



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA  
FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**



**EMANUEL MISSIAS SILVA PALMA**

**ORIENTAÇÃO EPISTÊMICA, ESTILO PESSOAL E  
REGULAÇÃO EMOCIONAL:  
CONTRIBUIÇÕES PARA A COMPREENSÃO DO BEM-ESTAR  
PSICOLÓGICO DO PSICOTERAPEUTA**

Salvador – Bahia

2016

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA  
FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**EMANUEL MISSIAS SILVA PALMA**

**ORIENTAÇÃO EPISTÊMICA, ESTILO PESSOAL E  
REGULAÇÃO EMOCIONAL:  
CONTRIBUIÇÕES PARA A COMPREENSÃO DO BEM-ESTAR  
PSICOLÓGICO DO PSICOTERAPEUTA**

Tese de doutorado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal da Bahia, como requisito para a obtenção do título de Doutor em Psicologia.

Área de Concentração: Psicologia Social e do Trabalho.

Orientador: Profa. Dra. Sônia Maria Guedes Gondim

Salvador – Bahia

2016

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA  
FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**Emanuel Missias Silva Palma**

**ORIENTAÇÃO EPISTÊMICA, ESTILO PESSOAL E REGULAÇÃO  
EMOCIONAL: CONTRIBUIÇÕES PARA A COMPREENSÃO DO BEM-  
ESTAR PSICOLÓGICO DO PSICOTERAPEUTA**

**COMISSÃO EXAMINADORA**

---

Profa. Dra. Sônia Maria Guedes Gondim  
Universidade Federal da Bahia

---

Prof. Dr. Cícero Roberto Pereira  
Universidade Federal da Paraíba

---

Prof. Dr. Luc Marcel Adhemar Vandenberghe  
Pontifícia Universidade Católica de Goiás

---

Prof. Dr. Mauro de Oliveira Magalhães  
Universidade Federal da Bahia

---

Prof. Dr. Tiago Alfredo da Silva Ferreira  
Universidade Federal da Bahia



## AGRADECIMENTOS

À minha querida família por todos esses anos de apoio e compreensão. Obrigado por me motivarem e me manterem focado no meu objetivo nos momentos mais desafiadores.

À querida orientadora Sônia Gondim! Soninha, não tenho palavras para agradecer e descrever o quanto foi especial a sua orientação neste trabalho. Obrigado pelo apoio ativo e incansável e pelas palavras de incentivo e carinho que você sabe muito bem proferir nos momentos adequados. Você é uma grande inspiração, como pessoa e profissional. Sou muito grato, feliz e privilegiado por ter feito este trabalho sob sua delicada, sensível e cuidadosa orientação.

Aos queridos amigos e colegas do grupo de pesquisa Emoções, Sentimentos e Afetos em Contextos de Trabalho, por termos compartilhado tantas coisas boas e construtivas ao longo desses anos. Acredito que o nome do nosso grupo – numa perspectiva bem positiva – representa muito o que acontece entre nós. Em especial, agradeço a Ana Simões, por sua perspicácia, inteligência e solidariedade nas etapas conclusivas deste trabalho, a Gisele Alberton e a Franciane Andrade pela leitura atenta do material à medida que a tese era construída. Seus comentários, observações e incentivos foram muito importantes! Obrigado!

À querida amiga e colega de pós, desde a época do mestrado, Carolina Aguiar, por ter me encorajado ao longo desses quatro anos, com suas leituras, comentários e sugestões. Sem dúvidas, um exemplo a ser seguido. Carol, muito obrigado por fazer parte deste projeto de forma tão especial e humana!

Ao Prof. Mauro de Oliveira Magalhães, que assistiu à construção deste trabalho desde o início, sempre disponível e generoso ao fazer sugestões e recomendações, participando dos seminário e exame de qualificação. Agradeço-lhe as recomendações preciosas!

Ao Prof. Dr. Cícero Roberto Pereira, por sua disponibilidade em contribuir para este trabalho desde o exame de qualificação. Obrigado pelos valiosos comentários, sugestões e questionamentos!

Ao Prof. Dr. Luc Vandenberghe, por ter aceito participar da comissão julgadora de forma tão generosa e cordial, contribuindo para a finalização do trabalho.

Ao Prof. Dr. Tiago Alfredo, por quem tenho admiração desde a graduação, por sua forma paciente, ética, comprometida de fazer o que ama. Fico muito feliz em reencontrá-lo nesta ocasião!

Aos professores, colegas e funcionários do POSPSI, local onde nos últimos anos, passei uma boa parte do meu tempo, aprendendo, crescendo e compartilhando conhecimentos preciosos. Obrigado por me inspirarem e contribuírem para minha formação.

Aos queridos amigos, alguns dos quais colegas de profissão, por estarem disponíveis quando precisei e por terem sempre palavras de apoio, carinho, compreensão e motivação, em especial a Janaína Nascimento, Luciana Maria Assis, Quele Souza, Juciel Lima, Neide Maria, Ró Fuezi, Almir Ferreira, Airton João (in memoriam), Lene Carvalho e Sara Jane. Meu carinho muito especial por vocês!

À querida professora Ana Lúcia Ulian, presença forte, verdadeira, acolhedora e marcante em minha formação pessoal. Eu sempre tive a convicção, a clareza, de que você não forma psicoterapeutas, você forma pessoas, gente...

Aos psicoterapeutas que, de forma muito generosa e interessada, dedicaram seu tempo a responder ao questionário da pesquisa e enviaram e-mails demonstrando apoio e entusiasmo com este projeto.

## RESUMO

A saúde mental do psicoterapeuta tem sido tradicionalmente tratada a partir da perspectiva do adoecimento. Diversos estudos teóricos e empíricos têm se dedicado à identificação de preditores ou à recomendação de estratégias preventivas de mal-estar associado ao exercício profissional. A presente tese, ao contrário, pretende contribuir para a compreensão do bem-estar psicológico do psicoterapeuta a partir de algumas de suas características pessoais. O objetivo geral foi examinar o poder preditivo da orientação epistêmica, do estilo pessoal e da regulação emocional do psicoterapeuta sobre o seu bem-estar psicológico. Para tal fim, foram realizados quatro estudos empíricos de caráter quantitativo e de corte transversal. Participaram 674 psicoterapeutas brasileiros, de diferentes orientações teóricas, formações de base e anos de experiência. Os participantes responderam a um questionário online contendo medidas das variáveis psicológicas estudadas e questões sociodemográficas e profissionais. Para fins desta tese, foi criada uma medida de orientação epistêmica e adaptada uma medida de estilo pessoal. Ambas as escalas foram submetidas a uma análise fatorial confirmatória mediante equações estruturais. A escala de orientação epistêmica passou inicialmente por uma análise fatorial exploratória, sendo verificada sua consistência interna tanto pelo alfa de Cronbach quanto pela confiabilidade composta. As relações entre as variáveis estudadas foram examinadas por meio de análises descritivas, multivariadas e modelagem por equações estruturais. Em termos de validação de medidas, os resultados revelaram medidas com qualidades psicométricas satisfatórias. Foram encontradas associações entre a orientação epistêmica, o estilo pessoal e as estratégias de regulação emocional, variáveis que se mostraram preditoras do bem-estar psicológico. As estratégias de regulação emocional ascendentes e descendentes demonstraram maior poder de predição, além de mediar a relação entre a orientação epistêmica e o bem-estar psicológico do psicoterapeuta. Em síntese, as principais contribuições da tese são: (a) criar e validar uma medida de orientação epistêmica para o contexto brasileiro; (b) validar uma medida de estilo pessoal do terapeuta para o contexto brasileiro; (c) trazer evidências empíricas de associações entre orientação epistêmica, estilo pessoal e regulação emocional em uma amostra de psicoterapeutas; e (d) colocar em destaque o papel da regulação emocional no bem-estar psicológico de psicoterapeutas, o que pode gerar insumos para orientar a formação desse profissional.

