

LUTO E SEU ECO NA APRENDIZAGEM INFANTIL PELA LENTE DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

Adriane Bárbara Emerich¹
Ana Paula Duarte Barboza²
Renato Victorino Delgado³

RESUMO: O presente estudo se propôs a compreender as implicações do luto na infância. Tendo como objetivo investigar o impacto do luto na aprendizagem infantil, sob a perspectiva da Análise do Comportamento, visando compreender os mecanismos comportamentais envolvidos e discorrer sobre estratégias de intervenção eficazes. Os caminhos percorridos neste trabalho fundamentam-se em uma pesquisa bibliográfica baseada em autores como Skinner (1953), Albert Bandura (1977), Fonseca, Santos e Freire (2022), dentre outros que expuseram suas ideias sobre o assunto. O trabalho está dividido em quatro capítulos, nos quais fazem uma revisão de literatura sobre o luto infantil e o comportamento da criança enlutada; discorrem sobre as possíveis implicações do luto na aprendizagem infantil e evidenciam a eficácia de intervenções baseadas na Análise do Comportamento para apoiar crianças enlutadas. Concluiu-se assim que a terapia e a aceitação do luto na infância são essenciais para promover o bem-estar emocional e o desenvolvimento saudável das crianças e as estratégias baseadas na análise do comportamento, podem ser adaptadas para atender às necessidades individuais de cada criança.

PALAVRAS-CHAVE: Luto na infância, análise do comportamento, Terapia Analítica-Comportamental.

MOURNING AND ITS IMPACT ON CHILDHOOD LEARNING THROUGH THE LENS OF BEHAVIOR ANALYSIS

ABSTRACT: This study aimed to understand the implications of grief in childhood. Its objective was to investigate the impact of grief on children's learning, from the perspective of Behavior Analysis, aiming to understand the behavioral mechanisms involved and discuss effective intervention strategies. The paths taken in this work are based on a bibliographic research based on authors such as Skinner (1953), Albert Bandura (1977), Fonseca, Santos and Freire (2022), among others who exposed their ideas on the subject. The work is divided into four chapters, which review the literature on childhood grief and the behavior of grieving children, discuss the possible implications of grief on children's learning and highlight the effectiveness of interventions based on Behavior Analysis to support grieving children. It was concluded that therapy and acceptance of grief in childhood are essential to promote the emotional well-being and

¹ Acadêmica do curso de Psicologia da Universidade Paranaense - UNIPAR

² Acadêmica do curso de Psicologia da Universidade Paranaense - UNIPAR

³ Docente do Curso de Psicologia da Universidade Paranaense - UNIPAR

healthy development of children and that strategies based on behavior analysis can be adapted to meet the individual needs of each child.

KEYWORDS: Childhood grief, behavior analysis, Behavioral Analytic Therapy

EL LUTO Y SU IMPACTO EN EL APRENDIZAJE INFANTIL A TRAVÉS DE LA LENTE DEL ANÁLISIS DE LA CONDUCTA

RESUMEN: El presente estudio se propuso comprender las implicaciones del duelo en la infancia. Su objetivo fue investigar el impacto del duelo en el aprendizaje infantil desde la perspectiva del Análisis de la Conducta, buscando entender los mecanismos conductuales involucrados y discutir estrategias de intervención efectivas. Los caminos recorridos en este trabajo se fundamentan en una investigación bibliográfica basada en autores como Skinner (1953), Albert Bandura (1977), Fonseca, Santos y Freire (2022), entre otros que expusieron sus ideas sobre el tema. El trabajo está dividido en cuatro capítulos, en los que se realiza una revisión de la literatura sobre el duelo infantil y el comportamiento del niño en duelo; se discuten las posibles implicaciones del duelo en el aprendizaje infantil y se destaca la eficacia de intervenciones basadas en el Análisis de la Conducta para apoyar a los niños en duelo. Se concluye así que la terapia y la aceptación del duelo en la infancia son esenciales para promover el bienestar emocional y el desarrollo saludable de los niños, y que las estrategias basadas en el análisis de la conducta pueden adaptarse para satisfacer las necesidades individuales de cada niño.

PALABRAS CLAVE: Duelo en la infancia, análisis de la conducta, Terapia Analítica-Conductual.

1 INTRODUÇÃO

O luto é um fenômeno universal que acompanha a experiência humana da perda. Em todas as idades o impacto do luto é significativo, mas na infância, onde o desenvolvimento emocional e cognitivo ainda está em curso, suas repercussões podem ser particularmente marcantes.

Diante do luto é comum as crianças apresentarem alguns comportamentos que geram mudanças em vários contextos, “[...] as consequências de longo prazo no desenvolvimento de crianças e adolescentes incluem abandono escolar prematuro, aspirações educacionais diminuídas e desempenho acadêmico reduzido” (APA, 2022, p. 326).

