

I JORNADA WP:  
Tópicos Especiais em Terapia Cognitivo-Comportamental

## TCC com Pacientes Homossexuais: Especificidades

**Giovanni K. Pergher**

(gkpergher@gmail.com)



[www.tccparatodos.com](http://www.tccparatodos.com)

O maior portal de Terapia Cognitiva do Brasil

### Estrutura da Apresentação

- ✓ Conceitos Fundamentais
- ✓ Especificidades na Conceitualização
- ✓ Considerações Terapêuticas



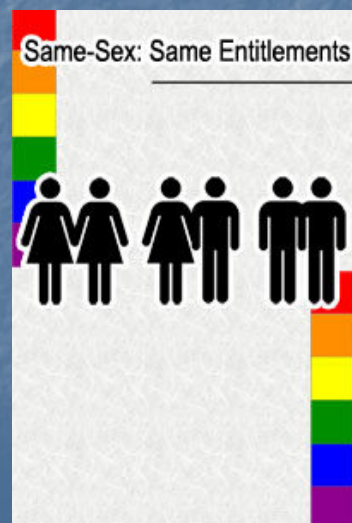
# CONCEITOS FUNDAMENTAIS



## Conceitos Fundamentais

### Orientação Sexual

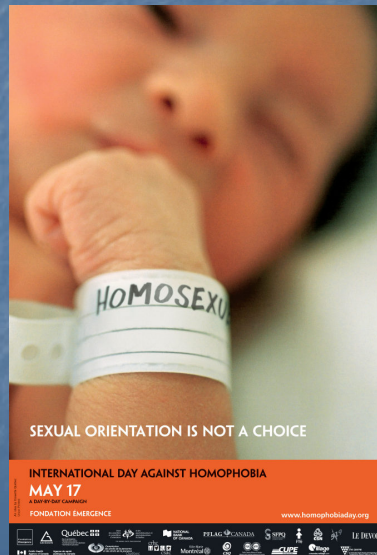
- ✓ Direção dos sentimentos, desejos, fantasias e atração do indivíduo
- ✓ É melhor compreendida como um *continuum* entre exclusivamente gay/lésbica e exclusivamente heterossexual



## Conceitos Fundamentais

### Preferência Sexual

- ✓ É usado de maneira intercambiável com a orientação sexual
- ✓ É um termo impreciso, pois implica em escolha



## Conceitos Fundamentais

### Identidade Sexual

- ✓ Auto-reconhecimento da orientação e comportamento sexual



## Conceitos Fundamentais

### Comportamento Sexual

- ✓ Atividades sexuais praticadas pelo indivíduo, independente do gênero do parceiro sexual



## Conceitos Fundamentais

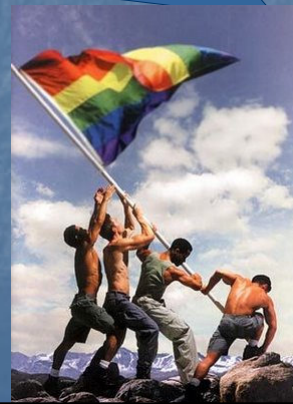
### Homossexualismo

- ✓ É um termo em desuso, pois implica em doença





## ESPECIFICIDADES NA CONCEITUALIZAÇÃO



## Homossexualidade e Psicopatologia

Por que pacientes homossexuais têm maiores índices de busca por terapia?

- ✓ Experiência de sentir-se diferente
- ✓ Menos suporte natural no ambiente
- ✓ Maior nível de estresse em suas vidas



## Esquemas Primitivos Desadaptativos: Origens

Necessidades  
Emocionais  
Básicas

Experiências de  
Vida Precoces

Temperamento  
Emocional

EPD's

## Orientação Sexual e Formação de Esquemas

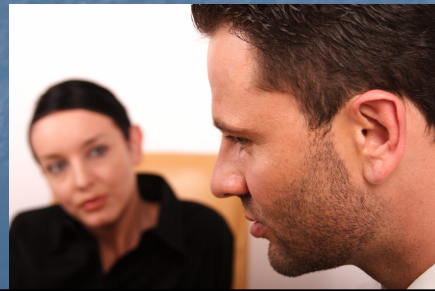
### Necessidades Psicológicas Básicas

- ✓ Ligação segura com outros (inclui segurança, estabilidade, apoio e aceitação)
- ✓ Autonomia, competência e senso de identidade
- ✓ Liberdade para expressar necessidades e emoções
- ✓ Espontaneidade e brincadeira
- ✓ Limites realísticos e auto-controle