**Palavras chave:** bem-estar psicológico; psicoterapeuta; epistemologia; regulação emocional; estilo pessoal

## ABSTRACT

Psychotherapists' mental health has been traditionally approached from an illness-oriented perspective. Several theoretical and empirical studies have been devoted to the identification of the predictors and to the recommendation of preventive strategies of ill-being associated with psychotherapy practice. This dissertation, in contrast, seeks to contribute to the understanding of psychotherapists' psychological well-being considering their personal characteristics. The main objective was to examine the predictive power of psychotherapists' epistemic orientation, personal style, and emotion regulation for their psychological well-being. In order to achieve it, four empirical studies with a quantitative and cross-sectional design were conducted. Participants were 674 Brazilian psychotherapists of different theoretical orientations, years of experience and professional background. Participants completed an online questionnaire containing measures of all psychological variables investigated and sociodemographic and professional questions. An epistemic orientation measure was developed, and a personal style questionnaire was validated for the purposes of this dissertation. Both measures were submitted to a confirmatory factor analysis using structural equation modelling. The epistemic orientation scale had previously undergone an exploratory factor analysis. The internal consistency of the dimensions was assessed using Cronbach alpha and composite reliability. Relations among the study variables were examined using descriptive and multivariate analysis, as well as structural equation modelling. In terms of scale validation, results revealed measures with good psychometric properties. Furthermore, associations between epistemic orientation, personal style and emotion regulation were found, with these variables also showing predictive power on psychological well-being. Up- and downregulation strategies were the best predictors of well-being and mediated its relationship with epistemic orientation. In summary, the main contributions of this dissertation consisted of: (a) developing and validating a measure of epistemic orientation in the Brazilian context; (b) validating a measure of personal style in the Brazilian context; (c) providing empirical evidences of the associations among epistemic orientation, personal style, and emotion regulation in a sample of psychotherapists; and (d) emphasizing the role emotion regulation plays in psychotherapists' psychological well-being, all of which may generate invaluable resources to guide the training of this professional group.

**Key words:** psychological well-being; psychotherapist; epistemology; emotion regulation; personal style.



## SUMÁRIO

<b>APRESENTAÇÃO.....</b>	<b>10</b>
ASPECTOS METODOLÓGICOS.....	21
<b>CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES.....</b>	<b>23</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>32</b>
<b>APÊNDICES.....</b>	<b>49</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>50</b>

## APRESENTAÇÃO

Esta tese insere-se na agenda de investigações do grupo de pesquisa *Emoções, Sentimentos e Afetos em Contextos de Trabalho*, o qual encontra-se vinculado à área de concentração Psicologia Social e do Trabalho do Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal da Bahia. Coordenado pela Profa. Dra. Sônia Maria Guedes Gondim, há mais de uma década esse grupo tem se dedicado a identificar uma série de correlatos, antecedentes e consequentes de experiências afetivas em diversos contextos laborais por meio de diferentes referenciais teóricos e delineamentos metodológicos. Nesse sentido, o grupo busca contribuir principalmente para a área de psicologia do trabalho, estabelecendo diálogos entre campos temáticos afins como a psicologia positiva, a regulação das emoções, o trabalho emocional e o bem-estar em suas diferentes perspectivas (e.g., subjetiva, no trabalho e psicológica). No presente trabalho, o foco incide sobre o bem-estar psicológico dos psicoterapeutas partindo de algumas constatações e lacunas existentes na literatura sobre suas características pessoais e seus preditores. Não se trata, portanto, de uma investigação sobre psicoterapia, embora as medidas validadas e os resultados empíricos encontrados tenham o potencial de subsidiar ações de formação, prática clínica e desenvolvimento pessoal e profissional do terapeuta.

Ao abordarmos a literatura sobre as características pessoais do terapeuta, podemos identificar, pelo menos, duas tendências investigativas. A primeira refere-se ao possível impacto de seus atributos pessoais nos resultados do tratamento ou processos a ele associados (e.g., aliança terapêutica e adesão do paciente ao tratamento) enquanto a segunda aborda em que medida aspectos intrínsecos ou extrínsecos à prática clínica contribuem, positiva ou negativamente, para a formação, o crescimento e o desenvolvimento pessoal e profissional do terapeuta. Embora apresentem pontos de convergência, existe um claro descompasso na produção científica entre ambas as áreas. É possível observar que a primeira

linha de investigação, negligenciada por algum tempo, tornou-se gradativamente mais sólida e robusta. Atualmente, por exemplo, existem diversos estudos empíricos apontando que algumas características pessoais do terapeuta (e.g., variáveis sociodemográficas, estilo pessoal, traços de personalidade e bem-estar emocional) são relevantes à prática clínica e ajudam a criar as condições favoráveis ao tratamento (e.g., Baldwin & Imel, 2013; Del Re, Flückiger, Horvath, Symonds, & Wampold, 2012; Heinonen, Lindfors, Laaksonen, & Knekt, 2012; Heinonen et al., 2014). Conforme sugerem Orlinsky e Ronnestad (2005), a preocupação principal da maioria das pesquisas nessa área centra-se em sua utilidade prática, ignorando, em certa medida, as características “*essenciais*” e o desenvolvimento dos psicoterapeutas.

A segunda linha de investigação, apesar de não ser tão recente, ainda carece de mais estudos empíricos sistemáticos. Sua produção tem sido pautada por estudos esporádicos e tem se caracterizado, em parte, por relatos de eminentes psicoterapeutas acerca das contribuições da prática clínica para sua vida pessoal, enfatizando aspectos positivos e negativos (e.g., Beuchler, 2012; Dryden & Spurling, 1989; Kottler, 2010; Kottler & Carlson, 2014; Sussman, 1995). Nesse contexto investigativo, poderíamos localizar, com relativa facilidade, uma série de estudos empíricos tratando dos efeitos deletérios resultantes da prática clínica sobre o profissional, como síndrome de *burnout*, estresse, traumatização vicária e fadiga de compaixão (e.g., D’Souza, Egan, & Rees, 2011; Farber, 1983; Farber & Heiftz, 1982; Maslach, 2003; Rosenberg & Pace, 2006; Rupert, Miller, & Dorociak, 2015; Thomson, Amatea, & Thomson, 2014). Entretanto, é possível observar sinais de mudança nesse cenário. Nos últimos anos, um grupo de pesquisadores de diferentes países tem se dedicado a investigar as experiências formativas, as práticas, o desenvolvimento e o crescimento pessoal e profissional de psicoterapeutas. Atualmente seu banco de dados é composto por cerca 11 mil terapeutas de diferentes nacionalidades, orientações teóricas,

estágios de carreira profissional e formações de base (Ronnestad & Skovholt, 2013). Cabe ressaltar, porém, que o foco principal das análises até então tem sido as experiências de terapeutas de países do hemisfério norte, como Estados Unidos, Alemanha e Noruega (Orlinsky & Ronnestad, 2005). Além disso, no que concerne à saúde mental do terapeuta, resume-se à identificação indicadores de satisfação geral com a vida. Por sua vez, no que diz respeito à produção científica acerca dos atributos do terapeuta no contexto brasileiro, Quadros e Yashida (2012) constaram a escassez de pesquisas empíricas sobre essas variáveis e a predominância de estudos teóricos.

No âmbito das pesquisas sobre as características pessoais do terapeuta, observamos que seu bem-estar tem sido relativamente negligenciado. Isso ocorre a despeito de seus indicadores positivos de saúde mental estarem associados a resultados benéficos para o paciente (e.g., Baldwin & Imel, 2013; Jennings & Skovholt, 1999; Nissen-Lie, Havik, Hoglend, & Ronnestad, 2013; Nissen-Lie et al., 2015). Nesse aspecto, alguns autores consideram a adoção de estratégias de autocuidado profissional um imperativo ético (e.g., Bamonti et al., 2015; Barnett, Baker, Elman, & Schoener, 2007), abrindo assim possibilidades para a investigação mais acurada dos preditores do bem-estar do terapeuta. Quando tratados pela literatura, os indicadores de bem-estar do terapeuta (e.g., satisfação geral com a vida e qualidade das relações interpessoais) encontram-se associados a fatores ocupacionais e psicológicos. Um dos poucos estudos sobre a saúde mental positiva dos profissionais é o de Linley e Joseph (2007), que destacam o papel de preditores como história prévia de trauma, número de horas de trabalho como terapeuta, sexo, tempo de experiência, habilidades empáticas, senso de coerência e vínculo terapêutico no crescimento positivo e satisfação em psicoterapeutas. Os referidos autores ainda chamam a atenção para a necessidade de testar modelos mais compreensivos do bem-estar do terapeuta.