Por isso, é importante que os adultos estejam atentos a essas mudanças, a fim de buscar ferramentas que possam ampará-las, sendo uma delas o acompanhamento

psicológico especializado. Nessa perspectiva é possível intervir, por meio da ciência da Análise do Comportamento, uma abordagem que busca compreender e modificar o comportamento humano por meio da análise dos princípios do aprendizado. Segundo Del Prette e Del Prette (2008), a Análise do Comportamento oferece uma estrutura teórica e prática para examinar os processos comportamentais subjacentes ao luto na infância e desenvolver estratégias de intervenção baseadas em evidências.

A partir dessa premissa, o presente estudo propõe explorar a relação entre o luto na infância e a aprendizagem, utilizando a Análise do Comportamento como lente teórica, tendo como objetivo principal investigar o impacto do luto na aprendizagem infantil sob a perspectiva da ciência do comportamento, visando compreender os mecanismos comportamentais envolvidos e discorrer sobre estratégias de intervenção eficazes.

Com efeito, a fim de alcançar os resultados pretendidos, o presente trabalho será delineado a partir de objetivos específicos, sendo eles: discorrer sobre o luto infantil e o comportamento da criança enlutada; identificar as possíveis implicações do luto na aprendizagem infantil; analisar a relação entre reforçadores e a vivência do luto infantil; investigar a eficácia de intervenções baseadas na Análise do Comportamento para apoiar crianças enlutadas, visando promover o bem-estar emocional e o ajustamento psicossocial.

A relevância de estudar o impacto do luto, sobretudo no contexto acadêmico, é respaldada pela premissa de que a compreensão dos efeitos do luto na aprendizagem infantil é fundamental para a promoção do bem-estar emocional e escolar das crianças.

O desenvolvimento desta pesquisa configura-se do tipo bibliográfica, que de acordo com Severino (2007), é aquela que se realiza a partir de um registro disponível, decorrente de outras pesquisas, como livros, artigos, materiais digitalizados, dentre outros.

Quanto à abordagem do problema, trata-se de uma abordagem qualitativa. Segundo Neves (1996, p. 2) “os métodos qualitativos trazem como contribuição ao trabalho de pesquisa uma mistura de procedimentos de cunho racional e intuitivos capazes de contribuir para melhor compreensão dos fenômenos”. A abordagem qualitativa é

frequentemente aplicada nos estudos descritivos uma vez que procuram descobrir e classificar a relação entre as variáveis e a relação de causalidade entre os fenômenos.

O estudo está organizado em quatro seções a contar com a introdução e as considerações finais. Ao utilizar a Análise do Comportamento como um pressuposto para explorar essa questão complexa, espera-se que os resultados desta pesquisa possam contribuir para uma compreensão mais abrangente dos efeitos do luto na aprendizagem infantil e para o desenvolvimento de intervenções mais eficazes que tragam benefícios para o contexto escolar.

2 O LUTO INFANTIL E O COMPORTAMENTO DA CRIANÇA ENLUTADA

O luto não é um acontecimento, mas um processo complexo e multifacetado que se refere à resposta comportamental diante de uma perda significativa, como a morte de um ente querido (Luz, 2021).

Segundo Andrade (2020), esse processo envolve uma gama de reações complexas, que podem incluir tristeza profunda, choque, raiva, culpa e, em alguns casos, uma sensação de desorientação. Além das emoções intensas, o luto também pode afetar aspectos físicos, como alterações no apetite, no sono e na capacidade de concentração.

Apesar de muito doloroso e perturbador, “a maioria dos sobreviventes enlutados (80-90%) ultrapassa a sensação inicial de descrença e, progressivamente, encara a perda como uma realidade” (Rogerson, 2004, p. 38).

Segundo Rogerson (2004), seis meses após a perda, muitos dos enlutados chegam a um sentido de aceitação, percebem no futuro alguma possibilidade potencial de se relacionarem satisfatoriamente com outras pessoas, são capazes de trabalhar produtivamente e de desfrutar de atividades de lazer. Como tal, a maioria das pessoas enlutadas geralmente não é um motivo de preocupação clínica.

No entanto, Boelen e Prigerson (2004) defendem que, após a perda de um ente querido, uma significativa parte dos enlutados desenvolve sintomas debilitantes e persistente incapacidade funcional. Essas pessoas passam por experiências de dificuldade de ajustamento, essencialmente por se encontrarem fixadas num estado de luto crônico.

Grande parte da angústia mental, na perspectiva de Chiambretto, Moroni, Guarnerio e Bertolotti (2008), decorre de um protesto psicológico contra a realidade da

perda e uma relutância geral em fazer adaptações para a vida na ausência da pessoa falecida, pela incapacidade de elaborar as recordações (memórias), lamentações e sentimento de culpa. Bowlby (1990) destaca que o luto tem implicações significativas na saúde mental, frequentemente levando ao surgimento de distúrbios como depressão, ansiedade, desespero, descrença e anestesia emocional. Esses efeitos emocionais intensos podem prejudicar seriamente a qualidade de vida e o funcionamento diário dos enlutados.

