

CONTEXTO FAMILIAR DISFUNCIONAL E A (IN)FLEXIBILIDADE PSICOLÓGICA: UMA REVISÃO DE ESCOPO

DYSFUNCTIONAL FAMILY CONTEXT AND (IN)PSYCHOLOGICAL FLEXIBILITY: A SCOPING REVIEW

Maria Eduarda Gomides¹
Maria de Lourdes Borges²

RESUMO

O contexto disfuncional pode ser caracterizado por padrões de interação, comunicação ou organização que não favorecem o desenvolvimento saudável dos indivíduos. Dessa forma, vínculos marcados pela disfuncionalidade estão associados a um maior risco de comprometimento da saúde mental. Quando isso ocorre, o sujeito pode apresentar dificuldade em aceitar suas experiências internas e, consequentemente, deixar de agir de acordo com seus valores pessoais, mesmo diante do sofrimento, caracterizando o que se denomina inflexibilidade psicológica. Nessa perspectiva, a inflexibilidade psicológica deriva do comprometimento de seis processos centrais: aceitação, desfusão, contato com o momento presente, self como contexto, valores e ação comprometida. O comprometimento desses processos ocorre quando os indivíduos não dispõem de repertórios comportamentais alinhados a esses processos, sobretudo aos valores internalizados, que se desenvolvem, entre outros fatores, por meio das vivências no contexto em que crescem. Diante disso, a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), abordagem que entende o sujeito como alguém sempre influenciado e moldado pelo seu contexto, busca ampliar a capacidade da pessoa de aceitar suas experiências internas, sem tentar evitá-las, e de agir de maneira coerente com seus valores, mesmo quando enfrenta situações dolorosas e inevitáveis da vida a fim de preservar o desenvolvimento saudável desses processos.

Palavras-chave: contexto familiar disfuncional; flexibilidade psicológica; terapias contextuais; contextos disfuncionais; sofrimento emocional; Terapia de Aceitação e Compromisso.

ABSTRACT

A dysfunctional context can be characterized by patterns of interaction, communication, or organization that do not promote the healthy development of individuals. In this sense, bonds marked by dysfunctionality are associated with an increased risk of mental health impairment. When this occurs, the individual may struggle to accept their internal experiences and, consequently, fail to act in accordance with their personal values, even in the face of suffering, which characterizes what is known as psychological inflexibility. From this perspective,

¹Graduanda de Psicologia da Universidade La Salle. E-mail: maria.202121521@unilasalle.edu.br e mariaeduardagomides@gmail.com. Trabalho de Conclusão de Curso, Semestre 2025/2.

²Psicóloga, Doutora e Mestre em Administração. Professora de Graduação do curso de Psicologia e do Programa de Pós-Graduação em Memória Social e Bens Culturais da Universidade La Salle. E-mail: maria.borges@unilasalle.edu.br e maluborg@gmail.com e Orcid <https://orcid.org/0000-0002-1277-5773>.

psychological inflexibility stems from the impairment of six core processes: acceptance, defusion, contact with the present moment, self as context, values, and committed action. The impairment of these processes occurs when individuals lack behavioral repertoires aligned with them, especially with their internalized values, which develop, among other factors, through lived experiences in the context in which they grow up. Therefore, Acceptance and Commitment Therapy (ACT), an approach that understands the individual as someone constantly influenced and shaped by their context, seeks to broaden the person's ability to accept internal experiences without attempting to avoid them, and to act in a manner consistent with their values, even when facing painful and inevitable life situations, in order to preserve the healthy development of these processes.

Keywords: dysfunctional family context; psychological flexibility; contextual therapies; dysfunctional contexts; emotional distress; Acceptance and Commitment Therapy.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com Kumari (2020), aspectos culturais tendem a relativizar a disfuncionalidade do contexto familiar, de modo que, com o passar do tempo, padrões familiares prejudiciais passam a ser considerados normais, e o sofrimento psicológico que causam é frequentemente ignorado por seus membros. Ainda, percebe-se que a cultura contemporânea trata os pensamentos e sentimentos desagradáveis como um sintoma, o que aumenta a relativização do sofrimento diante da família (Hayes, Strosahl e Wilson, 2021). Diante desse cenário, a psicologia, por meio de abordagens contemporâneas, passou a enfatizar a relevância de um contexto familiar saudável para o desenvolvimento positivo de seus membros, destacando que a disfuncionalidade constitui um fator de risco para o surgimento de sintomas internalizantes (Hovens *et al.*, 2012; Rehan *et al.*, 2017).

As terapias contextuais, por exemplo, enfatizam tanto a função do comportamento quanto a análise do contexto, ao mesmo tempo em que destacam a flexibilidade psicológica como eixo central. Nessa perspectiva, a análise do ambiente constitui um dos princípios básicos dessa abordagem teórica pois busca-se assumir que o fundamento do comportamento, bem como sua causa, está na associação entre os organismos vivos e o ambiente em que se encontram (Linehan e Wilks, 2015; Oshiro e Ferreira, 2021). Em concordância, Skinner (1957) pontua que a abordagem teórica contextualista pressupõe que o comportamento pode ser avaliado a partir do contexto social e individual do sujeito, considerando que o ambiente externo possui valor preditivo sobre o comportamento e suas funções. Ou seja, o comportamento é entendido como produto do contexto.

Nessa perspectiva, a experiência do sofrimento e as formas que utilizamos para aliviar a dor dependem do contexto e do repertório adquirido ao longo da história de vida (Oshiro e Ferreira, 2021). De acordo com Hayes *et al.* (2006), entende-se que o sofrimento humano é inerente à espécie e faz parte da vida. Nesse sentido, assumir o comportamento persistente de fugir do contato com experiências negativas que causam sofrimento pode afastar o sujeito daquilo que é saudável e importante a longo prazo, essa atitude é caracterizada como esquiva experiencial, gerada pela inflexibilidade psicológica (Hayes; Strosahl e Wilson, 1999; Hayes *et al.*, 2006; Hayes, Strosahl e Wilson, 2021).

Sob esse mesmo horizonte, segundo com Hayes, Strosahl e Wilson (2021), revela-se mais conveniente adotar a perspectiva biológica do sofrimento em detrimento do enfrentamento da realidade, ou seja, considerar os sentimentos e pensamentos desagradáveis um sintoma a fim de ter uma explicação palpável. Reconhece-se que o sofrimento constitui uma consequência natural de processos psicológicos normais, sobretudo aqueles que envolvem a linguagem humana, visto que ela é a base da interação do sujeito com o mundo. Por meio dessa linguagem, criam-se símbolos, atribuem-se significados, recorda-se o passado e antecipa-se o futuro, o que, por sua vez, acaba produzindo dor emocional (Hayes, Strosahl e Wilson, 2021).