O modelo de bem-estar psicológico defendido por Ryff (1989) encontra sustentação teórica e empírica em diferentes tradições filosóficas e psicológicas. Nesse sentido, alinha-se às concepções eudaimônicas de bem-estar, as quais, segundo Bishop (2015), encontram-se associadas à visão aristotélica de bem-estar como um engajamento ativo com o mundo resultante de um caráter virtuoso. Para Bishop (2015), a concepção aristotélica de bem-estar fortalece a noção de que as ações virtuosas por si só são capazes de produzir o prazer. Do ponto de vista psicológico, o modelo de Ryff (1989) foi fortemente influenciado pelo movimento humanista-existencial e as teorias clínicas sobre o crescimento pessoal e o desenvolvimento humano. Para Ryff (2014), seu modelo consiste em uma alternativa ou complemento aos modelos de bem-estar que se tornaram prevalentes a partir da década de 1980. Esses modelos adotavam uma concepção hedônica de bem-estar, equacionando a felicidade à preponderância de afetos positivos sobre os negativos (no âmbito afetivo) e a uma avaliação positiva generalizada sobre a vida (no âmbito cognitivo). Em contraposição a essa tendência, Ryff (1989) sugeriu um modelo conceitual de bem-estar composto por seis dimensões, nomeadamente autoaceitação, autonomia, crescimento pessoal, domínio do ambiente, propósito na vida e relações positivas com os outros.

No contexto dos estudos da presente tese, o bem-estar psicológico pareceu uma alternativa viável e relevante por algumas razões. Primeiro, uma parte dos estudos acerca dos indicadores de saúde mental do terapeuta concentra-se ora na presença ou ausência de marcadores de transtornos psicológicos (e.g., Farber, 1983; Farber & Heiftz, 1982; Guy, Poelstra, & Stark, 1989; Maslach, 2003; Rosenberg & Pace, 2006) ora em aspectos voltados para a modulação do tônus hedônico (i.e., prevalência de afetos positivos sobre negativos) e uma avaliação geral da vida (e.g., Orlinsky & Ronnestad, 2005); em muitos desses casos, é notável a inclinação para tratar a saúde mental do terapeuta como variável preditora ou correlata a processos pertinentes ao processo terapêutico (e.g., Guy et al., 1989; Nissen-Lie

et al., 2013) . Segundo, o bem-estar psicológico, conforme o modelo proposto por Ryff (1989) e adotado nos estudos desta tese, parece incorporar alguns dos elementos constituintes dos princípios ou objetivos gerais dos processos de mudança terapêutica, assumidos mais ou menos explicitamente por diferentes escolas de psicoterapia, como aceitação de si, relação positiva com os outros, autonomia, propósito na vida e domínio do ambiente (e.g., Ryff & Singer, 2008; Woolfolk, 2016). Nesse sentido, conhecer os níveis de funcionamento do terapeuta nessas diferentes áreas - e os fatores a eles associados - constitui-se importante tarefa, com implicações diretas ou indiretas para sua formação, prática e vida pessoal. Por fim, na presente tese, três variáveis psicológicas foram escolhidas para examinar suas relações com o bem-estar psicológico do psicoterapeuta: a orientação epistêmica, o estilo pessoal e a regulação emocional. Essas escolhas justificam-se pelo potencial emergente de cada uma dessas áreas para contribuir para a compreensão dos indicadores de bem-estar do profissional. Enquanto a orientação epistêmica e o estilo pessoal podem associar-se mais explicitamente à literatura sobre a formação e a prática profissional, a regulação das emoções encontra-se mais fortemente associada à literatura do autocuidado do terapeuta.

A orientação epistêmica, aqui entendida como forma preferida de acesso e uso do conhecimento, situa-se em uma área mais ampla conhecida como epistemologia pessoal. Em psicoterapia, tal orientação tem sido usada para investigar a escolha de abordagem teórica (e.g., Arthur, 2000; Arthur, 2001; Neimeyer & Morton, 1997), uso de técnicas e procedimentos e formação da aliança terapêutica (e.g., Lee, Neimeyer, & Rice, 2013) e resultados clínicos (Toska, Neimeyer, Taylor, Kavas, & Rice, 2010). Não obstante, a literatura empírica sobre a epistemologia pessoal do terapeuta e suas diferentes dimensões constitutivas (e.g., intuicionismo, racionalismo e empiricismo) começa a apontar para a possibilidade de investigar suas associações para além do contexto clínico. Por exemplo,

pesquisadores sugerem que as formas de conhecer adotadas pelo terapeuta podem influenciar sua escolha de estratégias de autocuidado e  *coping* (e.g., Brucato & Neimeyer, 2009), e, em termos mais gerais, construtos semelhantes ou que apresentam possibilidades de sobreposição conceitual com algumas dimensões da orientação epistêmica (e.g., estilos intuitivo ou analítico) também demonstram essa possibilidade, sugerindo sua associação tanto com estratégias de manejo emocional quanto com indicadores de saúde mental positiva (e.g., Elphinstone & Critchley, 2016; Epstein, 2010; Epstein & Epstein, 2016; Schutte et al., 2010; Wissing & Van Eeden, 2002). Em síntese, esse constructo mostrou-se relevante para a presente tese por se tratar de uma área em expansão em estudos internacionais e também por demonstrar sua possibilidade de associação com variáveis comportamentais do terapeuta (e.g., estilo pessoal e estratégias de regulação emocional) e seu bem-estar psicológico. Autores como Hoshmand (1994) e Downing (2000) defendem a necessidade de se conhecer a “epistemologia pessoal aplicada” ou os “modos de conhecer vivenciados” ao se referirem às investigações que associem a orientação epistêmica do profissional às suas experiências de vida em diferentes domínios, mais especificamente na condução do trabalho clínico, no caso dos terapeutas. No entanto, observou-se a carência de instrumentos capazes de mensurar esse construto no contexto brasileiro.

A busca na literatura revelou uma medida que já havia sido utilizada em estudos prévios com terapeutas, o  *Psycho-Epistemological Profile* (PEP; Royce & Mos, 1980). Esse instrumento de autorrelato visa avaliar as formas individuais de conhecer a partir de três dimensões básicas, a saber: empiricismo, racionalismo e metaforismo. Seu desenvolvimento baseou-se particularmente nos estudos teóricos e empíricos sobre as teorias do conhecimento e dos múltiplos traços da individualidade conduzidos por Royce (1973) e Royce e Mos (1980); entretanto, a literatura apontava para alguns problemas com essa medida, como a existência de três fatores adicionais aos já propostos, a extensa quantidade de itens (i.e., 90)

e, conseqüentemente, o longo tempo consumido para responder ao questionário, especialmente em contextos onde outras medidas psicológicas são utilizadas, e, por fim, a inadequação de alguns itens aos fatores pretendidos. Diante desse cenário, empreendemos a criação de uma medida breve de orientação epistêmica, cujo processo de desenvolvimento foi fundamentado nos pressupostos teóricos defendidos por Royce e Mos (1980) e seu instrumento, o *Psycho-Epistemological Profile*. Surge, nesse contexto, a pergunta a ser respondida pelo Estudo 1 (Artigo 1):

- 1) A medida criada para mensurar a orientação epistêmica, inspirada na proposta de Royce e Mos (1980), apresenta qualidades psicométricas aceitáveis quando aplicada na amostra do presente estudo?

Assim como ocorre com a orientação epistêmica, porém em maior escala, o estilo pessoal do terapeuta tem sido usado na literatura para mensurar os efeitos de suas diferentes dimensões sobre variáveis associadas ao tratamento (e.g., Baldwin & Imel, 2013; Heinonen et al., 2012; Heinonen et al., 2014). Paralelamente, alguns psicoterapeutas, sobretudo por meio de reflexões e relatos pessoais, têm concordado que a adoção de certos padrões estilísticos (e.g., uma atenção mais receptiva e maior valorização das emoções), resultantes de sua visão de mundo, formação e prática clínica, também contribui para sua vida, impactando, por exemplo, nas suas relações interpessoais, autoestima e aceitação de si (e.g., Dryden & Spurling, 1989; Klein, Bernard, & Schermer, 2011; Lyman, 2014; Răbu, Moltu, Binder, & McLeod, 2015). Esse conjunto de relatos pessoais e evidências empíricas iniciais apontaram para a possibilidade de associações entre padrões estilísticos do terapeuta e diferentes dimensões de seu bem-estar psicológico. No entanto, necessitávamos de um modelo teórico e empírico de estilo pessoal que orientasse um dos estudos desta tese.