Além dos impactos psicológicos mencionados por Bowlby, a American Psychological Association (APA, 2022) ressalta que o luto também pode afetar a saúde física. Entre os efeitos adversos estão a diminuição temporária da imunidade, o aumento no número de consultas médicas, hospitalizações, cirurgias e até uma elevação na taxa de mortalidade entre as populações enlutadas, em comparação com a população geral.

Para as crianças, o luto apresenta particularidades e desafios únicos que variam em seus aspectos, principalmente quanto à faixa etária. Quando muito pequenas, elas associam a morte com o “ir embora” ou com o “dormir”, não conseguindo ainda compreendê-la como algo irreversível (Thomaz, 2012). Se quem dorme pode acordar, e quem vai embora pode retornar a qualquer momento, a criança espera, durante um período, que a pessoa que morreu apareça novamente.

É comum, nesse momento, perguntas dirigidas aos adultos sobre onde está o ente querido e quando voltará. Durante esse período, a criança pode agir naturalmente, sem impactos emocionais aparentes, vivendo sua rotina normalmente, o que gera estranhamento nos adultos – visto que há um espaço de tempo em que ela costuma agir como se nada tivesse acontecido (Fernandes; Montalli; Valoto, 2022).

Segundo Fernandes, Montalli e Valoto (2022), somente com o passar do tempo e com a percepção de que a pessoa não irá retornar é que a criança vai perceber a gravidade da situação, vivenciando a dor da perda em seu luto. Quando ela percebe que a morte não tem volta, que é para sempre, seus questionamentos sobre o porquê são invadidos por teorias em que fantasia e realidade se misturam.

Diante da morte de um genitor, por exemplo, a criança pode acreditar que sua mãe foi embora porque ela se comportou mal, ou porque agrediu o irmão, por exemplo. Na mente das crianças, sentimentos de raiva e comportamentos agressivos podem causar

a morte de uma pessoa querida. Diante disso, a criança pode apresentar embaraços em seu processo de luto, e, em meio ao sentimento de culpa, iniciar comportamentos de autopunição, podendo entrar em um processo depressivo (Arantes-Gonçalves, 2011).

Dessa forma, a intensidade do luto infantil é observada através de experiências influenciadas por diversos fatores, como a idade, o relacionamento que mantinha com o falecido, o momento da vida em que a perda acontece e o suporte emocional disponível (Andrade, 2020). Esses fatores moldam a forma como a criança reage e processa o luto, bem como sua duração.

A duração do luto varia amplamente entre os indivíduos, e não há um período “normal” que se aplique a todos. O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 5ª edição (DSM-5), sugere que, para muitas pessoas, adultos ou crianças, o luto pode durar de seis meses a um ano. Durante esse período, a intensidade das emoções tende a diminuir gradualmente, à medida que a pessoa se ajusta à perda (APA, 2022).

Embora não haja uma data final para o período de luto, alguns indivíduos podem vivenciar um luto prolongado, que Andrade (2020) define como um estado de sofrimento que persiste além do que é considerado usual e adaptativo após a perda de um ente querido.

Tanto em adultos como em crianças, é caracterizada uma intensidade e duração do sofrimento que interferem significativamente na capacidade do indivíduo de retomar suas atividades diárias e manter um funcionamento emocional estável, manifestando-se em sintomas de tristeza profunda, ansiedade e angústia que não diminuem com o tempo, no qual o indivíduo pode experimentar uma sensação constante de desamparo e desesperança (Shear; Frank; Houck; Reynolds, 2015).

Segundo Boelen e Prigerson (2004), tal condição compromete a capacidade do indivíduo de retomar suas atividades habituais, manter relacionamentos saudáveis e funcionar de maneira eficaz em sua vida cotidiana. Há uma dificuldade em engajar-se em atividades e responsabilidades, que pode levar a um isolamento social e uma deterioração na qualidade de vida.

O luto prolongado pode estar associado a transtornos psicológicos, como depressão maior, transtorno de estresse pós-traumático e ansiedade crônica. Esses problemas podem resultar da incapacidade de processar a perda de maneira adaptativa (APA, 2022).

O DSM-5 sugere que, quando o sofrimento e a disfunção causados pelo luto são extremamente intensos e duram mais de um ano, ou quando os sintomas são particularmente graves e persistentes, pode ser apropriado considerar o diagnóstico de um transtorno mental. Embora o manual não reconheça formalmente como um transtorno mental, o luto prolongado refere-se a um sofrimento intenso e persistente após a perda de um ente querido que não diminui com o tempo e interfere, significativamente, na capacidade de funcionar nas atividades de vida cotidiana.

De forma específica, as crianças em luto persistente podem ter problemas para manter a atenção nas atividades escolares e concluir tarefas, o que pode resultar em uma queda no rendimento acadêmico. A tristeza e a distração causadas pela perda podem fazer com que a criança se sinta menos motivada para participar das atividades escolares e menos engajada nas lições. Além disso, mudanças no padrão de sono e apetite, comuns durante o luto, podem afetar a energia e o foco necessários para o aprendizado.

