

O AMBIENTE INVALIDANTE NO TRANSTORNO DE PERSONALIDADE BORDERLINE: INVESTIGAÇÃO QUALITATIVA DOS PRINCÍPIOS DA TERAPIA COMPORTAMENTAL DIALÉTICA

Karine Faria dos Santos¹

Artur Vandré Pitanga²

Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA

RESUMO

O presente trabalho busca compreender o papel dos ambientes invalidantes no desenvolvimento e manutenção do Transtorno de Personalidade Borderline (TPB), enfatizando a forma como a Terapia Comportamental Dialética (DBT) aborda esse fenômeno. O TPB é caracterizado por instabilidade emocional, impulsividade, comportamento autodestrutivo e dificuldades nas relações interpessoais. A literatura aponta que ambientes invalidantes, nos quais as experiências emocionais são desconsideradas, punidas ou banalizadas, contribuem de maneira significativa para a desregulação emocional que caracteriza o transtorno. A DBT, criada por Marsha Linehan, apresenta-se como uma abordagem terapêutica que equilibra aceitação e mudança, fornecendo estratégias práticas de regulação emocional, tolerância ao estresse, eficácia interpessoal e *mindfulness*. O objetivo desta pesquisa é investigar, por meio da Grounded Theory, como o conceito de ambiente invalidante é compreendido na DBT e de que modo impacta a clínica com pacientes *borderline*. Conclui-se que a investigação deste conceito é relevante para compreender os mecanismos que sustentam o TPB e para aperfeiçoar a prática clínica, prevenindo que o espaço terapêutico se torne, ele próprio, um ambiente invalidante.

Palavras-chave: Ambiente invalidante; Terapia Comportamental Dialética; Transtorno de Personalidade Borderline;

INTRODUÇÃO

O Transtorno de Personalidade Borderline (TPB) constitui um dos quadros clínicos mais complexos da psicologia contemporânea, tanto pelo impacto profundo que exerce na vida dos indivíduos quanto pelas dificuldades no manejo clínico (Linehan, 2010). Os sintomas envolvem instabilidade emocional intensa, impulsividade, relações interpessoais conturbadas e risco elevado de comportamentos autodestrutivos e suicidas (APA, 2014). Nesse contexto, compreender a função dos ambientes invalidantes se torna essencial, uma vez que

¹ karinefariadossantos@gmail.com

² arturvandre@gmail.com

tais contextos contribuem diretamente para a formação de repertórios desadaptativos de regulação emocional.

A Terapia Comportamental Dialética (DBT – *Dialectical Behavior Therapy*) surge como uma resposta inovadora a esse cenário. Desenvolvida inicialmente para pacientes suicidas, mostrou-se especialmente eficaz no TPB, ao propor uma integração entre práticas comportamentais e estratégias de aceitação, apoiadas em fundamentos do behaviorismo radical e em práticas meditativas de origem oriental, como o mindfulness (Linehan, 2010; Cerutti & Duarte, 2016). A DBT considera que o paciente borderline precisa ser ensinado a regular suas emoções em um contexto que seja ao mesmo tempo validante e desafiador.

O presente estudo propõe uma análise qualitativa sobre o conceito de ambiente invalidante utilizado pela DBT, a partir da obra: **Terapia Cognitivo Comportamental para Transtorno de Personalidade Borderline**, de Marsha Linehan (2010), buscando destacar como este elemento impacta tanto a etiologia quanto a manutenção do TPB. A relevância deste trabalho reside em ampliar o debate sobre como a psicoterapia pode não apenas aliviar sintomas, mas também modificar contextos de vida que perpetuam o sofrimento.

MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa seguiu uma abordagem qualitativa e exploratória, fundamentada na *Grounded Theory* (Teoria Fundamentada nos Dados). Essa metodologia, desenvolvida por Glaser e Strauss na década de 1960 e posteriormente reformulada por Kathy Charmaz, permite que conceitos teóricos sejam construídos a partir da análise sistemática de dados empíricos, sem a imposição prévia de categorias rígidas (Charmaz, 2009).