Na perspectiva de Fernández-Álvarez, García, Lo Bianco e Santomá (2003), o estilo pessoal do terapeuta refere-se a um conjunto de funções básicas (i.e., atenção, envolvimento, expressão, instrução e operação) que o profissional coloca em prática ao exercer suas atividades clínicas. Trata-se, pois, de um construto multidimensional resultante da interação entre as visões de mundo, a orientação teórica e as experiências clínicas do profissional (Corbella et al., 2009). Para mensurá-lo, Fernández-Álvarez et al. (2003) desenvolveram uma medida de autorrelato composta pelas cinco dimensões básicas citadas anteriormente. Todavia, no contexto brasileiro, esse instrumento ainda não apresentava indicadores psicométricos semelhantes à versão original, tendo passado somente por processo de validação semântica e análise de consistência interna (Oliveira et al., 2006). Nos estudos desta tese, adotamos a versão reduzida dessa medida (Castañeiras et al., 2008), a qual submetemos a uma análise fatorial confirmatória, procedimento estatístico considerado mais robusto quando já existem estudos e teorias prévias acerca da dimensionalidade da medida. Nesse sentido, buscou-se responder à seguinte pergunta para fins do Estudo 2 (Artigo 2):

2) A solução pentafatorial proposta para a medida reduzida *Estilo Personal del Terapeuta-Cuestionario (EPT-C)* apresenta índices aceitáveis de aderência aos dados?

Enquanto a orientação epistêmica do terapeuta e seu estilo pessoal constituem áreas de crescente interesse na pesquisa em psicoterapia, o mesmo não pode ser dito de suas habilidades de regulação emocional. Particularmente a esse respeito, é importante salientar que a regulação das emoções tem sido o foco de diversos estudos conduzidos por nosso grupo de pesquisa, sendo associada a indicadores gerais de bem-estar, como o bem-estar subjetivo, o domínio do ambiente, a autonomia e o bem-estar no trabalho (e.g., Gondim et

al., 2015; Santana & Gondim, 2016). Em sentido amplo, a regulação emocional refere-se à modificação de diferentes aspectos (e.g., intensidade, duração, frequência e contexto de ocorrência) da experiência emocional, tendo em vista o alcance de um objetivo (Gross, 2015). Tem sido largamente investigada a partir da perspectiva do manejo das emoções negativas (*downregulation* ou regulação descendente, nos estudos desta tese), isto é, busca-se investigar como os indivíduos atenuam os efeitos danosos das emoções negativas (e.g., Gross, 2015; Nelis et al., 2011).

A investigação das estratégias gerais de regulação emocional de psicoterapeutas também tem acompanhado a tendência da literatura em abordar mais especificamente a regulação descendente. Além disso, assim como ocorre com outras variáveis do terapeuta, tem se buscado principalmente averiguar seu possível impacto em aspectos relativos ao tratamento (e.g., Burt, 2013; Kaplowitz, Safran, & Muran, 2014). Mais recentemente, estudos comparativos têm avaliado as diferenças no uso de estratégias descendentes entre terapeutas e outros profissionais, na tentativa de identificar determinantes pessoais e ocupacionais facilitadores do manejo das emoções negativas (Pletzer, Sanchez, & Scheibe, 2015) ou os efeitos protetores dessa regulação nos níveis de estresse do profissional (Finlay-Jones, Rees, & Kane, 2015). Nesse contexto, parece haver uma clara negligência na literatura acerca dos impactos das emoções positivas e sua regulação sobre o terapeuta, considerando suas vivências pessoais e profissionais, como evidenciado recentemente por um estudo qualitativo conduzido por Vandenberghe e Silvestre (2014) sobre as emoções positivas no contexto clínico.

Nesta tese, a investigação das estratégias gerais de regulação emocional dos terapeutas adotou uma perspectiva que considera dois mecanismos básicos para o manejo das emoções: um referente à manutenção ou aumento dos efeitos benéficos das emoções positivas (*upregulation* ou regulação ascendente) e outro referente à diminuição dos efeitos

nefastos das emoções negativas (*downregulation* ou regulação descendente). O primeiro envolve estratégias como saborear o presente momento (i.e., *savoring*) e compartilhar emoções positivas, enquanto o segundo consiste principalmente de estratégias que visam a uma modificação cognitiva da experiência emocional mediante, por exemplo, o emprego da reavaliação da situação.

Sob a ótica da literatura do autocuidado do terapeuta, a regulação das emoções torna-se um aspecto relevante para sua competência profissional (e.g., Norcross & Guy, 2007; Wicks, 2008). Ao se supor que cuidar de si é um imperativo ético para o clínico, a crescente literatura do autocuidado do terapeuta (e.g., Bamonti et al., 2015; Norcross & Guy, 2007; Skovholt & Trotter-Mathison, 2016; Thériault, Gazzola, Isenor, & Pascal, 2015; Wicks, 2008; Wise, Herse, & Giboson, 2012) tem se dedicado a identificar e recomendar uma série de estratégias regulatórias que visam promover a resiliência profissional e salvaguardar seu bem-estar pessoal. Por exemplo, Norcross e Guy (2007) sugerem que a reestruturação cognitiva (i.e., uma estratégia de regulação descendente) contribui para o fortalecimento do repertório de regulação emocional do terapeuta, auxiliando-o a demarcar a fronteira entre sua vida pessoal e as questões emocionais de seus pacientes. No entanto, é importante ressaltar que essa recomendação não é sustentada com base em estudos empíricos com terapeutas. Além disso, esses autores defendem que a literatura do autocuidado do terapeuta deve adotar uma postura mais positiva em vez de negativa, ou seja, assumem que os terapeutas também devem ser ensinados a promover o seu bem-estar e não somente a se esquivar do mal-estar (e.g., *burnout* e estresse).

Abre-se assim uma perspectiva promissora para a investigação das associações entre as estratégias de regulação das emoções positivas e negativas para as diferentes dimensões do bem-estar psicológico do terapeuta, como explorado nesta tese. Soma-se a isso, o fato de a revisão da literatura não ter revelado investigações tratando diretamente

dessa associação. Exposto esse breve panorama da literatura acerca da orientação epistêmica, do estilo pessoal e da regulação emocional do terapeuta, três perguntas adicionais fizeram-se necessárias aos estudos desenvolvidos nesta tese:

- 3) Qual a relação entre a orientação epistêmica predominante, as dimensões do estilo pessoal e os modos de regulação emocional do psicoterapeuta (Estudo 3 - Artigo 3)?

Essa pergunta constituiu ponto de partida para examinar as relações entre os possíveis preditores do bem-estar do terapeuta, identificando e caracterizando melhor os padrões de associações entre eles e estabelecendo relações com a literatura nas três áreas. Buscou-se especialmente responder a perguntas relativas à associação entre a epistemologia pessoal e os padrões comportamentais na prática. Embora pesquisadores já houvessem articulado essa possibilidade de relação em termos teóricos (e.g., Downing, 2000; Hoshmand, 1994), as tentativas de respondê-la empiricamente ainda são escassas. Por fim, as questões quatro e cinco enfocaram diretamente o objetivo geral desta tese. Deste modo, foram formuladas as seguintes questões de pesquisa que serão respondidas pelo estudo 4 (Artigo 4):

- 4) Em que medida a orientação epistêmica, o estilo pessoal e a regulação emocional contribuem para a predição do bem-estar psicológico do psicoterapeuta (Estudo 4 - Artigo 4)?

- 5) As estratégias de regulação emocional medeiam, pelo menos em parte, a relação entre a orientação epistêmica e o bem-estar psicológico geral do psicoterapeuta (Estudo 4 - Artigo 4)?

Em síntese, para fins desta tese, foram desenvolvidos quatro estudos apresentados sob a forma de artigos. Cada um dos estudos compõe um capítulo específico da tese. Antes de apresentá-los, discorre-se sobre aspectos metodológicos da tese incluindo o objetivo e os objetivos específicos relacionados a cada um dos quatro estudos. Ao final, apresenta-se uma conclusão geral da tese, destacando as contribuições de cada um dos estudos, além de mencionar as limitações e fazer sugestões de estudos futuros.

## ASPECTOS METODOLÓGICOS

---

### **Objetivo Geral:**

Analisar o poder preditivo da orientação epistêmica, do estilo pessoal e das estratégias de regulação emocional de psicoterapeutas sobre seu bem-estar psicológico geral e suas dimensões constitutivas.

