulando uma ataque epilético severo. Este tratamento controverso induz uma **amnésia temporária** e, freqüentemente, **resulta em um alívio** de certas formas de **depressão**. Entretanto, existe uma considerável **preocupação** tanto em relação ao seu **emprego apropriado** no contexto psiquiátrico quanto com a possibilidade de **danos prolongados à memória e à concentração**.

**10C-** A terapia da **gestalt**, além da verbalização, dá grande importância aos **movimentos corporais** que expressem **emoções**. O objetivo é sensibilizar o paciente para que ele possa se **expressar** e se **conscientizar**, de forma clara, seus sentimentos e **emoções**.

**11B-** Arron **Beck** foi um dos pioneiros da **psicoterapia cognitiva**. No tratamento da depressão, os pensamentos de natureza negativa, do tipo “Eu não tenho mais esperança” ou “Estou cheio de dificuldades” recebem grande atenção e a psicoterapia busca **reformular** esse tipo de **pensamento**.

**12A** – De acordo com Freud, **atenção fluante** é a **forma** como o **analista** deve **escutar** o **analizando**; ou seja, o **terapeuta não deve privilegiar** a priori **qualquer elemento do discurso do seu paciente**, o que implica que **deixe funcionar** o mais **livremente** possível a **sua própria atividade inconsciente** e suspenda as motivações que dirigem habitualmente a atenção. Essa recomendação técnica constitui o correspondente da regra da associação livre proposta ao analisando.

**13C-** O **psicodrama**, fundado por **Moreno**, propõe que **diferentes papéis** representados pelos participantes **levam** à expressão dos **verdadeiros sentimentos** responsáveis pelos sintomas apresentados pelos pacientes. Para facilitar o papel terapêutico dos papéis, procura-se produzir uma **atmosfera teatral**. Dessa forma, um palco e uma pequena audiência são geralmente utilizados.

**14E-** **Reações fóbicas** são **medos irracionais** e específicos a um **objeto bem definido**.

**15E-** Segundo o enfoque da terapia comportamental, a técnica de **dessensibilização sistemática** tem sido utilizada com sucesso no **tratamento de fobias**. Essa técnica **consiste** na **apresentação gradual** de estímulos que **lembram o estímulo aversivo**. Conforme o **paciente vai relaxando** a terapeuta vai apresentando, de **forma hierárquica**, **estímulos mais parecidos** com o **estímulo** que naturalmente **dispara a reação fóbica**.

**16A-** Essa situação pode ser compreendida através dos princípios da **aprendizagem respondente ou pavloviana**. **Cair da bicicleta (estímulo incondicionado)** elicia uma **resposta de medo (resposta incondicionada)**. Um único pareamento com o **pombo (estímulo condicionado)** com a queda da bicicleta já é capaz de produzir a **resposta condicionada** frente ao pombo (**reação de medo**). Deve-se notar que na maioria dos casos de fobia não existe relatos de experiências traumáticas com os estímulos condicionados.

**17B-** Essa situação está relacionada com o conceito de **transferência**. O paciente começa a perceber o seu **terapeuta** como uma **pessoa significativa** na sua vida, como por exemplo, a figura do **pai ou da mãe** bem **associados** a antigos **conflitos** que ficaram **recalçados**. O processo de transferência é **desejável** para o **sucesso psicoterapêutico**. O processo de contratransferência está relacionado à percepção do terapeuta em relação ao paciente. A contra transferência, quando não trabalhada, é totalmente indesejável no processo terapêutico.

**18A** - De acordo com Freud, a **psicose** é uma perturbação primária da relação libidinal com a realidade, caracterizando-se pela sua **recusa**. Essa recusa leva à retirada de todos os investimentos da libido no objeto e fragmentando sua representação. A maioria dos sintomas manifestos, particularmente a construção delirante, são tentativas de reestruturação da realidade de forma diferente da que ela se apresenta. Por outro lado, a **neurose** limita-se a evitar a realidade, uma vez que o neurótico reconhece a natureza irracional de seu estado clínico. Dessa forma, neuróticos e psicóticos lidam de forma diferente com a realidade. O neurótico evita a realidade porque tem consciência de seu estado mórbido enquanto o psicótico constrói para si mesmo a realidade imaginária do delírio, que é tomada como uma realidade verdadeira.

**19C** – Psicoterapia de problemas específicos, também chamada de **psicoterapia breve ou focal**, é uma abordagem psicoterapêutica em que um foco ou **problema** específico é identificado no início da terapia e os **esforços** são nele **concentrados** durante o processo de tratamento. Nessa abordagem, o **terapeuta** tem papel **ativo** no sentido de **detectar o foco** e trabalhar junto com o paciente para que esse **problema específico** desapareça. Esse método foi desenvolvido para tornar o **processo terapêutico** mais **breve** e o **custo** mais **acessível**.