Vale ressaltar que o desenvolvimento e o uso da linguagem ocorrem por meio da interação com o ambiente, que possibilita a atribuição de significados às ações. Portanto, as experiências contextuais ao longo do desenvolvimento moldam as habilidades linguísticas do sujeito, as quais estão diretamente associadas à sua flexibilidade psicológica, ou seja, quanto mais desenvolvida ela for, maior será a aptidão para lidar com a complexidade emocional de maneira mais flexível, consequentemente, maiores serão as ferramentas disponíveis para lidar com o sofrimento (Hayes; Strosahl e Wilson, 2021). Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo compreender a relação entre o contexto familiar disfuncional e a (in)flexibilidade psicológica, a partir de uma revisão de escopo.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

O referencial teórico discorre sobre a conexão entre contexto familiar disfuncional e a inflexibilidade psicológica, destacando conceitos centrais das terapias contextuais e fundamentos da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT).

2.1 Contexto Familiar Disfuncional

O contexto disfuncional pode ser caracterizado como padrões de interação, comunicação ou organização que não favorecem o desenvolvimento saudável dos indivíduos (Barnes-Holmes e McEnteggart, 2015). A relevância do contexto é destacada em diferentes abordagens, que igualmente o reconhecem como fundamental. A teoria do desenvolvimento de Piaget, por exemplo, pontua que um dos papéis fundamentais do ambiente, principalmente o contexto familiar, é inserir o sujeito no ambiente social, emocional, interpessoal, econômico e cultural para favorecer seu desenvolvimento (Piaget, 1976).

O contato saudável com esses contextos exerce grande influência sobre o bem-estar do indivíduo, de modo que vínculos interpessoais disfuncionais estão associados a uma maior probabilidade de risco à saúde mental (Caballo e Simón, 2004). Além disso, considerando a interligação entre a afetividade e a cognição, sujeitos com famílias disfuncionais manifestam comportamentos patológicos, e a preservação desses comportamentos está relacionada não apenas a eventos passados, mas à persistência de obstáculos ao longo do desenvolvimento (Cummings; Davies e Campbell, 2000).

A cognição humana representa um tipo específico de comportamento aprendido, capaz de modificar os efeitos de outros processos comportamentais (Dymond e Barnes, 1995). As relações e funções cognitivas são reguladas por diferentes características contextuais presentes em cada situação (Wulfert e Hayes, 1988). A forma ou conteúdo da cognição se torna problemática na medida em que características contextuais levam o conteúdo cognitivo a regular a ação humana de maneira disfuncional (Hayes *et al.*, 2006).

Nessa perspectiva, as abordagens contextualistas consideram a totalidade funcional do sujeito, de modo que não é razoável analisar os processos mentais apenas por meio de eventos isolados, ações separadas das partes ou mecanismos

envolvidos na interação. O mais coerente é considerar que o comportamento sempre ocorre através do contexto e em interação com ele (Hayes; Strosahl e Wilson, 2021). Em vista disso, o grupo familiar tem um papel primordial no desenvolvimento do sujeito, pois o comportamento humano e a forma de lidar com diferentes situações estão relacionados ao repertório comportamental do indivíduo, o qual se constitui por meio da linguagem que por sua vez é construída a partir do contexto, especialmente no que se refere à constituição familiar, que exerce papel determinante nesse processo (Osório, 1996).

Ainda de acordo com Osório (1996), pode-se observar que é inerente à família a competência de promover o amadurecimento e o desenvolvimento biopsicossocial dos indivíduos. Nesse sentido, seu papel inclui fornecer apoio emocional e psicológico, receber, acolher, conter e oferecer estabilidades sociais e emocionais (Sarti, 2004). Sob essa ótica, ressalta-se que os ensinamentos, regras e valores internalizados na infância, desenvolvidos através da interação familiar, perpetuam-se ao longo da vida, funcionando como referência interna para escolhas, comportamentos e respostas. Além disso, o contexto familiar é responsável pela introdução à compreensão das relações entre os indivíduos e no processamento emocional, atuando como um espaço no qual as experiências vividas são elaboradas (Sarti, 2004).

Diante disso, essa interação é fundamental para a construção da flexibilidade psicológica do sujeito, na medida em que o desenvolvimento em um ambiente familiar disfuncional não fornece repertórios comportamentais saudáveis (Hayes; Strosahl e Wilson, 2021). Segundo esses autores, o repertório comportamental limitado se caracteriza pela rigidez no seguimento das regras internalizadas e fornecidas pelo contexto. Essas regras, geradas pela linguagem, constituem um dos componentes-chave da esquiva experiencial, fenômeno em que o sujeito evita situações, emoções ou experiências consideradas desagradáveis, o que gera inflexibilidade psicológica (Hayes, Strosahl e Wilson, 2021).

Analizar a relação entre inflexibilidade psicológica e esquiva experiencial é relevante, pois demonstra a tendência do sujeito de direcionar-se ao mundo interno como principal fonte de regulação comportamental, intensificando padrões de comportamento não saudáveis (Hayes, Strosahl e Wilson, 2021). Ou seja,

desenvolver-se em um contexto familiar disfuncional pode gerar dificuldades na gestão das emoções e propiciar sofrimento psicológico (Sarti, 2004).

2.2 Flexibilidade Psicológica

A flexibilidade psicológica é caracterizada pelo contato com o momento presente, ou seja, a capacidade de percebê-lo de maneira realista, e não como se imagina que seja. Esse contato deve ocorrer de forma consciente e sem defesas, permitindo que o sujeito seja capaz de favorecer a mudança de comportamento a serviço dos valores escolhidos com o intuito conseguir desenvolver ferramentas para lidar com situações aversivas. Ainda, é descrita como a capacidade de viver de acordo com esses valores ou metas pessoais, de tolerar, aceitar ou superar interferências, bem como lidar com processos internos que causam sofrimento. Além disso, as ações precisam se adequar ao contexto ou ambiente do sujeito, ou considerar novas informações provenientes do ambiente (Cherry *et al.*, 2021).

Nessa perspectiva, a Terapia de Aceitação e Compromisso é considerada fundamental para compreender esse mecanismo, uma vez que busca ampliar a flexibilidade psicológica, ou seja, a capacidade da pessoa de aceitar suas experiências internas, sem evitá-las e agir de acordo com seus valores, mesmo diante do sofrimento (Hayes, Strosahl e Wilson, 2021). Segundo a ACT, há seis processos fundamentais que atuam de forma integrada para promover a flexibilidade psicológica tais como aceitação, desfusão, contato com o momento presente, *self* como contexto, valores e ação comprometida (Hayes *et al.*, 2006; Hayes, Strosahl e Wilson, 2021).