### **Objetivos Específicos:**

1. Desenvolver e obter evidências de validade de uma escala para mensurar a orientação epistêmica, tendo como base teórica e empírica os trabalhos realizados principalmente por Royce e Mos (1980) (Estudo 1);
2. Fornecer evidências de validade para uma medida reduzida de estilo pessoal do terapeuta (*Estilo Personal del Terapeuta – EPT-C*) no contexto brasileiro (Estudo 2);

3. Caracterizar e examinar as relações entre a orientação epistêmica predominante, as dimensões do estilo pessoal e os modos de regulação emocional do psicoterapeuta (Estudo 3);

4. Analisar o poder preditivo das variáveis psicológicas do estudo sobre o bem-estar psicológico (i.e., geral e suas seis dimensões) do psicoterapeuta (Estudo 4);

5. Analisar o papel mediador dos modos, ou estratégias, de regulação emocional ascendente e descendente na relação entre a orientação epistêmica e o bem-estar psicológico geral dos psicoterapeutas (Estudo 4).

## CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES

Os estudos desenvolvidos nesta tese tiveram como objetivo principal contribuir para a compreensão do bem-estar psicológico de psicoterapeutas, fortalecendo, assim, a literatura empírica acerca dos fatores individuais que podem colaborar para a melhoria dos indicadores de saúde mental positiva deste profissional. Para o alcance do objetivo principal, algumas etapas prévias mostraram-se necessárias. Nesse sentido, foram realizados estudos que visavam desenvolver ou validar medidas para a mensuração da orientação epistêmica e estilo pessoal, construtos cujas literaturas encontram-se em expansão dentro da pesquisa em psicoterapia. Para medir a regulação emocional já dispúnhamos de uma medida validada para o contexto nacional (Gondim et al., 2015).

O processo de desenvolvimento e validação da Escala Breve de Orientação Epistêmica resultou em um instrumento reduzido com boas qualidades psicométricas. Tal medida mostrou-se capaz de trazer informações relevantes sobre a epistemologia pessoal do terapeuta conforme o modelo de três fatores defendido por Royce e Mos (1980). Embora a investigação da relação entre suas diferentes dimensões e as variáveis do terapeuta (e.g., tempo de experiência, sexo e orientação teórica) tenha visado especialmente ao fortalecimento dos indicadores de qualidade da medida, ela trouxe uma série de resultados úteis ao desenvolvimento dessa área de estudos e pertinentes sobretudo ao processo de formação dos profissionais. Nesse sentido, trata-se de um dos estudos comparativos mais robustos sobre a epistemologia pessoal do terapeuta por abranger seis grupos das principais orientações teóricas adotadas com mais de 50 participantes, como sugerido por Arthur (2001), ao apontar fragilidades em estudos prévios acerca da epistemologia pessoal dos terapeutas. Pesquisas anteriores haviam se concentrado, principalmente, nas diferentes orientações epistêmicas de psicanalistas, terapeutas cognitivos/cognitivo-comportamentais

ou terapeutas comportamentais, contendo amostras pouco representativas ou instrumentos com baixa qualidade psicométrica.

Nos estudos desta tese, dada a maior diversidade de orientações teóricas, foi possível constatar o quanto abordagens relativamente díspares em termos teóricos, atraem membros com inclinações epistêmicas semelhantes e, em alguma medida, podem contribuir para reforçar essas orientações por meio de processos de enculturação, como supõem Thomson (2014) e Hoshmand (1994). Entretanto, são necessários mais estudos para identificar como esses processos ocorrem e quais variáveis (e.g., exposição à teoria, supervisão e apoio dos pares) se associam mais fortemente a eles. Além disso, investigações futuras poderiam abordar a variabilidade intragrupal, tendo em vista que, dentro uma mesma abordagem, pode haver terapeutas com inclinações epistêmicas diferentes. Pesquisas a esse respeito poderiam ajudar a descobrir em que medida terapeutas pertencentes a uma mesma orientação teórica endossam a forma de conhecer que lhe é mais característica e também em que grau profissionais novatos e mais experientes se diferem quanto ao seu nível de adesão a essa forma de conhecer. Por exemplo, ao investigar as formas de conhecer mais predominantes na prática psicanalítica, Protter (1988) descreveu três orientações ao conhecimento: (a) experiencial/intuicionista, com foco na subjetividade do paciente; (b) contextual, com ênfase no conhecimento interpessoal e (c) textual ou narrativa. Segundo ele, embora essas orientações digam respeito à praxe psicanalítica de forma geral, elas podem ser mais ou menos enfatizadas, ou até mesmo excluídas, a depender da escola psicanalítica a qual pertence o terapeuta. Essa articulação sinaliza a necessidade de um conhecimento mais aprofundando da epistemologia pessoal do terapeuta, o qual extrapola o escopo da presente tese.

Como a orientação epistêmica parece sofrer a ação do tempo, conforme constatado em um dos estudos da tese que indicou haver correlações fracas e significativas entre tempo



de experiência e os modos intuitivo e racional, estudos futuros poderiam examinar outros fatores que contribuem para mudanças na epistemologia pessoal do terapeuta e os efeitos dessas transformações em sua prática. Também poderiam aprofundar a investigação dos efeitos da dissonância entre a epistemologia pessoal do terapeuta e a orientação epistêmica que fundamenta a abordagem adotada pelo terapeuta.

O estudo de Vasco, Garcia-Marques e Dryden (1993) já sugeria que, diante dessa dissonância, os terapeutas teriam maior probabilidade de relatar insatisfação com a orientação teórica escolhida, e optar pelo ecleticismo ou até mesmo abandonar a carreira. O estudo apontava também que a escolha de uma das opções dependia da abordagem teórica do terapeuta que estivesse em vigor. No entanto, críticas foram dirigidas a esse estudo pela pequena amostra de psicoterapeutas, o que limita a generalização de seus resultados. Cabe esclarecer, todavia, que a dissonância nem sempre gera impactos negativos no terapeuta. Ao contrário, pode fomentar o seu pensamento crítico sobre as diversas formas de conhecer essenciais para aprimorar sua atuação profissional. A esse respeito, Royce (1964) alertava para os perigos da encapsulação do profissional em determinadas orientações epistêmicas. A encapsulação, segundo Royce, pode resultar em rigidez nas formas de interagir com o mundo. Por exemplo, ele atribuía a dificuldade de comunicação entre profissionais de diferentes áreas à sua rígida aderência a uma forma específica de conhecer. Nesse sentido, algumas teóricas e evidências empíricas apontam que a flexibilidade de pensamento e de estilo do terapeuta parecem gerar melhores resultados para todos os envolvidos no processo de terapia (e.g., Dryden & Spurling, 1989; Hatcher, 2015; Heinonen et al., 2012; Heinonen et al., 2014; Hellman, Morrison, & Abramovitz, 1987; Owen & Hilsenroth, 2014).

O estilo pessoal do terapeuta foi investigado nesta tese com uma amostra grande e diversificada. Assim como ocorreu na investigação da orientação epistêmica, foi possível observar semelhanças estilísticas entre terapeutas de diferentes orientações teóricas e

fortalecer os indicadores psicométricos da medida. No entanto, uma das dimensões do estilo do terapeuta, a dimensão instrucional, precisa de aperfeiçoamento conceitual e na formulação dos itens para melhorar sua consistência interna. Para além dos indicadores psicométricos, a investigação desse construto também traz contribuições para a formação, prática e supervisão. Conhecer as formas mais habituais de o terapeuta se comportar na prática clínica, reconhecendo suas consequências tanto para o processo quanto para si mesmo, pode trazer benefícios para o terapeuta. A flexibilidade na adoção do estilo parece ser a melhor alternativa. A esse respeito, Dryden e Spurling (1989) articularam um modelo teórico em que os terapeutas se dividiriam em facilitadores e reguladores, sendo os primeiros mais orientados para a exploração da vivência subjetiva e relacional, enquanto os últimos mais focados nos aspectos práticos, técnicos e corretivos da terapia. Alertavam, porém, para as consequências negativas de posições extremas em ambos os estilos. Enquanto os terapeutas extremamente facilitadores estariam susceptíveis ao envolvimento excessivo com o paciente, tendo dificuldades em manter um distanciamento, os terapeutas com forte inclinação reguladora teriam dificuldades em estabelecer um bom vínculo terapêutico, capaz de engajar o paciente no tratamento.

O desafio parece ser o de definir até que ponto o terapeuta pode aproximar-se dos extremos sem causar prejuízos a si mesmo e sem colocar em risco o processo de trabalho, além de conseguir fazer uso de sua flexibilidade estilística. Embora um estilo flexível pareça ser o mais desejado, ainda há que se identificar que eventos críticos no processo de desenvolvimento do terapeuta ajudam a promovê-lo.

