

## **Validade da Psicologia Tomista na abordagem terapêutica de um caso de transtorno de ansiedade**

### **Validity of Thomistic Psychology in the therapeutic approach of a case of anxiety disorder.**

Alysson Belchior Lamy dos Santos<sup>1</sup>

#### **Resumo**

Este trabalho analisa um caso clínico de ansiedade em uma paciente do sexo feminino, de 23 anos, formada em matemática, sem antecedentes psiquiátricos e que foi desencadeado ao ingressar em um concurso público. Este estudo avalia a abordagem terapêutica baseada na Psicologia Tomista para o caso clínico em questão. Procura também verificar, na sua conclusão, se a utilização da referida abordagem tem aplicações válidas para a prática clínica da Psicologia em geral.

#### **Palavras chave**

Psicologia Tomista. Ansiedade. Abordagens terapêuticas.

#### **Abstract**

This paper examines a clinical case of anxiety in a 23-year-old female patient, with a degree in mathematics, with no psychiatric history, which was triggered by being submitted to a public tender. This study evaluates the therapeutic approach based on Thomistic Psychology for the clinical case in question. It also seeks to verify, in its conclusion, if the use of the aforementioned approach has valid applications for the clinical practice of Psychology in general.

#### **Keywords**

Thomistic Psychology. Anxiety. Therapeutic approaches.

---

<sup>1</sup> Psicólogo com Pós-Graduação em Neuropsicologia, Terapia Cognitivo-Comportamental, Psicologia do Trânsito, Psicologia Organizacional e do Trabalho. Este estudo foi originalmente apresentado no 1º Congresso Aristotélico-Tomista de Psicologia (18 a 31 de maio de 2023) e está sendo publicado nesta revista com expressa autorização do autor. E-mail: alyssonlamy@yahoo.com.br

## **Introdução**

Dentro da prática clínica, a Psicologia apresenta-se em diferentes abordagens que contribuem para a melhoria e/ou restauração da saúde mental do paciente. Na procura de resultados cada vez melhores, a investigação nesta área recorre continuamente a diversas novas fontes teóricas e práticas, algumas delas paradoxalmente muito antigas.

A Psicologia Tomista se insere nesta dinâmica, convergindo estudos atuais com contribuições da Filosofia do passado. Embora não seja fácil de definir, a expressão Psicologia Tomista, segundo Cavalcanti Neto (2017), foi utilizada por Brennan (1960) como título de um de seus livros e desde então tem sido objeto de estudo de profissionais de saúde mental, adquirindo status progressivo de cidadania acadêmica.

Se entendermos a Psicologia no sentido moderno do termo, trata-se de uma ciência recente e predominantemente investigada no contexto da modernidade (FERREIRA, 2006; VIDAL, 2006). Porém, se por Psicologia estamos assumindo uma ciência que estuda o psiquismo, suas faculdades e funcionamento, tal ciência foi inaugurada por Aristóteles (2006) em sua obra “Sobre a Alma” (DINIZ, 2017). O Frei Dominicano São Tomás de Aquino (2001-2006), por sua vez, desenvolveu os estudos do filósofo grego, compondo uma estrutura teórica tão singular que, a partir dela, cunhou-se a expressão Psicologia Tomista.

O objetivo deste trabalho é informar e verificar se a abordagem tomista da Psicologia, diante de um caso clínico de ansiedade, pode contribuir para a prática clínica da Psicologia em geral. Para isso, o texto utiliza a metodologia do relato de caso, por ser uma das mais indicadas para o estudo das doenças mentais.

Em relação ao caso clínico em questão, trata-se de uma paciente que começou a sentir ansiedade devido ao medo de não ser aprovada em concurso público, atingindo um nível de extrema ansiedade, fato que nos corrobora ver como a ansiedade pode trazer prejuízos a vida pessoal e profissional do ser humano. É importante mencionar também que este trabalho foi realizado dentro de uma clínica psicológica que também utiliza a Psicologia Tomista.

## **Caso clínico**

Paciente do sexo feminino, 23 anos, brasileira, solteira, formada em matemática, classe social média, filha única, sem antecedentes psiquiátricos, sem histórico de dependência química ou outra. Namora há 3 anos, mora com pai e mãe, trabalha como professora particular e dedica seu tempo, principalmente, aos estudos. As consultas foram realizadas presencialmente entre abril de 2021 e outubro de 2021.

## **Queixa principal**

A principal queixa da paciente são sintomas de medo e ansiedade que aumentam gradativamente e desenvolvem crises, visto que faltam apenas 6 meses para ela realizar o concurso público. A pressão que ela exerce sobre si mesma para ser aprovada, pelo medo de não conseguir, estava desencadeando taquicardia, respiração ofegante, estresse acentuado e dificuldade de concentração. Ele faz uso de Sertralina, prescrita por um psiquiatra, para diminuir a intensidade dos sintomas de ansiedade.

## Dados do caso

A paciente sempre teve uma formação acadêmica muito boa, com notas e desenvolvimento acima da média. Formou-se há 2 anos em Matemática e desde então dá aulas particulares. No primeiro ano de profissão, também lecionou em escolas. A mãe tem histórico de ansiedade e nunca fez tratamento ou usou qualquer medicamento.