Em termos de comportamento social, o luto pode levar a alterações na interação com colegas e professores. Crianças podem se tornar mais isoladas, irritáveis ou agressivas, ou, ao contrário, podem buscar mais atenção e conforto dos outros. Essas mudanças podem gerar dificuldades na formação e manutenção de amizades, e podem levar a conflitos ou incompreensões no ambiente escolar. A falta de compreensão ou sensibilidade por parte de colegas e professores pode intensificar esses sentimentos e criar um ambiente mais desafiador para a criança em luto. As habilidades sociais exercem grande influência na competência acadêmica das crianças (Del Prette; Del Prette, 2005), e, portanto, os prejuízos enfrentados podem ser agravados.

Para lidar com o luto prolongado, Andrade (2020) sugere uma abordagem multifacetada que inclui grupos de apoio para luto que proporcionam um espaço para compartilhar experiências e receber suporte emocional. Em alguns casos, medicamentos podem ser necessários para tratar sintomas graves de depressão e ansiedade associados

ao luto prolongado e terapias específicas, para auxiliar os indivíduos a processar suas emoções e a desenvolver estratégias de enfrentamento.

3 ANÁLISE DO COMPORTAMENTO E RELAÇÃO ENTRE REFORÇADORES E LUTO INFANTIL

Antes de aprofundar sobre a terapia baseada na Análise do Comportamento (AC) como uma das várias possibilidades e tentativas de lidar com a dor da perda, é necessário defini-la. A AC é uma ciência dedicada ao estudo do comportamento humano, fundamentada na filosofia do Behaviorismo Radical. A abordagem adota uma perspectiva interacionista sobre o ser humano: “os homens agem sobre o mundo, o transformam e, em retorno, são transformados pelas consequências de suas ações” (Skinner, 1953, p. 15).

O comportamento é definido como a interação entre eventos ambientais (estímulos) e as respostas do organismo, que podem ser observáveis ou privadas. A análise dessa interação é detalhada por meio das contingências que, conforme Skinner (1953), determinam a organização da relação entre os estímulos ambientais e as respostas comportamentais funcionalmente relacionadas, permitindo uma compreensão mais clara do comportamento do organismo.

A AC tem suas raízes na pesquisa experimental, se ocupa em investigar qualquer forma de se comportar, e compreende que todo comportamento possui uma função, ou seja, uma condição que o sustenta em determinadas situações e contextos. Essa função pode ser claramente identificada ou exigir uma análise mais aprofundada para entender o que mantém o comportamento em questão. Para isso, é necessário examinar a história do indivíduo por meio dos três níveis de seleção: filogenético, ontogenético e cultural (Martin; Pear, 2013).

Segundo Moreira e Medeiros (2019), o nível filogenético está relacionado às respostas inatas do indivíduo, ou seja, diz respeito às características genéticas transmitidas entre gerações. A ontogênese, por outro lado, refere-se a tudo o que se adquire ao longo da vida por meio da interação com o ambiente, levando a mudanças no comportamento. Por fim, o nível cultural abrange as práticas culturais do indivíduo dentro da sociedade e

como essa sociedade influencia seu comportamento. Os três níveis operam conjuntamente na determinação do comportamento.

Nessa perspectiva entende-se que todos os comportamentos são funcionais e estão sendo influenciados por estes níveis (Skinner, 1953).

Segundo Skinner (1953, p.29), "é essencial identificar as variáveis responsáveis pela instalação e manutenção de um certo comportamento, para então poder controlá-lo". Nessa perspectiva surge, no século XX, a Terapia Comportamental, um fenômeno social moderno que buscou, e busca, a causa e a consequência da dor e do sofrimento, proporcionando apoio emocional, reflexões e possíveis mudanças de comportamento (Fonseca; Santos; Freire, 2022). Essa abordagem envolve interação especialmente programada e cuidadosa, estabelecida inicialmente entre uma pessoa que solicita ajuda terapêutica e um profissional que, de acordo com os seus conhecimentos sobre comportamento humano, prontifica esse tipo de apoio.

A Terapia Analítica-Comportamental (TAC), que se insere na prestação de serviços, é um modelo terapêutico fundamentado nos princípios filosóficos do Behaviorismo Radical e nas leis da aprendizagem desveladas pela Análise do Comportamento (Meyer, 2012).

No que tange ao luto, a TAC, em vez de se concentrar exclusivamente nos aspectos intrapsíquicos, examina como as mudanças no ambiente e nas contingências influenciam o comportamento do indivíduo em luto (Fonseca; Santos; Freire, 2022), entendendo que as respostas de luto são moldadas por reforços e punições que o indivíduo experimenta após a perda. Isso significa que os indivíduos podem aprender comportamentos, atitudes e reações observando como outras pessoas agem e são recompensadas ou punidas por suas ações.

No contexto do luto o comportamento de um indivíduo pode ser fortemente influenciado pela forma como ele observa outras pessoas lidarem com perdas semelhantes. Se uma pessoa observa um familiar ou amigo demonstrando um luto saudável e construtivo após uma perda é mais provável que ela adote comportamentos parecidos ao enfrentar sua própria perda (Fonseca; Santos; Freire, 2022).