No terceiro estudo procuraram-se associações entre orientação epistêmica, o estilo pessoal e as estratégias de regulação emocional do terapeuta, buscando-se contribuir para melhor articulação entre a epistemologia pessoal e padrões comportamentais (estilo e regulação das emoções). O estudo contribui para a área de pesquisa que investiga a “tradução

da epistemologia pessoal na prática”, ou a “modos epistêmicos vivenciados”, conforme apontavam Hoshmand (1994) e Downing (2000). Nesse aspecto, é importante ressaltar que estudos prévios não haviam controlado a orientação teórica ao investigar relações entre a epistemologia pessoal e os indicadores comportamentais do terapeuta (e.g., Lee et al., 2013). Nos estudos desta tese, essa variável foi controlada, permitindo observar o efeito da orientação epistêmica, em especial nas dimensões referentes ao escopo da atenção e da expressão das emoções. Encontraram-se diferenças mais marcantes entre os terapeutas predominantemente intuitivos e os predominantemente racionalistas. Diferentemente de outros estudos que haviam associado à implementação de técnicas e procedimentos à epistemologia pessoal do terapeuta, neste terceiro estudo, isso não foi constatado. Isso permitiu supor que essas diferenças técnicas sejam mais sensíveis às prescrições e regras da orientação teórica do que à orientação epistêmica do profissional.

O estudo três também superou a tendência a discutir a orientação epistêmica do terapeuta a partir de duas perspectivas apenas, como a racionalista e a construtivista. Ao trazer a orientação empiricista como vivenciada na prática a partir do autorrelato dos terapeutas, pôde-se observar um padrão estilístico e regulatório dos afetos que merece maior atenção por parte da literatura. Os terapeutas empiricistas apresentaram um estilo pessoal situado entre os intuitivos e racionalistas em termos de escores médios nas dimensões constitutivas do modelo proposto por Fernández-Álvarez et al. (2003) embora não tenham se diferenciado estatisticamente dos racionalistas quanto à dimensão expressiva. Além disso, os níveis de empiricismo associaram-se tanto às estratégias regulatórias ascendentes quanto às descendentes. Autores têm articulado em nível teórico as contribuições que uma orientação empiricista pode trazer para a prática clínica (e.g., Clark, 1973; Hanna, 1994), como uma potencial moduladora dos elementos conceituais e intuitivos (Clark, 1973). Estudos futuros poderão deter-se mais nas características de funcionamento dessa orientação

epistêmica e outros atributos pessoais a ela associados. Uma melhor caracterização dessa orientação pode permitir conhecer de forma mais apropriada o seu alcance em termos práticos (i.e., resultados do tratamento) e pessoais (i.e., impacto na vida do terapeuta).

No que tange à regulação das emoções, observaram-se relações entre as diferentes dimensões da epistemologia pessoal e a regulação emocional do terapeuta. Em especial, encontrou-se que terapeutas predominantemente intuitivos relataram maior uso de estratégias para o aumento e manutenção dos efeitos das emoções positivas do que os racionalistas. Essa relação entre a orientação epistêmica e as estratégias de regulação emocional fornece evidências empíricas pertinentes ao campo da regulação emocional, contribuindo assim para o seu desenvolvimento no que tange à identificação de diferenças individuais na regulação do afeto. Nessa área, pesquisadores têm articulado a necessidade de se investigar a epistemologia pessoal, em sentido amplo, e seu impacto sobre a seleção e implementação de estratégias de manejo das emoções (e.g., Aldao, 2013; Tamir, 2015). Ainda sobre a regulação emocional do terapeuta, os estudos que começaram a emergir recentemente acerca dessa variável têm seguido a tendência geral de investigá-la a partir da perspectiva das emoções negativas, associando-a a elementos do processo terapêutico. Estudos futuros poderiam também testar o papel da regulação ascendente do terapeuta em aspectos associados à prática clínica, como a aliança terapêutica, a adesão do paciente ao tratamento e os resultados.

No terceiro artigo, também foram reportadas relações entre o estilo pessoal do terapeuta e suas estratégias de regulação emocional. Em particular, a relação negativa entre estratégias de regulação descendente e a dimensão envolvimento parece trazer uma contribuição relevante ao campo do autocuidado do terapeuta, corroborando recomendações de que os terapeutas precisam adquirir uma perspectiva mais clara e adaptativa entre sua

relação com os pacientes, a fim de evitar o envolvimento excessivo com questões relativas ao trabalho (e.g., Norcross & Guy, 2007).

O quarto e último estudo empírico que compõe esta tese enfocou diretamente o seu objetivo principal, isto é, examinar as relações entre a orientação epistêmica, o estilo pessoal e a regulação emocional do terapeuta a partir de dois modelos: um testando os efeitos diretos dessas variáveis sobre as diferentes dimensões do bem-estar psicológico do terapeuta e outro testando o papel mediador das estratégias de regulação emocional na relação entre orientação epistêmica e bem-estar psicológico geral. Observou-se que, em termos de orientação epistêmica, o empiricismo foi o que mais contribuiu para predição do bem-estar do terapeuta, estando associado positiva e significativamente ao maior domínio do ambiente, crescimento pessoal e autoaceitação. Por sua vez, o racionalismo contribuiu negativamente para a dimensão relações positivas com os outros. Estudos futuros acerca do bem-estar psicológico dos terapeutas poderiam testar também o papel de suas atitudes perante a vida (e.g., otimista, realista, conformista), pois elas podem estar associadas à sua orientação epistêmica, impactando também em seus níveis de bem-estar psicológico. De fato, para Royce (1973), as orientações epistêmicas individuais também constituem a base para a formação de uma visão de mundo, onde as atitudes e os valores ocupam lugar de destaque.

Em termos de padrões estilísticos do terapeuta, apenas uma atenção mais receptiva e o envolvimento contribuíram para a predição do bem-estar psicológico. Enquanto a primeira associou-se a um maior senso de propósito na vida, o segundo se relacionou negativamente com a autonomia. Esses resultados apontam para quais áreas específicas da vida, o estilo do terapeuta pode contribuir mais fortemente, corroborando sobretudo os relatos pessoais de terapeutas (e.g., Hayes, 2014; Lyman, 2014) e também a literatura sobre o *burnout* (e.g., Thomson et al., 2015). Ambos os padrões estilísticos são passíveis de serem contemplados em processos formativos, tendo em vista que suas consequências, como

apontam os resultados dos estudos desta tese, podem extrapolar o âmbito da prática, produzindo resultados favoráveis à vida do terapeuta.

Por fim, os resultados mais robustos do quarto e último estudo apontam para a necessidade de abordar a regulação emocional durante a formação e desenvolvimento do terapeuta. Partindo-se da premissa que o autocuidado é um imperativo ético, torna-se necessária sua discussão no processo formativo do terapeuta, pois esses resultados dialogam diretamente com a literatura do autocuidado, que ora se encontra baseada em resultados de estudos mais gerais e em relatos e recomendações de eminentes terapeutas. Assim, diferentemente de uma literatura que adota uma abordagem mais preventiva (o que fazer para não ter *burnout*), os insumos gerados pelo quarto estudo desta tese ajudam o terapeuta a alcançar maiores níveis de bem-estar psicológico adotando uma perspectiva mais voltada à promoção do bem-estar.

É importante também salientar que, neste estudo, foram investigadas as estratégias gerais de regulação do terapeuta, sem presumir que sejam as mesmas que ele utiliza ao lidar com eventos positivos ou negativos na sessão. Estudos futuros poderiam investigar essa relação, seguindo a trilha de estudos recentes que encontraram semelhanças entre os padrões relacionais do terapeuta dentro e fora do seu âmbito de trabalho (e.g., Heinonen & Orlinsky, 2013). Outro aspecto a ser considerado no quarto estudo é que ele enfocou basicamente variáveis psicológicas para compreender o bem-estar do terapeuta. Estudos futuros poderiam testar o papel de variáveis como, a terapia pessoal, o tipo de população atendida, local de trabalho, apoio institucional, a dissonância entre a orientação teórica e a orientação epistêmica do terapeuta no bem-estar psicológico. Além disso, o fato de a orientação teórica não ter diretamente contribuído para a predição do bem-estar psicológico do terapeuta não significa que ela não desempenhe um papel nesse contexto. Estudos poderiam investigar o papel moderador das abordagens do terapeuta em algumas relações encontradas. Por

exemplo, um terapeuta de uma abordagem que valorize mais uma orientação racionalista talvez faça uso desse recurso para potencializar o bem-estar em apenas algumas de suas dimensões (e.g., domínio do ambiente) do que uma abordagem que não se apóie tanto nessa orientação epistêmica. Por fim, é preciso ter em mente as limitações gerais deste estudo no que se refere ao seu delineamento. Por se tratar de um estudo de corte transversal, contemplando apenas um momento de coleta de dados, não se pode inferir relações de causalidade entre suas variáveis. Além disso, os processos investigados parecem ter um caráter dinâmico, o qual poderia ser também explorado através de pesquisas com desenhos longitudinais.