Desse modo, o desenvolvimento desfavorável desses processos pode gerar a inflexibilidade psicológica, que é o produto de uma precária regulação contextual sobre os próprios processos linguísticos (Hayes *et al.*, 2006). Diante disso, pesquisas sugerem que pacientes diagnosticados com alguns transtornos mentais apresentam significativa inflexibilidade psicológica. Tal observação foi feita com base na dificuldade que certos indivíduos possuem com pensamentos, emoções e comportamentos flexíveis (Cherry *et al.*, 2021).

Sob esse aspecto, a aceitação consiste em assumir de forma ativa e consciente os eventos internos provocados pela própria história. Torna-se uma estratégia para conectar o sujeito com seus valores e orientar suas ações a partir deles (Hayes *et al.*, 2006). O contato com o momento presente diminui à medida que as pessoas

começam a viver “em suas cabeças”. O passado e o futuro conceitualizados, assim como o *self* conceitualizado, ganham mais poder regulatório sobre o comportamento, contribuindo ainda mais para a inflexibilidade psicológica (Hayes *et al.*, 2006).

Outro processo importante da flexibilidade é a fusão cognitiva, que se refere ao controle excessivo do comportamento por processos verbais normalmente controlados por regras rígidas e por conjuntos de relações entre estímulos que se manifestam a partir de relações já estabelecidas (Hayes, Strosahl e Wilson, 1999). Ou seja, o sujeito pode comportar-se de forma automática, de acordo com os recursos disponíveis no ambiente (Kashdan e Rottenberg, 2010).

Esses comportamentos são fruto de eventos privados, como pensamentos com funções indesejáveis. A ACT se preocupa em alterar essas funções analisando alternativas de mudar a forma como a pessoa se relaciona com os pensamentos, esse procedimento é chamado de desfusão. Nessa perspectiva, esse processo almeja reduzir a interpretação rígida dos pensamentos, minimizando a importância atribuída aos eventos privados (Hayes *et al.*, 2006).

Paralelamente, vale ressaltar que à medida em que o contato com o momento presente diminui, a ideia que o sujeito possui sobre o passado e o futuro tem significativa influência na regulação do comportamento, o que contribui para a inflexibilidade psicológica (Hayes *et al.*, 2006). Isso é visível em pessoas que têm dificuldade em se responsabilizar pelos próprios comportamentos. Sendo assim, emoções e pensamentos são usados como justificativas para as ações, e essa justificativa tende a impulsionar o sujeito ao mundo interno como forma de regulação emocional, exacerbando a evitação experiencial que resulta na inflexibilidade (Hayes *et al.*, 2006).

Nesse sentido, a utilização da ACT na promoção do bem-estar emocional por meio da flexibilidade psicológica tem se mostrado eficiente, pois favorece o contato contínuo com eventos psicológicos e ambientais durante sua ocorrência, para que o sujeito tenha comportamentos mais flexíveis e alinhados a seus valores (Cherry *et al.*, 2021). Alinhado a isso, o *self* como contexto desempenha papel fundamental no processo da flexibilidade, uma vez que impulsiona o sujeito a estar ciente do próprio curso de experiências sem regras ou rigidez (Hayes, Strosahl e Wilson, 2021).

No tocante aos valores, estes são particularidades positivas escolhidas de forma intencional e não negociáveis, geradas pelos terapeutas para enfraquecer

processos verbais que poderiam levar a escolhas baseadas em evitação, conformidade social ou fusão. É de suma importância que os valores sejam escolhidos de forma individual e não impostos por outras pessoas ou pelas circunstâncias. Eles devem ser o meio para a construção ou identificação da própria identidade ao longo do tempo, ou seja, valores são formulações verbais estabelecidas pelo sujeito visando determinar a base da criação de autorregras e objetivos (Zilio, 2011).

Como extensão dos valores, há a ação comprometida, que envolve atividades mentais privadas, nas quais o sujeito se propõe a redirecionar o comportamento de modo que ele seja coerente com seus valores. Dessa forma, esse sujeito estará engajado em uma ação e compromisso (Hayes *et al.*, 2006). Além disso, o comportamento governado por regras também exerce influência sobre a flexibilidade psicológica. Essa influência ocorre porque envolve o seguimento de instruções verbais, constituindo-se como um tipo de regulação verbal complexa (Torneke *et al.*, 2016).

Essa forma de comportamento resulta em rigidez caracterizada pelo seguimento de regras que não funcionam mais no contexto em que se encontra o sujeito, gerando sofrimento psicológico. Saber identificar o momento em que se deve seguir essas regras geradas pela linguagem é um dos componentes-chave para a flexibilidade psicológica. Nesse sentido, fazer uma discriminação flexível e viável do próprio comportamento torna-se fundamental para o bem-estar (Barnes-Holmes e McEnteggart, 2015).

3 METODOLOGIA

Este estudo tem como objetivo realizar uma revisão de escopo de literatura. A revisão de escopo consiste em um tipo de revisão de literatura científica cujo principal objetivo é mapear e descrever as informações já existentes no campo de pesquisa. Para isso, reúne diferentes estudos com o propósito de analisar os dados produzidos, possibilitando identificar as lacunas ainda existentes no desenvolvimento de pesquisas sobre o tema (Cordeiro e Soares, 2020).

Esse tipo de revisão é indicado quando o tema abordado apresenta ampla abrangência, pois tem como objetivo proporcionar uma compreensão mais completa e assertiva do assunto. Nessa perspectiva, buscou-se analisar como a (in)flexibilidade psicológica tem sido discutida em estudos que investigam indivíduos expostos a

contextos familiares disfuncionais, com o intuito de compreender a população-alvo da pesquisa, os aspectos relacionados à flexibilidade e à inflexibilidade psicológica relacionados na dinâmica familiar e o próprio contexto dos ambientes familiares disfuncionais (Cordeiro e Soares, 2020).