Embora formada, a paciente sempre quis conseguir um emprego de nível federal por meio de concurso público, desejo que aumentou devido a frustração com a profissão docente. Ao iniciar o tratamento, a paciente já havia realizado esse mesmo exame duas vezes, mas sem sucesso. Com o fracasso das duas primeiras tentativas, a paciente passou a desenvolver crises de ansiedade e controle rígido sobre os estudos, questionando os professores sobre as aulas, relatando que eram fracós.

Seu comportamento mudou muito, suas brigas com pai e a mãe aumentaram consideravelmente, ela começou a ficar irritada com os professores em relação às aulas, suas crises de choro cresceram em grande escala, sua concentração ficou mais prejudicada e a pressão que ela exercia sobre si mesma passou a ser seu maior problema. O namorado a aconselhou e convenceu a procurar ajuda psiquiátrica, onde foi diagnosticada com Transtorno de Ansiedade, sendo medicada com Sertralina.

Algo importante a destacar é a drástica mudança emocional que sofreu de um ano para o outro, sem ter recebido nenhuma pressão externa. Sua preocupação era não conseguir passar na prova, já que essa era sua última chance, considerando que o concurso tinha limite de idade. A imagem de vida que criou a partir do fracasso da mãe também pesou sobre ela. Seus horários eram extremamente desregulados, ela não tinha tempo para almoçar, dormir e descansar, e todo esse transtorno vinha do medo de não ser aprovada no concurso.

## Pressupostos teóricos

Na Psicologia Tomista entendemos que o intelecto apreende a realidade através dos sentidos externos e internos, entre os quais a imaginação, do latim *phantasia*, tem um papel único. O intelecto agente abstrai as características singulares do objeto conhecido para formular, através do intelecto possível, a ideia ou conceito abstrato. A seguir, o intelecto volta-se para a imagem, situando-a no tempo através da memória, através do processo que São Tomás chama de *conversio ad phantasmata*, para formular a ideia singular, isto é, do objeto concretamente conhecido.

Outra potência sensitiva interna, que é a cogitativa, colocará em ação os instintos correspondentes à relação nociva ou benéfica que o objeto conhecido mantém com o conhecedor, e os instintos desencadearão os apetites sensitivos, que têm as paixões (ou emoções) como atos (BRENNAN, 1960; CAVALCANTI NETO, 2012).

Diante do caso, foi necessário trazer à tona a explicação progressiva sobre como as paixões/emoções estavam desordenadas na paciente, bem como a avaliação negativa que ela fez, baseada na imaginação e na memória sobre o fracasso pessoal de sua mãe, contribuíram para seus sintomas ansiosos. A partir daí, levar a paciente a desconstruir as ligações que geraram a angústia com a pura realidade dos fatos.

## **Intervenção terapêutica**

Com base em pressupostos tomistas ao longo de todo o processo clínico, inicialmente foi necessário compreender e investigar melhor as crises de ansiedade e a mudança repentina na rotina da paciente em prol de sua aprovação em concurso público.

Pelo processo de pesquisa clínica é possível perceber a importância que a paciente deu à aprovação neste exame, em comparação aos dois anos anteriores. No ano do concurso, a paciente descreve que teve um “choque de realidade”, pois não teria outra oportunidade senão essa, devido à sua idade, então passou a se culpar por não ter percebido isso nos anos anteriores.

Nesse sentido, começaram a surgir questionamentos relacionados à sua mãe, considerando que ela não era uma pessoa realizada em sua vida profissional e cotidiana, e isso a levou a comparar-se frequentemente com ela. Ela ficava imaginando que sua vida poderia seguir exatamente o mesmo caminho de tristeza profissional que a de sua mãe e com isso desencadeou um processo de ansiedade que mudou seu comportamento e sua rotina, exagerando nos estudos e envolvendo as pessoas mais próximas. Seus relatos eram fortemente marcados pela “imagem” que ela fazia da mãe e isso lhe causava um desespero incontrolável.

Com isso, a paciente associou a imagem de sua mãe a uma imagem de fracasso e tristeza, trazendo a ideia de que essa cena se concretizaria em sua vida, caso não fosse aprovada no concurso público, colocando assim o instinto de autopreservação em ação de si mesma, o que provocou as alterações fisiológicas que sentiu devido à liberação de adrenalina e à sequência de sintomas que determina a caracterização do conjunto de sinais e sintomas que caracterizam a ansiedade.

Com o avanço do processo terapêutico, a paciente pôde começar a compreender as contradições e comparações que ela mesma fazia e que fugiam da realidade, pois era a única da família que tinha diploma universitário, a única que queria mudar sua situação de vida com a profissão tomando ações concretas.

Por outro lado, devido ao ritmo intenso de estudos que adotou, adquiriu conhecimentos que a tornaram mais qualificada para se submeter a outros concursos públicos, pelo que, de fato, esta não foi a última oportunidade da sua vida. Além disso, a trajetória de vida de sua mãe não teve analogias objetivas com a sua, seja no aspecto educacional, pessoal, familiar ou econômico.