Os quatro estudos empíricos propostos nesta tese buscaram seguir um encadeamento lógico para atender ao objetivo geral e aos objetivos específicos. Nesse percurso, articulou-se uma série de resultados pertinentes e relevantes às literaturas que os embasaram: epistemologia pessoal, estilo pessoal, regulação das emoções e bem-estar psicológico. O conhecimento aqui acumulado poderá impulsionar novas investigações sobre a pessoa do terapeuta, estabelecendo assim um programa de pesquisas sistemáticas acerca de suas experiências que extrapole o âmbito mais pragmático voltado aos resultados dos tratamentos.

---

**REFERÊNCIAS**

---

- Aldao, A. (2013). The future of emotion regulation research: Capturing context. *Perspectives on Psychological Science*, 8(2), 155-172. doi: 10.1177/1745691612459518
- Anderson, T., Ogles, B. M., Patterson, C. L., Lambert, M. J., & Vermeersch, D. A. (2009). Therapist effects: Facilitative interpersonal skills as a predictor of therapist success. *Journal of Clinical Psychology*, 65(7), 755-768. doi: 10.1002/jclp.20583
- Aponte, H. J., & Kissil, K. (2016). *The person of the therapist training model: Mastering the use of self*. New York, NY: Routledge.
- Arthur, A. R. (2000). The personality and cognitive-epistemological traits of cognitive behavioral and psychoanalytic psychotherapists. *British Journal of Medical Psychology*, 73, 243-257. doi:10.1348/000711200160453
- Arthur, A. R. (2001). Personality, epistemology, and psychotherapists' choice of theoretical model: A review and analysis. *European Journal of Psychotherapy, Counselling, and Health*, 4, 45-64. doi:10.1080/13642530110040082
- Baker, E. K. (2002). *Caring for ourselves: A therapist's guide to personal and professional well-being*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Baldwin, M. (2013). *The use of self in therapy*. New York, NY: Routledge.
- Baldwin, S.A., & Imel, Z. (2013). Therapist effects. In M.J. Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (6th ed., pp. 258-297). New York, NY: Wiley.
- Bamonti, P. M., Keelan, C. M., Larson, N., Mentrikoski, J. M., Randall, C. L., Sly, S. K., ... & McNeil, D. W. (2014). Promoting ethical behavior by cultivating a culture of self-care during graduate training: A call to action. *Training and Education in Professional Psychology*, 8(4), 253. doi: 10.1037/tep0000056



- Barnett, J. E., Baker, E. K., Elman, N. S., & Schoener, G. R. (2007). In pursuit of wellness: The self-care imperative. *Professional Psychology: Research and Practice*, 38(6), 603a.
- Beitman, B. D., & Soth, A. M. (2006). Activation of self-observation: A core process among psychotherapies. *Journal of Psychotherapy Integration*, 16(4), 383-397. doi: 10.1037/1053-0479.16.4.383
- Buechler, S. (2012). *Still practicing: The heartaches and joys of a clinical career*. New York, NY: Routledge.
- Bishop, M. A. (2015). *The good life: Unifying the philosophy and psychology of well-being*. New York, NY: Oxford University Press.
- Bohart, A.C. (1999). Intuition and creativity in psychotherapy. *Journal of Constructivist Psychology*, 12, 287-311. doi: 10.1080/107205399266028
- Bonanno, G. A., & Burton, C. L. (2013). Regulatory Flexibility: An individual differences perspective on coping and emotion regulation. *Perspectives on Psychological Science*, 8(6), 591-612. doi: 10.1177/1745691613504116
- Bove, S. & Rizzi, M. (2009). Listening to intuition: Reflections on unconscious processes in the therapeutic relationship. *Transactional Analysis Journal*, 39(1), 39-45. doi: 10.1177/036215370903900105
- Brucato, B., & Neimeyer, G. (2009). Epistemology as a predictor of psychotherapists' self-care and coping. *Journal of Constructivist Psychology*, 22(4), 269-282. doi:10.1080/10720530903113805
- Brown, T. A. (2015). *Confirmatory factor analysis for applied research* (2nd ed). New York, NY: The Guilford Press.
- Burt, S. (2013). *Therapist attachment, emotion regulation and working alliance within psychotherapy for personality disorder*. Tese de doutorado não publicada, University of East Anglia.

- Butler, M. (2014). The Impact of Providing Therapy on the Therapist: A Student's Reflection. *Journal of clinical psychology, 70*(8), 724-730.
- Byrne, B. M. (2001). *Structural Equation Modeling with AMOS: Basics Concepts, Applications, and Programming*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Carvalho, H., Corbella, S. & Matos, P.M. (2011). Confirmatory factor analysis of the Portuguese brief version of the Personal Style of the Therapist Questionnaire (PST-Q). *Revista Argentina de Clínica Psicológica, 20*(1), 79-90.
- Castañeiras, C., Ledesma, R., García, F., & Fernández-Álvarez, H. (2008). Evaluación del estilo personal del terapeuta: Presentación de una versión abreviada del EPT-C. *Terapia Psicológica, 26*(1), 5-13.doi:10.4067/S0718-48082008000100001
- Clark, J. (1973). Observation as moderator of reason and intuition in clinical training. *Psychology in the Schools,10*(2), 214-221.doi: 10.1002/1520-6807(197304)10:2<214::AID-PITS2310100216>3.0.CO;2-Y
- Corbella, S., Balmaña, N., Fernández-Álvarez, H., Saúl, L. A., Botella, L., & García, F. (2009). Estilo personal del terapeuta y teoría de la mente. *Revista Argentina de Clínica Psicológica, 18* (2), 125-133.
- Davis, D. M., & Hayes, J. A. (2011). What are the benefits of mindfulness: A practice review of psychotherapy-related research. *Psychotherapy, 48*(2), 198-208. doi:10.1037/a0022062
- Degnan, A., Seymour-Hyde, A., Harris, A., & Berry, K. (2016). The role of therapist attachment in alliance and outcome: A systematic literature review. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 23*(1), 47-65. doi: 10.1002/cpp.1937
- Del Re, A. C., Flückiger, C., Horvath, A. O., Symonds, D., & Wampold, B. E. (2012). Therapist effects in the therapeutic alliance–outcome relationship: A restricted-maximum

- likelihood meta-analysis. *Clinical psychology review*, 32(7), 642-649. doi: 10.1016/j.cpr.2012.07.002
- Demir, I., & Gazioglu, E. (2012). Theoretical orientations of Turkish counselor trainees: The role of thinking styles, epistemology and curiosity. *Psychology*, 3, 527-533. doi:10.4236/psych.2012.37077
- Denson, T. F., Moulds, M. L., & Grisham, J. R. (2012). The effects of analytical rumination, reappraisal, and distraction on anger experience. *Behavior Therapy*, 43, 355–364. doi: 10.1016/j.beth.2011.08.001
- Dienes, K. A., Torres-Harding, S., Reinecke, M. A., Freeman, A., & Sauer, A. (2011). Cognitive therapy. In A. S. Gurman & S. B. Messer (Eds.), *Essential psychotherapies: theory and practice* (3rd ed., pp. 143-183). New York, NY: The Guilford Press.
- Downing, J. N. (2000). *Between conviction and uncertainty: Philosophical guidelines for the practicing psychotherapist*. New York, NY: SUNY Press
- Dryden, W., & Spurling, L. (1989). *On becoming a therapist*. London: UK: Routledge.
- D'Souza, F., Egan, S. J., & Rees, C. S. (2011). The relationship between perfectionism, stress and burnout in clinical psychologists. *Behavior Change*, 28(01), 17-28. doi:10.1375/bech.28.1.17
- Elphinstone, B., & Critchley, C. (2016). Does the way you think and look at the world contribute to being materialistic? Epistemic style, metaphysics, and their influence on materialism and wellbeing. *Personality and Individual Differences*, 97, 67-75. doi: 10.1016/j.paid.2016.03.004
- Epstein, S. (2010). Demystifying intuition: What it is, what it does, and how it does it. *Psychological Inquiry*, 21(4), 295-312. doi: 10.1080/1047840X.2010.523875
- Epstein, S., & Epstein, M. L. (2016). An integrative theory of psychotherapy: Research and practice. *Journal of Psychotherapy Integration*, 26(2), 116. doi: 10.1037/int0000032