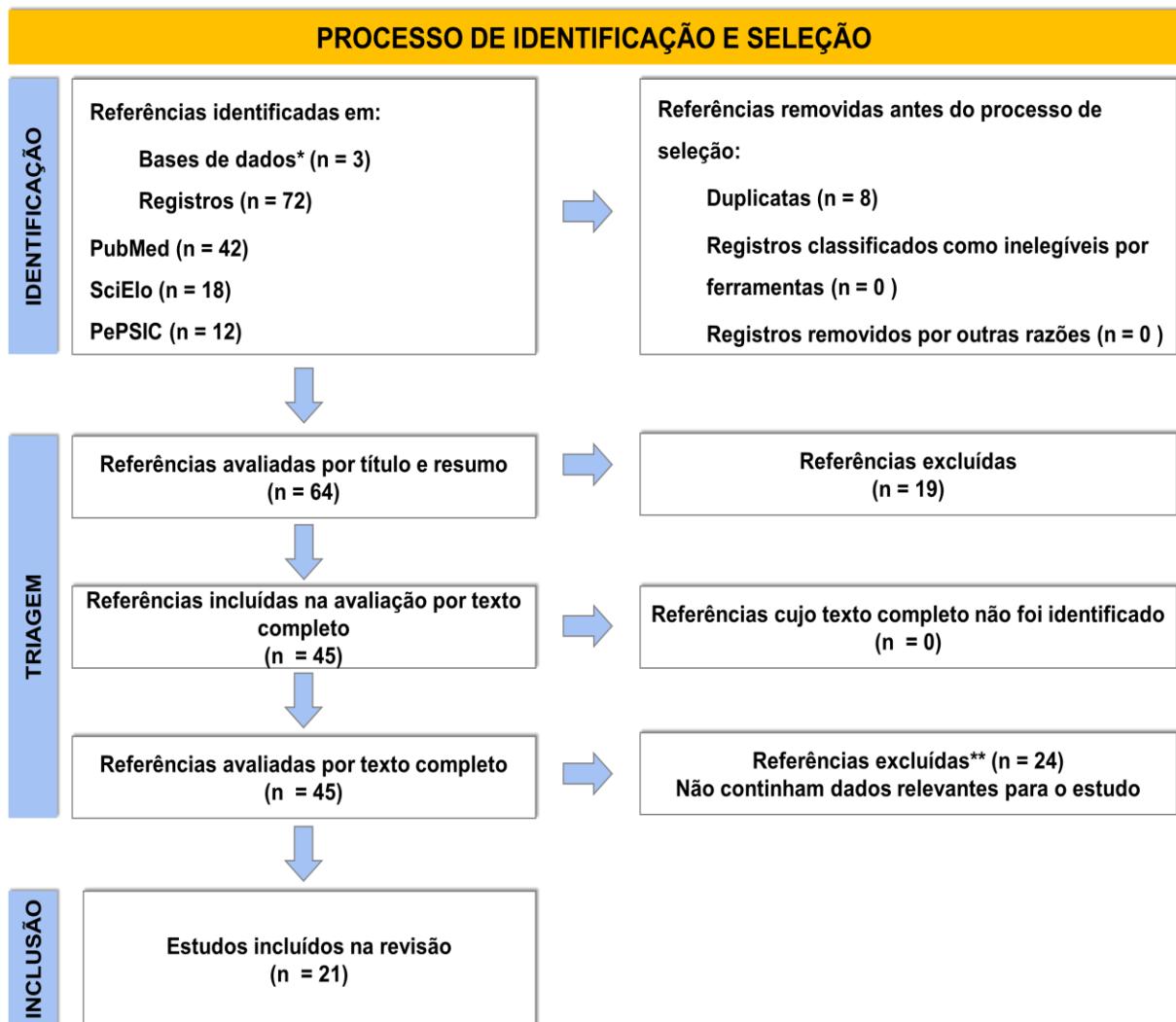
Nesse sentido, foi conduzido um processo estruturado para localizar e identificar estudos primários publicados, com o intuito de responder à questão de pesquisa proposta. Os dados primários foram coletados nas bases de dados PubMed, SciELO e Pepsic. Além disso, não foram utilizados apenas artigos científicos em fontes de informação indexadas, mas também capítulos e livros de autores reconhecidos, que constituem referências centrais para analisar e sintetizar os principais conceitos que envolvem o tema abordado.

A delimitação das bases de dados baseia-se em sua cobertura e relevância internacional e nacional, além de seu propósito voltado à organização e análise de informações (Andalia, Labrada e Castells, 2010). As obras selecionadas abrangem o período de 2004 a 2023. No processo de levantamento de informações foram realizadas consultas nas bases de dados utilizando os seguintes descritores: contexto familiar disfuncional, flexibilidade psicológica, terapias contextuais, contextos disfuncionais e sofrimento emocional.

Concluído o levantamento das informações, procedeu-se à exclusão dos artigos e documentos da literatura duplicados. Em seguida, as publicações selecionadas passaram por uma avaliação inicial a partir da leitura dos resumos. Os trabalhos que não contemplavam o tema da pesquisa foram descartados, enquanto aqueles com potencial de contribuição foram mantidos para análise posterior. Na etapa seguinte, tornou-se necessário reler integralmente todos os artigos, a fim de verificar se realmente poderiam ser utilizados na pesquisa.

A Figura 1 apresenta o fluxograma do processo de identificação, triagem e inclusão dos estudos, elaborado conforme as diretrizes PRISMA (2020). Inicialmente, foram identificadas 72 referências nas bases PubMed, SciELO e PePSIC, das quais 21 foram incluídas na revisão após a aplicação dos critérios de elegibilidade.

Figura 1 – Fluxograma de triagem e seleção dos artigos analisados.



Fonte: Elaboração própria, 2025.

4 ANÁLISE

O Quadro 1 apresenta as obras selecionadas após a aplicação dos critérios de inclusão. Esse quadro organiza as referências por autor, ano, título e tipo de publicação (livro ou artigo), permitindo uma visão sistemática das fontes que fundamentaram a pesquisa (PRISMA, 2020). A seleção contempla estudos nacionais e internacionais, abrangendo publicações entre 2004 e 2023, que oferecem suporte teórico para compreender as relações entre contexto familiar disfuncional, inflexibilidade psicológica e terapias contextuais.

Quadro 1 – Obras selecionadas para a revisão sistemática, organizadas por autor, ano, título e tipo de publicação.