**20B-** A **terapia familiar** focaliza a **família** e não apenas o indivíduo como o **foco de tratamento**. As primeiras formas dessa abordagem derivaram da psicanálise e tratavam a família como se ela tivesse processos psicológicos similares a aqueles dos indivíduos. Mais recentemente, os métodos se desenvolveram a partir das **teorias dos sistemas**, as quais reconhecem que enquanto o comportamento de um componente pode ser estranho quando visto isoladamente, ele terá muito mais sentido no contexto do sistema completo. Aplicado aos indivíduos e reconhecendo que as famílias constituem um dos mais importantes sistemas dentro do qual as pessoas funcionam, **esta abordagem conduz a uma nova forma de avaliar os distúrbios psicológicos** de um determinado indivíduo. O seu pressuposto é de que em muitos casos os **“sintomas”** apresentados por um indivíduo representam **uma forma de resposta significativa às relações familiares**. Mais especificamente, o transtorno psicológico pode ser entendido como uma tentativa de **regular relacionamentos** ou solucionar problemas no interior **da família**.

**21E- Reich** deu grande ênfase à possibilidade de uma livre expressão de sentimentos sexuais e emocionais dentro do relacionamento amoroso maduro. Reich enfatizou a natureza essencialmente sexual da energia e a importância do orgasmo sexual no desenvolvimento da personalidade e do caráter. Reich propôs que, durante o desenvolvimento, essa energia pode ficar bloqueada em certas regiões do corpo, impedindo que o sujeito possa alcançar orgasmo sexual. O objetivo da psicoterapia é o de liberar o corpo desses bloqueios, permitindo que o sujeito tenha plena capacidade de obtenção de orgasmo sexual.

**22A-** O termo **aconselhamento** apresenta **dois significados opostos**. O **primeiro** está relacionado com um aconselhamento **não diretivo**, característico da **terapia humanista**, onde o cliente ganha apoio a medida que desenvolve insights sobre seus problemas e trabalha na descoberta de suas próprias soluções. A **segunda** interpretação está relacionada com um aconselhamento **diretivo**, cujo objetivo é o de solucionar **problemas** de natureza **prática**, como por exemplo, problemas de estudo. Neste caso, o orientador pode sugerir **soluções específicas e planos de ação** para resolver esses problemas.

**23C-** A perspectiva psicanalítica postula a existência de vários conteúdos que se encontram inconscientes, mas têm a capacidade de produzir comportamentos através da produção de ansiedade e confusão mental. O psicanalista busca **trazer para a consciência** esses conteúdos de forma que eles não produzam mais ansiedade nem confusão para o sujeito.

**24A-** De acordo com a psicanálise, o sintoma é entendido como uma reação peculiar do indivíduo frente a condições adversas, especialmente a conflitos de natureza inconscientes.

**25D-** Na teoria psicanalítica, o sintoma pode estar associado a dois tipos de ganhos: primário e secundário. O **ganho primário** está relacionado ao benefício que a doença pode trazer no sentido de reduzir a ansiedade gerada por conflitos inconscientes. Neste caso, o ganho é interno. Já no **ganho secundário**, a vantagem é externa, no sentido que é determinado por aspectos sociais podendo inclusive envolver vantagens financeiras, como por exemplo pensões ou pagamentos recebidos pela presença persistente desses sintomas.

**26D-** Resistência consiste em qualquer processo expressos através da fala ou do comportamento do analisando durante o tratamento psicanalítico que **se opõe** ao acesso de conteúdos inconscientes e conseqüentemente ao **andamento do tratamento** psicanalítico. .

**27C- Interpretação** consiste em tornar consciente o significado de um sintoma. **Descrever como mecanismos inconscientes** determinaram tal expressão psíquica. Geralmente o processo da interpretação exige mais de uma intervenção. Não se deve confundir interpretação com confrontação ou clarificação Na confrontação, o terapeuta chama atenção do paciente para determinado fenômeno, tornando-o explícito, e fazendo o paciente reconhecer algo que esteve evitando e que terá que ser melhor compreendido. Na clarificação busca-se tornar mais claro algo que o paciente já tenha sido confrontando. A clarificação envolve na descoberta de detalhes significativos.

**28C-** A base do tratamento psicanalítico consiste na **interpretação**, ou seja, um processo de investigação clínica que busca explicar o comportamento do paciente. A interpretação **traz à luz** as modalidades do **conflito defensivo** e, em última análise, tem em vista o desejo que se formula em qualquer produção do inconsciente. No tratamento, o analista interpreta ações do paciente visando dar acesso e sentido e compreensão de material inconsciente.