A partir dessas falas, confrontando o imaginário da paciente com a sua realidade, ela foi levada a enxergar essas contradições, até perceber que a imagem que criava da mãe não correspondia inteiramente à realidade, além do fato de que a paciente poderia facilmente recuperar o controle da vida pessoal, organizando melhor os horários e os estudos, buscando alternativas válidas ao concurso em que temia não ser aprovada, etc.

Gradualmente, seus sintomas de ansiedade começaram a diminuir de intensidade. Estruturou-se a rotina de estudos e criaram-se horas de descanso e lazer, com momentos entre amigos e atividades físicas. Ela gradualmente reduziu o uso da mediação até retirá-la completamente. Com isso, sua concepção também foi modificada antes da aprovação do concurso público. A intensidade de sua concentração também melhorou, ao mesmo tempo em que trabalhou a possibilidade de chegar no dia da prova e não conseguir obter sucesso, fato que lhe trouxe uma melhor compreensão e organização das possibilidades

existentes. No final da terapia, a paciente sentiu-se mais adaptada, equilibrada, organizada nas suas paixões/emoções e confiante no resultado do seu teste, bem como no final do processo terapêutico.

### **Considerações finais**

Percebe-se que a história da Psicologia foi fortemente marcada pela influência de escolas filosóficas dos tempos modernos, como o Cartesianismo, o Kantismo, o empirismo e o positivismo. Contudo, apesar da importância dos primórdios dos estudos sobre o psiquismo humano na Filosofia Clássica e na Escolástica, eles quase não são falados na formação acadêmica atual. A teoria e o método aristotélico-tomista, são assim, vistos como inseridos neste período esquecido da História, razão pela qual por vezes são necessários enquadramentos práticos para avaliar, com objetividade e imparcialidade, a sua utilidade para a Psicologia moderna.

Atualmente, a abordagem aristotélico-tomista na área da Psicologia é chamada de Psicologia Tomista, fato que denota que a teoria e o método de Tomás de Aquino são um aperfeiçoamento dos estudos sobre a alma humana iniciados por Aristóteles. Ora, sendo Aristóteles o iniciador do método científico, como sem dúvida demonstra Barbado (1943), a Psicologia Tomista não pode ser considerada não científica, pois não só se baseou no método aristotélico, mas até o enriqueceu (CAVALCANTI NETO, 2009).

Este trabalho procurou apresentar a eficácia terapêutica da abordagem aristotélico-tomista ao relatar o tratamento de um caso de ansiedade gerada por fatores cotidianos e familiares, tratado única e exclusivamente sob essa abordagem, onde o tratamento surtiu efeito porque resultou em um efeito natural a ordenação das paixões/emoções da paciente em questão.

Contudo, acho interessante que este estudo possa ajudar o leitor a se aprofundar e conhecer a prática clínica da Psicologia Tomista, até mesmo para experimentá-la e avaliar sua aplicabilidade, e assim estimular o debate científico sobre o tema. Pois bem, a Psicologia torna-se grande quando todos aqueles que estão a seu serviço estabelecem práticas de discussões científicas, filosóficas e metodológicas, oferecendo até objeções livres de preconceitos, pois só assim podem ser construídos estudos e práticas sérias.

### **Referências**

ARISTÓTELES. *De anima*. Apresentação, tradução e notas de Maria Cecília Gomes dos Reis. São Paulo: Editora 34, 2006.

BARBADO, M. *Introducción a la psicología experimental*. 2. ed. Madrid: Instituto Luís Vives de Filosofia, 1943.

BRENNAN, R. E. *Psicología Tomista*. Traducción de Efrén Villacorta Saiz. Revisión de José Fernandez Cajigal. Ed. actualizada por el Autor. Barcelona: Científico Médica, 1960.

CAVALCANTI NETO, L. H. *Temas de Psicologia Tomista*. São Paulo: Instituto Lumen Sapientiae, 2017.

CAVALCANTI NETO, L. H. Metodologia tomista no estudo da Psicologia. *Revista Lumen Veritatis*, v. 1, n. 4, Jul.-Set. 2008, p. 111-119.

DINIZ, B. V. *Princípios de uma psicoterapia à luz de Santo Tomás de Aquino*. Campinas: PUC-Campinas, 2017.

FERREIRA, A. A. L. O múltiplo surgimento da psicologia. Em A. M. Jacó-Vilela; A. A. L. Ferreira & F. T. R. Portugal (Orgs.). *História da psicologia: rumos e percursos*. Rio de Janeiro: Nau, p. 13-46.

TOMÁS DE AQUINO, Santo. *Suma Teológica*. Tradução Aldo Vannuchi et al. São Paulo: Loyola, 2001-2006.

VIDAL, F. “A mais útil de todas as ciências”. Configurações da psicologia desde o Renascimento tardio até o fim do Iluminismo. Em A. M. Jacó Vilela; A. A. L. Ferreira & F. T. R. Portugal (Orgs.). *História da psicologia: rumos e percursos*. Rio de Janeiro: Nau, 2006, p.47-73.