Para Fonseca, Santos e Freire (2022) um ponto importante a ser destacado a respeito do luto, na AC e na TAC, é a compreensão de como a perda de reforçadores impacta o estado emocional e comportamental de uma pessoa.

Reforçadores, segundo Deits (2016) são estímulos ou eventos que aumentam a probabilidade de um comportamento ser repetido, proporcionando prazer, conforto ou segurança. Esses reforçadores podem incluir interações sociais, atividades compartilhadas, sentimentos de segurança e conforto emocional. No caso do luto, quando alguém perde um ente querido, não apenas o contato direto com a pessoa é interrompido, mas também o acesso a diversos reforçadores associados a ela.

A presença de um ente querido pode ter sido uma fonte constante de apoio emocional e social, fornecendo feedback positivo e um senso de pertencimento. Com a perda, o indivíduo experimenta a remoção desses reforçadores, o que pode resultar em uma diminuição geral no valor das atividades e estímulos ao seu redor (Luz, 2021). Essa ausência pode causar uma diminuição da motivação e uma visão pessimista da vida levando a sintomas como apatia, falta de energia e desesperança. Sem os reforçadores previamente fornecidos pelo ente querido, o enlutado pode se sentir desamparado e desconectado, o que pode intensificar o sofrimento e prolongar o processo de ajuste.

Para mitigar esses efeitos, a AC sugere intervenções que visam identificar novos reforçadores e modificar contingências comportamentais (Fonseca; Santos; Freire, 2022). Isso pode incluir a criação de novas oportunidades para interações sociais, o engajamento em atividades prazerosas e o estabelecimento de novas rotinas que possam fornecer um senso de propósito e gratificação. Tais estratégias ajudam a restaurar o equilíbrio emocional e promover a adaptação saudável ao novo estado de vida sem o ente querido.

Reconhecendo a importância dos reforçadores, pode-se obter uma compreensão mais profunda de como os indivíduos enfrentam a perda e como o comportamento de luto pode ser adaptado e modificado ao longo do tempo.

3.1 ESTRATÉGIAS DE TERAPIA E ACEITAÇÃO DO LUTO NA INFÂNCIA

A teoria comportamental aplicada ao luto sugere que essa experiência pode ser compreendida como uma resposta às mudanças nas contingências de reforço, onde o comportamento do luto é moldado pela perda de reforçadores significativos e pela

necessidade de ajustar-se ao novo. Isso exige que a intervenção no luto seja prática e centrada na modificação de comportamentos disfuncionais e no desenvolvimento de habilidades adaptativas.

No que tange à terapia com o público infantil, no processo terapêutico é essencial o estabelecimento de vínculo, não somente com a criança, mas também com os responsáveis. Dessa forma, à medida que o vínculo se fortalece, é possível ter melhores resultados, como a motivação da criança a participar de forma ativa no processo (Castro; Lamela; Figueiredo, 2009).

Além disso, é necessário identificar as contingências do comportamento a partir da relação com as situações que o precederam e suas consequências, já que uma análise precisa contribui para a avaliação de um diagnóstico diferencial (Pimenta; Salvador, 2023). Dessa forma, uma das primeiras etapas da intervenção comportamental baseia-se na análise funcional do comportamento de luto. Isso envolve identificar os comportamentos específicos associados ao luto, entender as contingências que mantêm esses comportamentos e identificar os contextos em que eles ocorrem (Bandura, 1977). A partir dessa análise, o terapeuta pode desenvolver intervenções direcionadas para modificar comportamentos disfuncionais e promover comportamentos mais adaptativos.

Outra etapa da intervenção consiste no treinamento de habilidades de enfrentamento, uma abordagem que visa equipar indivíduos com ferramentas para lidar com situações estressantes e desafiadoras (Hayes, 1999).

Dentro da perspectiva da análise do comportamento considera-se que as habilidades de enfrentamento podem ser aprendidas e reforçadas em contextos específicos. A ideia central é que comportamentos que resultam em consequências positivas são mais propensos a serem repetidos, enquanto aqueles que não produzem resultados desejáveis tendem a ser abandonados (Skinner, 1953)

A teoria de Albert Bandura (1977), com seu conceito de aprendizado social, complementa essa visão, sugerindo que a observação de outros também pode levar à aquisição de habilidades de enfrentamento. A autoeficácia, ou a crença na própria capacidade de lidar com desafios, desempenha um papel crucial nesse processo.

As habilidades de enfrentamento, segundo Bandura (1977) e Hayes (1999), podem ser categorizadas em diferentes tipos: a) focadas na emoção; b) focadas no problema e; c) de aceitação. As habilidades de enfrentamento focadas na emoção são aquelas que auxiliam os indivíduos a lidar com suas emoções diante de estressores, e podem ser desenvolvidas por meio da regulação emocional e da reavaliação cognitiva. As habilidades de enfrentamento focadas no problema envolvem a identificação de soluções para problemas específicos e a implementação de estratégias práticas para enfrentá-los. E as habilidades de enfrentamento de aceitação incluem a aceitação da situação e a capacidade de lidar com a dor emocional sem evitar os sentimentos associados.