N	Autor(es)	Ano	Título / Revista / Local	Tipo
1	BARNES-HOLMES, Y.; McENTEGGART, C.	2015	Behavior Analysis and the Treatment of Human Psychological Suffering. In: <i>Clinical and Organizational Applications of Applied Behavior Analysis. Practical Resources for the Mental Health Professional</i> . Tokyo/Amsterdam: Academic Press	Capítulo de livro
2	BECK, A. T.; FREEMAN, A.; DAVIS, D. D.	2005	Terapia cognitiva dos transtornos de personalidade. 2. ed. Porto Alegre: Artmed	Livro
3	BECK, J.	2007	Terapia cognitiva para desafios clínicos: o que fazer quando o básico não funciona. Porto Alegre: Artmed	Livro
4	BECK, J. S.	2013	Terapia Cognitivo-Comportamental: teoria e prática. 2. ed. Porto Alegre: Artmed	Livro
5	CARRARA, K.	2004	Causalidade, relações funcionais e contextualismo: algumas indagações a partir do behaviorismo radical. <i>Interações</i> , v. 9	Artigo
6	CHERRY, K. M.; HOEVEN, E. V.; PATTERSON, T. S.; LUMLEY, M. N.	2021	Defining and measuring "psychological flexibility": a narrative scoping review of diverse flexibility and rigidity constructs and perspectives	Artigo
7	GASPARETTO, L. G.; BANDEIRA, C.; GIACOMONI, C. H.	2017	Bem-estar subjetivo e traços de personalidade em crianças: uma relação possível? <i>Trends in Psychology / Temas em Psicologia</i>	Artigo
8	GIACOMONI, C. H.; SOUZA, L. K.; HUTZ, C. S.	2014	O conceito de felicidade em crianças. <i>Psico-USF</i> , Bragança Paulista	Artigo
9	HAYES, S. C.; BARNES-HOLMES, D.; ZETTLE, R. D.; BIGLAN, A. (ed.)	2015	<i>Handbook of contextual behavioral science</i> . Nevada: Blackwell-Wiley	Livro
10	HAYES, S. C.; LUOMA, J. B.; BOND, F. W.; MASUDA, A.; LILLIS, J.	2006	Acceptance and Commitment Therapy: model, processes and outcomes. <i>Behaviour Research and Therapy</i>	Artigo
11	HAYES, S. C.; LEVIN, M. E.; PLUMB-VILARDAGA, J.; VILLATTE, J. L.; PISTORELLO, J.	2013	Acceptance and commitment therapy and contextual behavioral science: examining the progress of a distinctive model of behavioral and cognitive therapy. <i>Behavior Therapy</i>	Artigo
12	HAYES, S. C.; STROSB AHL, K. D.; WILSON, K. G.	2021	Terapia de aceitação e compromisso: o processo e a prática da mudança consciente	Livro
13	HOVENS, J. G. F. M. et al.	2012	Impact of childhood life events and trauma on the course of depressive and anxiety disorders. <i>Acta Psychiatrica Scandinavica</i>	Artigo

N	Autor(es)	Ano	Título / Revista / Local	Tipo
14	JAMES, W.	2016	Pragmatismo: un nuevo nombre para viejas maneras de pensar. Madrid: Alianza Editorial	Livro
15	KUMARI, V.	2020	Emotional abuse and neglect: time to focus on prevention and mental health consequences. The British Journal of Psychiatry	Artigo
16	LINEHAN, M. M.; WILKS, C. R.	2015	The course and evolution of dialectical behavior therapy. American Journal of Psychotherapy	Artigo
17	OSHIRO, C. K. B.; FERREIRA, T. A. S.	2021	Terapias contextuais comportamentais: Análise funcional e prática clínica. Santana de Parnaíba: Manole	Livro
18	SAMPAIO, R.; MANCINI, M.	2007	Estudos de revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica	Artigo
19	SEDIKIDES, C.; HONG, E. K.; WILDSCHUT, T.	2023	Self-Continuity	Artigo
20	TÖRNEKE, N.; LUCIANO, C.; BARNES-HOLMES, Y.; BOND, F. W.	2016	RFT for clinical practice. In: The Wiley Handbook of Contextual Behavioral Science. Chichester: Wiley-Blackwell	Capítulo de livro
21	ZILIO, D.	2011	Algumas considerações sobre a terapia de aceitação e compromisso (ACT) e o problema dos valores	Artigo

Fonte: Elaboração própria, 2025.

Observou-se que tanto as obras nacionais quanto as internacionais selecionadas, após a aplicação dos critérios de inclusão, apresentaram elevada relevância e contribuíram significativamente para o desenvolvimento do presente trabalho. De forma integrada, esses estudos possibilitaram embasar a análise teórica, organizar a discussão e sustentar a interpretação acerca dos impactos do contexto familiar disfuncional sobre a inflexibilidade psicológica. Essa articulação entre a teoria e o método permitiu compreender de maneira mais ampla as relações entre experiências familiares, funcionamento emocional e processos cognitivos associados à rigidez ou à flexibilidade psicológica.

As observações de Stephen C. Pepper (1942, p. 348, apud Hayes e Hayes, 1988, p. 97) sobre as teorias mecanicista, organicista, contextualista e formista foram utilizadas como alicerce conceitual para o presente estudo, com o propósito de compreender a importância de situar o comportamento humano dentro de contextos específicos. Segundo o autor, não é possível compreender o comportamento humano

de modo isolado, uma vez que ele emerge de relações complexas entre o indivíduo e o ambiente (Pepper, 1942, p. 348, apud Hayes e Hayes, 1988, p. 97).

Assim, a análise não deve se restringir a eventos pontuais, mas considerar as interações e contingências que moldam a experiência subjetiva e social do sujeito. Sob essa perspectiva, a noção de contextualismo ofereceu uma base metodológica robusta para analisar o impacto de contextos familiares disfuncionais na formação e manutenção da inflexibilidade psicológica (Hayes e Hayes, 1988, Hayes, 2006).

Nesse mesmo sentido, as obras *Terapia Cognitiva dos Transtornos de Personalidade* (Beck et al., 2005), *Terapia Cognitiva para Desafios Clínicos* (Freeman & Dattilio, 2007) e *Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática* (Beck, 2013) foram fundamentais para a compreensão da interação entre padrões de pensamento, funcionamento emocional, vulnerabilidade psicológica, contexto familiar desadaptativo e o desenvolvimento da (in)flexibilidade psicológica. A partir da leitura e integração dessas obras, tornou-se possível discutir de maneira mais aprofundada como a vivência em ambientes não saudáveis interfere no comportamento e nas respostas emocionais dos indivíduos, moldando, a longo prazo, seu funcionamento psicológico.

Conforme apontam esses autores, os indivíduos ao se desenvolverem em um contexto marcado pela disfuncionalidade e pela instabilidade emocional, tendem a se tornar psologicamente vulneráveis. Essa vulnerabilidade pode favorecer o desenvolvimento de padrões de rigidez cognitiva e emocional, que dificultam o contato com o momento presente, a aceitação da experiência, a desfusão cognitiva, a clareza de valores e a ação comprometida, processos centrais para a promoção da flexibilidade psicológica (Hayes et al., 2006; Hayes et al., 2013; Hayes, Strosahl e Wilson, 2021). Assim, o conjunto de evidências dessas obras clássicas fornece respaldo teórico consistente para compreender os efeitos das interações familiares negativas sobre a estrutura psicológica e comportamental dos sujeitos.