A coleta de dados foi planejada a partir de cada conceito de ambiente invalidante contido na obra de Linehan (2010). O processo de análise seguiu as etapas da codificação aberta, axial e seletiva. Os conceitos sensibilizadores como as definições de ambiente invalidante orientaram o olhar do pesquisador e o agnosticismo teórico foi mantido para garantir que as categorias emergissem dos dados em vez de serem impostas (Charmaz, 2003).

Além disso, foram elaborados memorandos analíticos durante todo o processo, registrando hipóteses, observações e conexões entre categorias. A partir deste método, espera-se que as análises resultem em um modelo explicativo capaz de integrar teoria e prática, contribuindo para a compreensão clínica e acadêmica do TPB e da DBT.

RESULTADOS

Os dados teóricos do livro revisado apontam para alguns achados preliminares:

1. Conceituação de ambientes invalidantes: São contextos em que os sentimentos e experiências internas dos indivíduos são sistematicamente desconsiderados, punidos ou tratados como irrelevantes. Esse tipo de ambiente contribui para déficits no reconhecimento e regulação de emoções.
2. Impacto no Transtorno de Personalidade *Borderline*: Crianças expostas a esses contextos desenvolvem maior vulnerabilidade à instabilidade emocional e tendem, na vida adulta, a apresentar padrões de auto-invalidação, dependência de validação externa e comportamentos autodestrutivos.
3. A contribuição da DBT: A DBT busca contrapor a invalidação oferecendo um ambiente terapêutico validante, que ao mesmo tempo desafia o cliente a mudar. As técnicas de mindfulness, tolerância ao estresse e regulação emocional representam alternativas práticas para modificar padrões aprendidos em contextos invalidantes.
4. O risco terapêutico: A literatura aponta que, sem atenção cuidadosa, o ambiente clínico pode reproduzir a invalidação, reforçando sentimentos de inadequação. Esse risco destaca a necessidade de formação contínua de terapeutas e de supervisão clínica frequente.

Esses resultados parciais reforçam a hipótese de que a DBT, ao abordar diretamente o fenômeno da invalidação, representa uma das terapias mais promissoras para pacientes *borderline* (Cerutti & Duarte 2016).

CONCLUSÃO

A pesquisa informa que compreender os ambientes invalidantes é fundamental para explicar a gênese e a manutenção do Transtorno de Personalidade Borderline. O uso da *Grounded Theory* possibilitou construir uma análise detalhada de como a DBT reconhece teoricamente e intervém nesse fenômeno. Conclui-se que a DBT não se limita a treinar habilidades, mas busca criar um contexto terapêutico validante e acolhedor, rompendo com padrões históricos de invalidação.

Esse estudo contribui para a prática clínica ao evidenciar que a eficácia da DBT não depende apenas das técnicas aplicadas, mas também da habilidade do terapeuta em evitar que o espaço clínico se torne invalidante. A longo prazo, espera-se que a investigação produza subsídios para a formação de terapeutas e para a formulação de políticas de saúde mental voltadas ao TPB.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

American Psychiatric Association. (2014). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais* (5ª ed.). Arlington: American Psychiatric Publishing.

Cerutti, P. S., & Duarte, T. C. (2016). Transtorno da Personalidade Borderline sob a perspectiva da Terapia Comportamental Dialética. *Revista Psicologia em Foco*, 8(12), 67-81.

Charmaz, K. (2003). *Grounded Theory*. In J. A. Smith (Ed.), *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods* (pp. 47-78). London: Sage Publications.

Charmaz, K. (2009). *A construção da teoria fundamentada*. Porto Alegre: Artmed.

Linehan, M. M. (2010). *Terapia cognitivo-comportamental para transtorno de personalidade borderline*. Artmed.