Para Hayes (1999) o treinamento de tais habilidades deve ser adaptado às necessidades específicas do indivíduo, considerando suas circunstâncias e estilos de enfrentamento previamente estabelecidos. Autores como Borges e Cassas (2012) discorrem que o treinamento de habilidades de enfrentamento pode ser implementado através de diversas técnicas e intervenções comportamentais, sendo elas a modelagem, o reforço positivo e o treinamento de relaxamento e a resolução de problemas.

A modelagem envolve a demonstração de comportamentos desejados que o indivíduo pode observar e imitar. Bandura (1977) mostrou que a observação de modelos pode ser uma forma eficaz de aprender novas habilidades. No contexto do luto infantil, por exemplo, a modelagem pode ser utilizada para demonstrar maneiras saudáveis de expressar tristeza e buscar apoio social.

Segundo Hayes (1999), o reforço positivo é uma técnica central na análise do comportamento. Quando um comportamento de enfrentamento é praticado e resulta em consequências favoráveis, a probabilidade de repetição desse comportamento aumenta. Por exemplo, um indivíduo que utiliza técnicas de respiração para lidar com a ansiedade e experimenta uma redução do estresse pode ser incentivado a continuar usando essas estratégias.

As técnicas de relaxamento, como a respiração diafragmática e a meditação, podem ser ensinadas para ajudar na regulação emocional. O treinamento de relaxamento não apenas diminui os níveis de estresse, mas também pode aumentar a eficácia de outras habilidades de enfrentamento (Kabat-Zinn, 1990).

O ensino de estratégias de resolução de problemas envolve a identificação de problemas específicos, brainstorming de soluções, e a implementação e avaliação das soluções escolhidas. Essa abordagem promove uma visão ativa do enfrentamento, capacitando o indivíduo a lidar com os desafios de forma mais eficaz (Nezu; Nezu, 2004). Outra estratégia efetiva que pode ser utilizada nas terapias de enfrentamento do luto é a exposição e a dessensibilização sob a perspectiva da análise do comportamento.

A dessensibilização sistemática, desenvolvida por Joseph Wolpe (1968), é uma abordagem que combina a exposição gradual ao estímulo fóbico com técnicas de relaxamento. Wolpe argumentava que a ansiedade e o medo podem ser combatidos pela exposição controlada e sistemática, promovendo uma resposta de relaxamento que compete com a resposta de medo. A exposição pode ser definida como um processo no qual o indivíduo é gradualmente confrontado com o objeto ou situação que provoca medo ou ansiedade, existindo diferentes tipos de exposição (Wolpe 1968).

A dessensibilização visa reduzir a ansiedade associada ao estímulo fóbico. O processo geralmente envolve alguns passos, a começar pelo estabelecimento de uma hierarquia de ansiedade. O terapeuta ajuda a criança a elaborar uma lista de situações que provocam ansiedade, classificando-as em uma hierarquia da menos à mais ansiogênica. Por exemplo, se ela tem medo de falar em sala de aula, a hierarquia pode incluir pensar sobre a situação, praticar em frente a um espelho e, finalmente, falar para uma pequena audiência (Hofmann, 2022).

Antes de iniciar a exposição, segundo Parkes (1998), o paciente aprende técnicas de relaxamento, como respiração profunda ou relaxamento muscular progressivo. Essas técnicas são fundamentais, pois ajudam a competir com a resposta de ansiedade durante a exposição. Uma vez que o paciente esteja treinado em relaxamento, ele é exposto à situação temida, começando pela situação menos ansiogênica. Após cada sessão de exposição, é importante reforçar os progressos e incentivar a generalização das habilidades adquiridas para situações do cotidiano (Wolpe, 1968).

Estudos demonstram a eficácia das técnicas de exposição e dessensibilização. De acordo com a revisão de Parkes (1998), intervenções que utilizam exposição têm mostrado resultados positivos no tratamento de transtornos de ansiedade, com efeitos

duradouros. A pesquisa também sugere que a combinação de exposição com técnicas cognitivas pode aumentar ainda mais a eficácia do tratamento (Hofmann, 2022).

É essencial considerar a ética ao implementar técnicas de exposição, principalmente quando se trata da infância. O terapeuta deve assegurar que a exposição seja realizada em um ambiente seguro e que o paciente tenha a opção de interromper o processo a qualquer momento. A preparação adequada e o suporte emocional durante a exposição são cruciais para garantir uma experiência terapêutica positiva (Hofmann, 2022).

As técnicas de exposição e dessensibilização sistemática são ferramentas valiosas na terapia baseada na análise do comportamento. Ao compreender e aplicar os princípios do condicionamento, os terapeutas podem ajudar os pacientes a enfrentar e superar seus medos. A pesquisa contínua e o desenvolvimento dessas técnicas garantirão sua relevância e eficácia no tratamento.