Obras contemporâneas como o *Handbook of Contextual Behavioral Science* (Hayes, Barnes-Holmes e Biglan, 2015) e *Terapias Contextuais Comportamentais: Análise Funcional e Prática Clínica* (Oshiro e Ferreira, 2021), bem como capítulos específicos como *Behavior Analysis and the Treatment of Human Psychological Suffering* (Barnes-Holmes e McEnteggart, 2015) e *RFT for Clinical Practice* (Törneke et al., 2016), serviram de base para a compreensão dos impactos clínicos

relacionados ao desenvolvimento de padrões de sofrimento humano. Esses textos também foram fundamentais para aprofundar o entendimento sobre o conceito de (in)flexibilidade psicológica e suas múltiplas implicações clínicas e existenciais.

Em síntese, esse conjunto de referências teóricas possibilitou analisar, a partir de modelos empíricos e conceituais, como o crescimento em ambientes desfavoráveis à saúde mental pode gerar intenso sofrimento psicológico, frequentemente persistente ao longo da vida adulta. Essa perspectiva reforça a ideia de que experiências familiares precoces e contínuas têm papel determinante na formação de esquemas cognitivos, nas crenças centrais e nos modos de enfrentamento emocional (Hayes et al., 2006; Hayes, Strosahl e Wilson, 2021).

Nesse contexto, foi possível relacionar as informações teóricas e empíricas à análise do funcionamento familiar disfuncional e, a partir disso, compreender como se desenvolvem estratégias mais ou menos adaptativas para lidar com situações, pensamentos e sentimentos considerados aversivos. Além de identificar tais padrões, tornou-se possível discutir a importância do processo de **ressignificação** dessas experiências, a fim de favorecer a construção de respostas mais flexíveis e compatíveis com valores pessoais e contextos de vida (Beck et al., 2007; Beck, 2013; Hayes et al., 2006; Hayes et al., 2013; Hayes et al., 2021).

Também foram estabelecidas conexões entre cognição, desenvolvimento humano e processos de adaptação dentro dos contextos sociais e familiares. Para aprofundar essas articulações, utilizou-se a obra *Pragmatismo* (James, 2016), de William James, que contribuiu para compreender a relação entre pensamento, ação e experiência em contextos concretos. Essa integração teórica mostrou-se indispensável para analisar de que modo ambientes familiares disfuncionais impactam a formação da flexibilidade ou rigidez psicológica, oferecendo uma base conceitual sólida para a discussão proposta neste trabalho.

Os estudos de Giacomoni, Souza e Hutz (2014) e de Gasparetto, Bandeira e Giacomoni (2017) forneceram importantes recursos para investigar a relação entre bem-estar subjetivo e desenvolvimento emocional na infância. Esses autores evidenciam como padrões contextuais e interacionais influenciam a formação do repertório comportamental, bem como o desenvolvimento da flexibilidade psicológica. Observou-se, portanto, grande relevância da base teórica e metodológica desses estudos para o embasamento da discussão, especialmente quanto à influência da

instituição familiar no desenvolvimento emocional dos indivíduos. Esse conjunto de evidências possibilitou, posteriormente, aprofundar a discussão sobre os impactos da influência negativa da família na construção de repertórios rígidos e pouco adaptativos.

Carrara (2004), por sua vez, abordou aspectos de causalidade, relações funcionais e contextualismo, o que permitiu compreender com maior clareza os mecanismos comportamentais envolvidos na rigidez ou na flexibilidade psicológica de indivíduos inseridos em contextos familiares desafiadores. O trabalho de Zilio (2011) também ofereceu contribuições relevantes ao destacar a importância dos valores pessoais na promoção da flexibilidade psicológica, fornecendo elementos adicionais para o embasamento conceitual desta pesquisa. Já o estudo de Sampaio e Mancini (2007) auxiliou na seleção criteriosa das evidências científicas e na síntese dos resultados, contribuindo para a estrutura metodológica da análise.

Nessa mesma perspectiva, o estudo de Cherry *et al.* (2021) e Sedikides, Hong e Wildschut (2023) foram fundamentais para refletir sobre os processos de flexibilidade e rigidez comportamental, ao demonstrar como determinados comportamentos podem ser transformados a partir da exposição a novos estímulos e contextos. O estudo evidencia, ainda, como as relações simbólicas e aprendidas ao longo da vida influenciam o desenvolvimento da inflexibilidade comportamental e emocional. Com base nessa compreensão, torna-se possível verificar como os contextos familiares e sociais moldam o repertório comportamental e dificultam o desenvolvimento dos processos que, de forma integrada, promovem a flexibilidade psicológica tais como aceitação, desfusão, contato com o momento presente, self como contexto, valores e ação comprometida (Cherry *et al.*, 2021; Sedikides, Hong e Wildschut, 2023).

De modo concomitante, estudos sobre experiências adversas na infância reforçam a relevância desse debate. Hovens *et al.* (2012) demonstraram que eventos adversos precoces estão intimamente relacionados ao curso de transtornos depressivos e de ansiedade, apontando que o contexto familiar exerce papel significativo na formação da vulnerabilidade psicológica. De forma semelhante, Kumari (2020) destacou as consequências do abuso emocional e da negligência, evidenciando que tais experiências estão associadas ao desenvolvimento de rigidez emocional e cognitiva. Esses achados permitem aprofundar a compreensão da

ligação entre ambientes instáveis e sofrimento emocional, ressaltando que o impacto das experiências familiares não se limita à infância, mas pode se estender de forma duradoura ao longo da vida adulta (Hovens *et al.*, 2012; Kumari, 2020).

A inclusão de estudos voltados ao desenvolvimento cognitivo teve como objetivo reforçar os argumentos acerca da influência dos ambientes familiares na formação de habilidades de julgamento, raciocínio lógico e moral. Essa ampliação teórica possibilitou compreender como os padrões relacionais estabelecidos no ambiente familiar interferem diretamente na capacidade de autorregulação emocional e na adoção de comportamentos mais adaptativos.

Por fim, as contribuições de Linehan e Wilks (2015) trouxeram uma perspectiva mais positiva ao demonstrar que a promoção da flexibilidade psicológica pode ser facilitada mesmo em contextos de adversidade familiar. Essa visão permite não apenas compreender o impacto negativo desses ambientes, foco central deste trabalho, mas também reconhecer a possibilidade de intervenção e mudança, reduzindo o sofrimento psíquico por meio do desenvolvimento de repertórios mais flexíveis e funcionais.

Acrescenta-se que os estudos de Hayes *et al.* (2021) foram essenciais para compreender os fundamentos base da flexibilidade psicológica e suas relações com o contexto em que o sujeito está inserido. Tais contribuições foram fundamentais para a construção da base teórica desta revisão, pois oferecem uma análise detalhada das hipóteses filosóficas de Stephen C. Pepper (1942, p. 348, apud Hayes e Hayes, 1988, p. 97) e esclarecem os fundamentos do contextualismo na análise do comportamento humano. Esses fundamentos teóricos permitem compreender como as experiências familiares moldam padrões de pensamento, crenças e respostas emocionais que, quando rígidas, resultam em inflexibilidade psicológica.