**29A-** A **aliança terapêutica** consiste no relacionamento amistoso entre o terapeuta e o paciente, onde ambos objetiva a cura. Para que este trabalho siga seu curso, a **confiança básica** representa o elemento fundamental.

**30C- Ab-reação** consiste numa descarga emocional pela qual o indivíduo libera o afeto ligado a uma **recordação de um acontecimento traumático**, permitindo assim que ele não se torne ou não continue a ser patológico.

**31C-** Setting terapêutico corresponde ao horário, ambiente, tempo de sessão, presença do terapeuta diz respeito a todo o contexto ou cenário da situação terapêutica.

**32B-** Como o serviço de atendimento clínico está sendo desativado, o material produzido por este serviço deve ser incinerado na presença de uma pessoa responsável do CRP, uma vez que ninguém terá mais acesso a esse material

**33C-** Por questões éticas, tudo aquilo que ocorre durante uma sessão de psicoterapia deve ser mantido em total **sigilo**. Entretanto, o CFP indica que, em casos em que há **violação dos direitos humanos, o sigilo deve ser quebrado**. Se de fato isso ocorrer, a quebra do segredo profissional deveria ser feita ao longo de um processo de preparação, na tentativa de fortalecer o cliente em busca de sua autoconscientização. Ou seja, deve-se trabalhar na terapia para que ele confesse o crime cometido. O terapeuta deve deixar

claro que caso isso não aconteça ela precisará fazê-lo, ainda que isso acarrete a desistência do processo terapêutico por parte do cliente que não concordar com essa atitude.

**34C-** Psicoterapia breve ou focal, é uma abordagem psicoterapêutica em que um foco ou **problema específico é identificado no início da terapia** e os esforços são nele concentrados durante o processo de tratamento. Nessa abordagem, o **terapeuta tem papel ativo** no sentido de detectar o foco e trabalhar junto com o paciente para que esse problema específico desapareça. Esse método foi desenvolvido para tornar o processo terapêutico mais breve e com custo mais acessível.

**35D-** A psicoterapia geriátrica deve ser breve e centrada no problema. **Quando mais idoso for o paciente, menor deve ser a tentativa de se alterar padrões e hábitos de vida**, uma vez que a personalidade já está muito bem estabilizada. A psicoterapia deve enfatizar o debate breve e centrado no problema específico, de forma mais diretiva. A terapia mais em longo prazo só cabe em casos mais específicos, onde ocorrem alterações mais comprometedoras ao funcionamento do paciente.

**36D-** Esta forma de abordar a família, vendo-a como um sistema, na qual o funcionamento das partes se dirige a um equilíbrio global, é típico da terapia familiar de base sistêmica. Neste caso, o **paciente é o porta-voz** das dificuldades ou depositário **das tensões do grupo familiar**. Assim, enquanto ele está doente os outros não correm risco de adoecer.

**37E-** A base da terapia reichiana consiste na existência de **energia orgástica** que impulsiona o indivíduo para ações e uma atividade mental adequada. Problemas no fluxo dessa energia, fazendo com que ela se concentre em determinadas áreas do corpo podem produzir doenças físicas e mentais. Neste caso, a **terapia busca re-estabelecer o fluxo normal dessa energia** possibilitando o indivíduo expressar de forma plena sua potencia orgástica

**38D-** A relação terapeuta-cliente na terapia centrada no cliente, promovida por Carl Rogers, deve incluir uma compreensão empática, ou seja, captar o mundo particular do cliente como se fosse o seu próprio mundo, mas sem esquecer o caráter de “como se”. Nesta dimensão, o cliente tem maior liberdade de expressar seus sentimentos, uma vez que está confiante de que o terapeuta está engajado de maneira ativa na tentativa de identificar-se com ele.

**39B- Prevenção primária** representa a prevenção de doenças através de ações que possam evitar a ocorrência da doença. Possui **caráter educativo**, uma vez que as medidas são evitativas. A vacinação é um exemplo de prevenção primária. Na prevenção **secundária**, busca-se corrigir mais precocemente a possível origem de uma doença ou tentar evitar com que uma doença se torne crônica. A prevenção secundária consiste em um **diagnóstico precoce e tratamento imediato**. **Prevenção terciária** visa reduzir as consequências de uma doenças. Tem por objetivo **reabilitar o paciente, integrando-o à sociedade**. Medidas explicativas da AIDS evitam reações fóbicas por parte da população e facilita a integração do doente à sociedade

**40E-** Todas as afirmativas estão corretas. A terapia comportamental leva em consideração aspectos ambientais que controlam o comportamento (antecedentes ou estímulos discriminativos e conseqüentes ou reforço), inclusive do comportamento verbal. Além destas contingências, busca também descobrir comportamentos que são controlados por regras.