Cumprir frisar que é essencial avaliar individualmente as estratégias de terapia e aceitação do luto na infância, pois cada criança apresenta reações e vivências distintas em relação à perda. A personalização do tratamento permite que o psicólogo adapte as intervenções às necessidades específicas da criança, promovendo um ambiente seguro e acolhedor. Fazendo uma ligação com o luto e o impacto na aprendizagem infantil, a dessensibilização sistemática, proposta pelos autores abordados, revela uma abordagem terapêutica eficaz para ajudar crianças a lidarem com as dificuldades emocionais que surgem após a perda de um ente querido.

As terapias baseadas na abordagem psicológica behaviorista, particularmente a Análise do Comportamento, têm se mostrado eficazes nesse contexto. Estudos como os de McMahon e Barlow (2010) demonstram que esses modelos de intervenções podem ajudar crianças a desenvolver habilidades de enfrentamento e promover a aceitação do luto, tornando-as mais resilientes.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como objeto o luto e suas implicações na infância, tendo como objetivo geral discorrer sobre terapias efetivas no enfrentamento do luto da criança. Os dados analisados permitem afirmar que as implicações do luto na infância podem ser

profundas e variadas, afetando o desenvolvimento emocional, social e cognitivo da criança, podendo ser manifestado através de alterações no comportamento, regressões ou dificuldades na escolarização.

Assim, é possível também dizer que a forma como a criança vivencia a perda está relacionada à sua capacidade de compreender a morte e ao suporte emocional que recebe dos adultos.

Ficou evidenciado no decorrer da pesquisa que intervenções terapêuticas que abordam a aceitação do luto podem contribuir para o fortalecimento da resiliência na infância, promovendo uma adaptação saudável à perda. A compreensão do luto na infância, portanto, exige uma abordagem sensível e informada, considerando as singularidades de cada criança.

As estratégias baseadas na análise do comportamento, como análise funcional do comportamento, treinamento de habilidades de enfrentamento e exposição e a dessensibilização, podem ser adaptadas para atender às necessidades individuais de cada criança. Convém destacar que o conjunto de condicionantes apresentado na pesquisa em relação às estratégias efetivas de apoio ao luto não possui caráter exaustivo, dado que essa temática exige uma reflexão individualizada, mas as evidências existentes apoiam a eficácia das intervenções comportamentais.

Cabe destacar também que esta não se esgota em si mesma, pois no decorrer dos estudos foram surgindo outras questões que necessitam de novas investigações, dentre as quais destaca-se: A Terapia Comportamental é acessível a todas as classes sociais?

No entanto, ao procurar responder à problemática proposta neste trabalho, consideramos que os resultados obtidos, apesar de possuírem muitas limitações, são significativos, na medida em que contribuem para compreender que a aceitação do luto na infância pode ser facilitada por estratégias terapêuticas fundamentadas na análise do comportamento, sendo fundamental que os profissionais utilizem as estratégias para transformar a experiência do luto em um processo de crescimento emocional.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais - DSM-5-TR**. 5. ed. rev. Washington: Associação

Psiquiátrica Americana, 2022. Disponível em: https://www.academia.edu/96657644/DSM_5_Atualizado_Portugu%C3%AAs_DSM_5_TR_American_Psychiatric_Association. Acesso em: setembro 2024.

ANDRADE, M. L. R. Grupo de encontro: uma rede para o crescimento. *In: Abordagem centrada na pessoa e algumas de suas possibilidades*. São Paulo: All Print Editora, 2020.

ARANTES-GONÇALVES, F. Luto e depressão: da psicanálise às neurociências. *Interações*, Coimbra, n. 21, p. 21-37, 2011. Disponível em: <https://interacoes-smt.com/index.php/revista/article/view/320/332>. Acesso em: 27 set. 2024.

BANDURA, A. **Teoria da aprendizagem social**. Nova York: Academic Press, 1977.

BOELEN, P. A.; PRIGERSON, H. G. A influência dos sintomas de transtorno de luto prolongado, depressão e ansiedade na qualidade de vida entre adultos enlutados: um estudo prospectivo. *Bereavement Care*, v. 23, n. 3, p. 38-40, 2004. Disponível em: [doi:10.1080/02682620408657612](https://doi.org/10.1080/02682620408657612). Acesso em: 20 ago. 2024.

BORGES, P. R.; CASSAS, J. H. dos S. S. Ativação comportamental: apresentando um protocolo integrador no tratamento da depressão. *Rev. Bras. de Ter. Comp. Cog.*, [S. l.], v. 19, n. 3, p. 238–259, 2012. DOI: 10.31505/rbtcc.v19i3.1065. Disponível em: <https://rbtcc.com.br/RBTCC/article/view/1065>. Acesso em: 20 set. 2024.

BOWLBY, J. **Apego e perda**: vol. 3 - Perda: tristeza e depressão. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1990.