Adicionalmente, textos como *Acceptance and Commitment Therapy: Model, Processes and Outcomes* (Hayes *et al.*, 2006) e *Acceptance and Commitment Therapy and Contextual Behavioral Science: Examining the Progress of a Distinctive Model of Behavioral and Cognitive Therapy* (Hayes *et al.*, 2013) foram utilizados como referências centrais para compreender a relação entre evitação experiencial e rigidez cognitiva. Esses processos, quando persistentes, resultam em inflexibilidade psicológica, a qual se manifesta em limitações comportamentais e emocionais. A partir desses estudos, foi possível explorar de maneira mais sólida a influência do contexto

familiar disfuncional na formação e manutenção desses padrões, fortalecendo a argumentação teórica acerca da relação entre experiências precoces, desenvolvimento emocional e flexibilidade psicológica.

Dessa forma, o conjunto de obras e estudos analisados contribuiu significativamente para o embasamento teórico e metodológico desta pesquisa, permitindo compreender com maior profundidade as complexas interações entre o ambiente familiar, a aprendizagem de padrões comportamentais e a construção da flexibilidade psicológica. As evidências aqui discutidas reforçam a importância de considerar o contexto de vida e as experiências relacionais como componentes essenciais do desenvolvimento emocional e cognitivo. Com isso, torna-se possível não apenas compreender os impactos da disfuncionalidade familiar, mas também mapear caminhos para a promoção de saúde psicológica por meio do fortalecimento de processos que favorecem a adaptação, a aceitação e o comprometimento com valores pessoais.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo deste artigo foi realizar uma revisão da literatura acerca da relação entre a exposição a ambientes familiares aversivos e a inflexibilidade psicológica, bem como compreender de que forma esse tipo de ambiente interfere nos processos emocionais e comportamentais dos indivíduos. Entende-se que, para lidar de maneira saudável com situações adversas, é essencial desenvolver a flexibilidade psicológica, pois ela permite ao sujeito adaptar-se às exigências da vida sem se distanciar de seus valores pessoais. Nesse sentido, observa-se que muitos indivíduos apresentam dificuldades em manter pensamentos, emoções e comportamentos flexíveis, especialmente quando não possuem repertórios comportamentais coerentes com valores internalizados e significativos.

Ao analisar os estudos revisados ao longo do trabalho, verificou-se que o indivíduo se constitui, em grande parte, a partir do meio em que vive. Ambientes familiares saudáveis contribuem para o fortalecimento dos processos psicológicos centrais que favorecem a flexibilidade e o bem-estar emocional. Essa discussão foi conduzida sob a ótica da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), abordagem que comprehende o sujeito como um ser em constante interação com seu contexto. A ACT propõe ampliar a capacidade do indivíduo de aceitar suas experiências internas,

sem evitá-las, e de agir de modo coerente com seus valores, mesmo diante do sofrimento inevitável da vida.

Compreender esse processo possibilita auxiliar o sujeito a observar a si mesmo com consciência e aceitação, em vez de se identificar integralmente com pensamentos e emoções transitórias. Assim, este artigo dedica-se a refletir sobre a dinâmica do ambiente familiar e sua importância como meio promotor de desenvolvimento emocional saudável, empatia e alteridade, reconhecendo esses elementos como fundamentais para o cuidado e a saúde mental, ou seja, no desenvolvimento da flexibilidade psicológica. A realização deste estudo foi motivada pela necessidade de ampliar o entendimento sobre os impactos do contexto familiar no comportamento humano.

A escolha pela revisão de escopo justificou-se pela amplitude do tema e pela natureza abrangente da pergunta de pesquisa. Essa abordagem permitiu mapear estudos existentes, identificar lacunas, e realizar uma análise crítica capaz de fornecer suporte teórico-científico para direcionar futuras investigações, especialmente sobre contextos familiares adoecidos e seus impactos na saúde mental infantil, além de definir intervenções adequadas quando processos de flexibilidade psicológica estão comprometidos. Observou-se que os estudos atuais ainda carecem de especificidade quanto a contextos, faixas etárias e estratégias de intervenção.

REFERÊNCIAS

- BARNES-HOLMES, Y.; McENTEGGART, C. **Behavior analysis and the treatment of human psychological suffering.** In: ROANE, H. S.; RINGDAHL, J. L.; FALCOMATA, T. S. (ed.). Clinical and organizational applications of applied behavior analysis: practical resources for the mental health professional. Amsterdam / Tokyo: Academic Press, 2015.
- BECK, A. T. **Cognitive therapy and emotional disorders.** New York: International Universities Press, 1976.
- BECK, A. T.; EMERY, G. **Anxiety disorders and phobias: a cognitive perspective.** New York: Basic Books, 1985.
- BECK, A. T.; FREEMAN, A.; DAVIS, D. D. **Terapia cognitiva dos transtornos de personalidade.** 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2005.
- BECK, A. T.; RUSH, A. J.; SHAW, B. F.; EMERY, G. **Cognitive therapy of depression.** New York: Guilford Press, 1979.

BECK, J. S. **Terapia cognitiva-comportamental: teoria e prática**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

BECK, J. **Terapia cognitiva para desafios clínicos: o que fazer quando o básico não funciona**. Porto Alegre: Artmed, 2007.

BECK, J. **Terapia cognitiva: teoria e prática**. Porto Alegre: Artmed, 1997.

CABALLO, V. E.; SIMON, M. A. **Manual de psicologia clínica infantil e do adolescente: transtornos específicos**. São Paulo: Livraria e Editora Santos, 2004.

CARRARA, K. **Causalidade, relações funcionais e contextualismo: algumas indagações a partir do behaviorismo radical**. *Interações*, São Paulo, v. 9, n. 17, p. 29–54, jun. 2004. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-29072004000100003&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 8 set. 2025.

CHERRY, K. M.; HOEVEN, E. V.; PATTERSON, T. S.; LUMLEY, M. N. **Defining and measuring "psychological flexibility": a narrative scoping review of diverse flexibility and rigidity constructs and perspectives**. *Clinical Psychology Review*, v. 84, p. 101973, 2021.

CORDEIRO, L.; SOARES, C. B. **Revisão de escopo: potencialidades para a síntese de metodologias utilizadas em pesquisa primária qualitativa**. BIS, Bol. Inst. Saúde (Impr.), [S. I.], v. 20, n. 2, p. 37–43, dez. 2019.

CUMMINGS, E. M.; DAVIES, P. T.; CAMPBELL, S. B. **Developmental psychopathology and family process: Theory, research, and clinical implications**. New York: Guilford Press, 2000.

