

AUTOCONHECIMENTO E SUAS REPERCUSSÕES PARA PRÁTICAS PSICOTERÁPICAS

Victória Maria Freitas Pedrosa, Pedro Igor da Frota Viana do Nascimento, Antonio Jhonatan Paulo Araújo, Natália Santos Marques

Diante da discussão em torno da noção de que o autoconhecimento está atrelado a um processo de introspecção, ou seja, do voltar-se do sujeito para si mesmo para uma análise interna do que ocorre consigo, concepção essa ligada a tradições mentalistas que até hoje influenciam o cenário do tratamento psicológico, esse trabalho tem por objetivo discutir sobre como se dá o conceito do autoconhecimento a partir do viés Analítico-comportamental, passando pelo que é dito pela filosofia desta ciência postulada por Skinner e a partir dessa análise refletir de que forma essa concepção pode ser mais útil quando trabalhada no ambiente terapêutico. Assim, foi realizado um estudo de revisão bibliográfica acerca do conceito de autoconhecimento e dessa forma, vimos estarem correlacionados à temática, a noção de temas como consciência, liberdade, autocontrole e contracontrole, nos quais também faremos referência ao estudar a concepção ligada ao autoconhecimento proposta pelo Behaviorismo Radical. Os resultados obtidos a partir desse estudo nos permitem entender de que forma o autoconhecimento está intrinsecamente ligado ao contexto social, no qual a comunidade verbal é necessária para que o indivíduo possa discriminar seus comportamentos. Dessa forma, o autoconhecimento tratado pela Análise do Comportamento se contrapõe a noções mentalistas, uma vez que, o “outro” é imprescindível para o autoconhecimento no behaviorismo radical, visto que a comunidade reforça de diferentes maneiras o comportamento verbal de autodescrição. Ademais, um dos objetivos das psicoterapias é promover o autoconhecimento, tendo em vista, a importância do sujeito compreender seus próprios comportamentos. A partir do autoconhecimento, ou seja, saber o que faço e o porquê faço, descrições funcionais dos comportamentos-problema e outros, são viáveis, o que reforça a possibilidade de autocontrole e mudança, o que pode, por sua vez, possibilitar a melhora do paciente no que tange as questões ligadas a seu sofrimento.

Palavras-chave: Palavras-chave: autoconhecimento, análise do comportamento, psicoterapia..