CASTRO, M.; LAMELA, D.; FIGUEIREDO, B. Aliança terapêutica pais-terapeuta como indicador da qualidade da relação terapêutica entre criança e terapeuta. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, v. 1, n. 1, p. 53-60, 2009.

CHIAMBRETTO, P.; MORONI, L.; GUARNERIO, C.; BERTOLOTTI, G. Validazione italiana del Prolonged Grief Disorder (PG-12). *G Ital Med Lav Erg*, Pavia, v. 30, n. 1, p. A105-A110, 2008. Supl. A. Disponível em: <https://www.ordinemedicilatina.it/system/files/Validazione+italiana+del+Questionario+Prolonged+Grief+Disorder.pdf>. Acesso em: 20 set. 2024.

DEITS, B. **A vida depois da perda**. Algés: Livro de Vida, 2016.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. **Psicologia das habilidades sociais na infância** – teoria e prática. Rio de Janeiro, RJ: Vozes, 2005.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. Um sistema de categorias de habilidades sociais educativas. *Paidéia: Cadernos de Psicologia e Educação*, v. 18, n. 41, p. 517-530, 2008.

FERNANDES, K. M. E.; MONTALLI, J. D. R.; VALOTO, M. V. Terapia analítico-comportamental infantil com crianças enlutadas: intervenção clínica. *In*: FONSECA, F. N.; SANTOS, L. B.; FREIRE, A. L. L. (org.). **Luto: Teoria e intervenção em análise do comportamento**. Curitiba: CRV, 2022, p. 13-415.

FONSECA, F. N.; SANTOS, L. B.; FREIRE, A. L. L. **Luto e análise do comportamento: perspectivas para a prática clínica**. São Paulo: CRV, 2022.

HAYES, S. C. **Saia da sua mente e entre na sua vida: a nova terapia de aceitação e compromisso**. Novo Hamburgo: Sinopsys, 1999.

HOFMANN, H. do N. Análise do comportamento e a relação entre o luto, crise, emergências e desastres. *In*: FONSECA, F. N.; DOS SANTOS, L. B.; FREIRE, A. L. L. (org.). **Luto: teoria e intervenção em análise do comportamento**. Curitiba: CRV, 2022. p. 311-326.

KABAT-ZINN, J. **Full catastrophe living: usando a sabedoria do seu corpo e mente para enfrentar o estresse, a dor e a doença**. Nova York: Delta, 1990.

LUZ, R. **Luto é outra palavra para falar de amor: cinco formas de honrar a vida de quem vai e de quem fica após uma perda**. 1. ed. São Paulo: Ágora, 2021.

MACMAHON, M. J.; BARLOW, M. Functional analytic psychotherapy: creating intense and curative relationships. **Journal of Psychotherapy Integration**, v. 4, p. 175-201, 2010.

MARTIN, G.; PEAR, J. **Modificação de comportamento: o que é e como fazer**. 8. ed. São Paulo: Roca, 2013.

MEYER, S. B. Análise do comportamento e terapia analítico-comportamental. *In*: TOURINHO, E. Z.; LUNA, S. V. (org.). **Análise do comportamento: investigações históricas, conceituais e aplicadas**. São Paulo: Roca, 2012. p. 153-174.

NEVES, M. de S. **Monografias, dissertações e teses: apontamentos para o início de uma discussão**. Texto não publicado, 1996.

NEZU, A. M.; NEZU, C. M. Treinamento em solução de problemas. *In*: CABALLO, V. E. (org.). **Manual de técnicas de terapia comportamental e modificação de comportamento**. São Paulo: Santos, 2004. p. 471-493.

PARKES, C. M. **Luto: estudos sobre a perda na vida adulta**. São Paulo: Summus, 1998.

PIMENTA, A. C. D.; SALVADOR, A. P. V. A prática do(a) terapeuta comportamental infantil: considerações e reflexões sobre a atuação e manejo clínico. *In*: SANTOS, A. V.;

PITANGA, A. V. (org.). **Terapia analítico-comportamental infantil: práticas criativas do terapeuta no atendimento com crianças.** Curitiba: Juruá Editora, 2023. p. 215-238.

SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico.** 23. ed. rev. e atual. São Paulo: Cortez, 2007.

SHEAR, K.; FRANK, E.; HOUCK, P. R.; REYNOLDS, C. F. III. Treatment of complicated grief: a randomized controlled trial. **JAMA**, v. 293, n. 21, p. 2601-2608, 2015. doi:10.1001/jama.293.21.2601. Acesso em: setembro 2024.

SKINNER, B. F. **Ciência e comportamento humano.** São Paulo: UnB/FUNBEC, 1953.

THOMAZ, C. R. de C. Episódios emocionais como interações entre operantes e respondentes. *In*: BORGES, N. B.; CASSAS, F. A. **Clínica analítico-comportamental: aspectos teóricos e práticos.** Porto Alegre: Artmed, 2012.

WOLPE, J. Psychotherapy by reciprocal inhibition. **Cond Reflex.** v. 3, n. 4, p. 234-240, 1968. Doi 10.1007/BF03000093.