# CONSIDERAÇÕES TERAPÊUTICAS

- ✓ Trabalho com Esquemas Primitivos Desadaptativos
- ✓ Processo de Revelação / “Sair do armário”



## Abordando Esquemas Desadaptativos

História do Paciente

Experiências Precoces  
+  
Frustração de Necessidades

EPD's



Processo de Terapia

Reparentagem Limitada

“Antídoto Parcial”

Validação do Self



## Estágios da Revelação (Cass, 1979)

- 1) Confusão
  - 2) Confronto
  - 3) Tolerância
- } Tentam a manter a pessoa "dentro do armário"
- 4) Aceitação
  - 5) Orgulho
  - 6) Síntese
- } Favorecem que a pessoa "saia do armário"



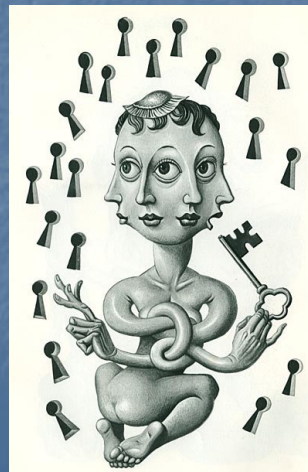
## Estágios da Revelação

### 1º Estágio: **CONFUSÃO**

- ✓ Estranhamento pela atração pelos indivíduos do mesmo sexo
- ✓ Não se reconhecem homossexuais, nem remotamente

#### **Implicações**

Trabalhar diretamente com a possibilidade de que o cliente é homossexual (evitar "desculpas")





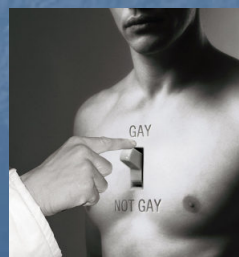
## Estágios da Revelação

### 2º Estágio: **CONFRONTO**

- ✓ Luta contra desejos e fantasias homossexuais
- ✓ Desejo por “cura”
- ✓ Pode haver mudança do comportamento sexual, porém sem mudar a identidade sexual

#### Implicações

Não forçar uma definição, mas estar disponível para acompanhar o processo do paciente



## Estágios da Revelação

### 3º Estágio: **TOLERÂNCIA**

- ✓ Começam a ver a identidade homossexual de maneira mais positiva
- ✓ Início do processo de homossocialização

#### Implicações

Acompanhar o processo de homossocialização, antecipando dificuldades e questionando experiências iniciais negativas



## Estágios da Revelação

### 4º Estágio: **ACEITAÇÃO**

- ✓ Raiva dos segmentos homofóbicos da sociedade
- ✓ Distanciamento da família e amigos para explorar a nova identidade em privacidade

#### Implicações

Abordar os sentimentos de culpa e de perda associados à assunção da nova identidade



## Estágios da Revelação

### 5º Estágio: **ORGULHO**

- ✓ Há uma imersão na comunidade GLS
- ✓ Fazem questão de explicitar sua orientação sexual
- ✓ Senso de "nós contra eles"

#### Implicações

Atentar para promiscuidade  
Psicoeducar quanto a fase:  
"adolescência gay"



## Estágios da Revelação

### 6º Estágio: SÍNTESE

- ✓ Diminuição da necessidade de afirmação da identidade sexual
- ✓ Sentem-se novamente conectados à sociedade

#### Implicações

A homossexualidade é uma **parte** da identidade, e não **a** identidade



## Fases da Revelação

- 1º) Para si mesmo
- 2º) Para amigos próximos
- 3º) Para família

Auto-Aceitação



Construção de uma rede de apoio



Melhor enfrentamento das reações familiares



## Considerações sobre “sair do armário”

- ✓ Medo de magoar seus entes queridos: quem realmente está causando a mágoa?
- ✓ Acolhida aos sentimentos de quem escuta – permitir a expressão de sentimentos, sem ficar na defensiva



“É melhor ser odiado por ser quem você é, do que ser amado por ser quem você não é”

Andre Gine