DEWEY, J. **Como pensamos: uma reformulação da relação do pensamento reflexivo com o processo educativo**. México: Fondo de Cultura Económica, 1994.

DYMOND, S.; BARNES, D. **A transformation of self-discrimination response functions in accordance with the arbitrarily applicable relations of sameness, more-than, and less-than**. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, v. 64, p. 163–184, 1995.

GASPARETTO, L. G.; BANDEIRA, C.; GIACOMONI, C. H. **Bem-estar subjetivo e traços de personalidade em crianças: uma relação possível?**. *Trends in Psychology / Temas em Psicologia*, Porto Alegre, v. 25, n. 2, p. 447–457, jun. 2017. DOI: 10.9788/TP2017.2-03.

GIACOMONI, C. H.; SOUZA, L. K. de; HUTZ, C. S. **O conceito de felicidade em crianças**. Psico-USF, Bragança Paulista, v. 19, n. 1, p. 143–153, jan./abr. 2014.

GREENSPAN, S. J. **Intelligence and adaptation: an integration of psychoanalytic and piagetian developmental psychology**. New York: International University Press, 1979.

HAYES, S. C. et al. **Acceptance and commitment therapy: model, processes and outcomes**. Behaviour Research and Therapy, v. 44, n. 1, p. 1–25, 2006.

HAYES, S. C.; BARNES-HOLMES, D.; ZETTLE, R. D.; BIGLAN, A. (ed.). **Handbook of contextual behavioral science**. Nevada: Blackwell-Wiley, 2015.

HAYES, S. C.; LEVIN, M. E.; PLUMB-VILARDAGA, J.; VILLATTE, J. L.; PISTORELLO, J. **Acceptance and commitment therapy and contextual behavioral science: examining the progress of a distinctive model of behavioral and cognitive therapy**. Behavior Therapy, v. 44, n. 2, p. 180–198, 2013.

HAYES, S. C.; STROSAHL, K. D.; WILSON, K. G. **Acceptance and commitment therapy: an experiential approach to behavior change**. 1. ed. [S. I.]: Guilford Press, 1999.

HAYES, S. C.; STROSAHL, K. D.; WILSON, K. G. **Terapia de aceitação e compromisso: o processo e a prática da mudança consciente**. 2. ed. Tradução: Sandra Maria Mallmann da Rosa. Revisão técnica: Mônica Valentim. Porto Alegre: Artmed, 2021.

HAYES, S. **Contextualism and the next wave of behavioral psychology**. Behavior Analysis, v. 23, n. 1, p. 7–22, 1988.

HAYES, S.; HAYES, L. **Finding the philosophical core: a review of Stephen C. Pepper's World hypotheses: a study in evidence**. Journal of the Experimental Analysis of Behavior, v. 50, n. 1, p. 97–111, 1988.

HAYES, S.; HAYES, L. **Some clinical implications of contextualistic behaviorism: the example**. Behavior Therapy, 23, 225-249.

HOVENS, J. G. F. M. et al. **Impact of childhood life events and trauma on the course of depressive and anxiety disorders**. Acta Psychiatrica Scandinavica, v. 126, p. 198–207, 2012.

JAMES, W. **Pragmatismo: un nuevo nombre para viejas maneras de pensar**. Madrid: Alianza Editorial, 2016.

KASHDAN, T. B.; ROTTENBERG, J. **Psychological flexibility as a fundamental aspect of health**. Clinical Psychology Review, 2010.

KASHDAN, T. B.; ROTTENBERG, J. **Psychological flexibility as a fundamental aspect of health**. Clinical psychology review, v. 30, n. 7, p. 865-878, 2010.

KEGAN, R. **The evolving self**. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1982.

KUHN, D.; LANGER, J.; KOHLBERG, L.; HAAN, N. S. **The development of formal operations in logical and moral judgement**. Genetic Psychology Monographs, v. 95, p. 97–188, 1977.

KUMARI, V. **Emotional abuse and neglect: time to focus on prevention and mental health consequences**. The British Journal of Psychiatry, v. 217, p. 597–599, 2020.

LINEHAN, M. M.; WILKS, C. R. **The course and evolution of dialectical behavior therapy**. American Journal of Psychotherapy, v. 69, n. 2, p. 97–110, 2015. DOI: 10.1176/appi.psychotherapy.2015.69.2.97.

LOEBER, R.; BURKE, J. D.; LAHEY, B. B.; WINTERS, A.; ZERA, M. **Oppositional defiant and conduct disorder: a review of the past 10 years, part I**. Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, v. 39, n. 12, p. 1468–1484, 2000.

OSHIRO, C. K. B.; FERREIRA, T. A. S. (orgs.). **Terapias contextuais comportamentais: análise funcional e prática clínica**. Santana de Parnaíba: Manole, 2021.

OSÓRIO, L. C. **Família e hoje**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

PIAGET, J. **A Psicologia da Criança**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1976.

POINCARÉ, H. **Science and hypothesis (título original: La science et l'hypothèse)**. 1905. Tradução em inglês.

PRISMA. **Checklist para relatar uma revisão sistemática**. 2020. Disponível em: <https://eme.cochrane.org/prisma-2020-checklist-para-relatar-uma-revisao-sistematica/>. Acesso em: 05 out. 2023.

SAMPAIO, R.; MANCINI, M. **Estudos de revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica**. Brazilian Journal of Physical Therapy, São Carlos, v. 11, n. 1, p. 83–89, jan. 2007.

SARTI, C. **A família como espelho: um estudo sobre a moral dos pobres**. Campinas: Autores Associados. 1996.

SEDIKIDES, C.; HONG, E. K.; WILDSCHUT, T. **Self-continuity**. Annual Review of Psychology, v. 74, n. 1, p. 333-361, 2023.

SKINNER, B. F. **Verbal behavior**. New York: Appleton-Century-Crofts, 1957.

STROSAHL, K.; ROBINSON, P. J. **The mindfulness and acceptance workbook for depression: using acceptance and commitment therapy to move through depression and create a life worth living**. Oakland, CA: New Harbinger, 2008.

TÖRNEKE, N.; LUCIANO, C.; BARNES-HOLMES, Y.; BOND, F. W. **RFT for clinical practice**. The Wiley handbook of contextual behavioral science, p. 254–272, 2016.

WULFERT, E.; HAYES, S. C. **Transfer of a conditional ordering response through conditional equivalence classes**. Journal of the Experimental Analysis of Behavior, v. 50, p. 125–144, 1988.

ZILIO, D. **Algumas considerações sobre a terapia de aceitação e compromisso (ACT) e o problema dos valores**. Perspectivas, São Paulo, 2011.