- Epstein, S., Pacini, R., Denes-Raj, V., & Heier, H. (1996). Individual differences in intuitive–experiential and analytical–rational thinking styles. *Journal of personality and social psychology*, *71*(2), 390. doi:10.1037/0022-3514.71.2.390
- Evans, I. M. (2013). *How and why people change: Foundations of psychological therapy*. New York, NY: Oxford University Press.
- Fagnant, A., & Crahay, M. (2011). Theories of mind and personal epistemology: their interrelation and connection with the concept of metacognition. *European Journal of Psychology and Education*, *26*, 257-271. doi:10.1007/s10212-010-0045-2
- Farber, B. A. (1983). The effects of psychotherapeutic practice upon psychotherapists. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, *20* (2), 174-182.
- Farber, E. W. (2010). Humanistic–existential psychotherapy competencies and the supervisory process. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, *47*(1), 28. doi: /10.1037/a0018847
- Farber, B. A. & Heifetz, L. J. (1982). The process and dimensions of burnout in psychotherapists. *Professional Psychology: Research and Practice*, *13* (2), 293- 301.
- Fava, G. A. (2016). *Well-being therapy: Treatment manual and clinical applications*. Buffalo, NY: Karger.
- Fernández- Álvarez, H., García, F., Lo Bianco, J., & Santomá, S. (2003). Assessment Questionnaire on the personal style of the therapist PST-Q. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, *10*(2), 116-125. doi: 10.1002/cpp.358
- Field, A. (2013). *Discovering Statistics Using SPSS*(5<sup>th</sup>ed.). Thousand Oaks: Sage.
- Fife, S.T., Whiting, J.B., Bradford, K., & Davis, S. (2014). The therapeutic pyramid: A common factors synthesis of techniques, alliance, and way of being. *Journal of Marital and Family Therapy*, *40* (1), 20-33. doi.: 10.1111/jmft.12041
- Finlay-Jones, A. L., Rees, C. S., Kane, R. T. (2015). Self-compassion, emotion regulation and stress among Australian psychologists: Testing an emotion regulation model of self-

- compassion using structural equation modeling. *PLoS ONE*, *10*(7): e0133481. doi:10.1371/journal.pone.0133481
- Gable, S. L., & Reis, H. T. (2010). Good news! Capitalizing on positive events in an interpersonal context. *Advances in Experimental Social Psychology*, *42*, 195-257.
- Geller, J. D. (2014). Adult development and the transformative powers of psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, *70*(8), 768-779. doi: 10.1002/jclp.22112
- Gerson, B. (2013). *The therapist as a person: Life crises, life choices, life experiences, and their effects on treatment* (Vol. 6). Routledge.
- Gondim, S.M.G., Pereira, C. R., Hirschle, A. L. T., Palma, E. M. S., Alberton, G. D., et al. (2015). Evidências de Validação de uma Medida de Características Pessoais de Regulação das Emoções. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, *28*(4), 659-667. doi: 10.1590/1678-7153.201528403
- Greenberg, L. S., & Vandekerckhove, M. M. P. (2008). Emotional experience, expression and regulation in psychotherapeutic processes. In M. Vandekerckhove, C. von Scheve, S. Ismer, & S. Kronast, St. (Eds.), *Regulating emotions: Social necessity and biological inheritance* (pp. 240–268). London, UK: Blackwell Press.
- Greene, J. A., Sandoval, W. A., & Braten, I. (2016). *Handbook of epistemic cognition*. New York, NY: Routledge.
- Greene, J. A., & Yu, S. B. (2016). Educating critical thinkers: The role of epistemic cognition. *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences*, *3*(1), 45-53. doi:10.1177/2372732215622223
- Gross, J.J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, *26*, 1-26. doi: 10.1080/1047840X.2014.940781
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *85*, 348–362.

- Guy, J. D., Poelstra, P. L., & Stark, M. J. (1989). Personal distress and therapeutic effectiveness: National survey of psychologists practicing psychotherapy. *Professional Psychology: Research and Practice*, 20, 48 -50. doi: 10.1037/0735-7028.20.1.48
- Hair, J.F.; Anderson, R.E.; Tatham, R.L., & Black, W. (2005). *Análise multivariada de dados*. Porto Alegre, Bookman.
- Hanna, F. J. (1994). A dialectic of experience: A radical empiricist approach to conflicting theories in psychotherapy. *Psychotherapy*, 31(1), 124-136.
- Hassenstab, J., Dziobek, I., Rogers, K., Wolf, O. T., & Convit, A. (2007). Knowing what others know, feeling what others feel: A controlled study of empathy in psychotherapists. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 195, 277–281. doi:10.1097/01.nmd.0000253794.74540.2d
- Hatcher, R. L. (2015). Interpersonal competencies: Responsiveness, technique, and training in psychotherapy. *American Psychologist*, 70(8), 747. doi: 10.1037/a0039803
- Hayes, J. A. (2014). The beneficial demands of conducting psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 70(8),716–723. doi: 10.1002/jclp.22107
- Heatherington, L., Friedlander, M. L., & Diamond, G. M. (2014). Lessons offered, lessons learned: reflections on how doing family therapy can affect therapists. *Journal of Clinical Psychology*,70(8), 760-767. doi: 10.1002/jclp.22111
- Heffler, B., & Sandell, R. (2009). The role of learning style in choosing one's therapeutic orientation. *Psychotherapy Research*, 19 (3), 283-292.doi:10.1080/1050330090280 673
- Heinonen, E., Lindfors, O., Laaksonen, M. A., & Knekt, P. (2012). Therapists' professional and personal characteristics as predictors of outcome in short- and long-term psychotherapy. *Journal of Affective Disorders*, 138(3), 301-312. doi: 10.1016/j.jad.2012.01.023
- Heinonen, E., Lindfors, O., Harkanen, T., Virtala, E., Jaaskelainen, T., Knekt, P. (2014). Therapists' professional and personal characteristics as predictors of working alliance in

- short-term and long-term psychotherapies. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 21(6), 475-495. doi: 10.1002/cpp.1852
- Heinonen, E., & Orlinsky, D. E. (2013). Psychotherapists' personal identities, theoretical orientations, and professional relationships: Elective affinity and role adjustment as modes of congruence. *Psychotherapy Research*, 23 (6), 718-731. doi: 10.1080/10503307.2013.814926
- Hellman, I. D., Morrison, T. L., & Abramowitz, S. I. (1987). Therapist flexibility/rigidity and work stress. *Professional Psychology: Research and Practice*, 18(1), 21. doi: 10.1037/0735-7028.18.1.21
- Hofman, S.G. (2016). *Emotion in therapy: From science to practice*. New York, NY: Guilford Press.
- Holma, K., & Hyytinen, H. (2015). The philosophy of personal epistemology. *Theory and Research in Education*, 13(3), 334-350. doi:10.1177/1477878515606608
- Hoshmand, L. T. (1994). *Orientation to inquiry in a reflective professional psychology*. New York, NY: Sunny Press.
- Jeffrey, A. (2012). The Clinical Intuition Exploration Guide: A decision-making tool for counselors and supervisors. *The Family Journal: Counselling and Therapy for Couples and Families*, 20(1), 37-44. doi: 10.1177/1066480711425469
- Jennings, L., & Skovholt, T. M. (1999). The cognitive, emotional, and relational characteristics of master therapists. *Journal of counseling psychology*, 46(1), 3. doi: 10.1037/0022-0167.46.1.3
- Kaplowitz, M. J., Safran, J. D., & Muran, C. J. (2011). Impact of therapist emotional intelligence on psychotherapy. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 199(2), 74-84. doi: 10.1097/NMD.0b013e3182083efb
- Karasu, T. B. (2001). *The psychotherapist as a healer*. New York, NY: Jason Aronson.

- Karasu, T. B. (2013). *Life witness: Evolution of the psychotherapist*. London: Karnac Books.
- Klein, R. H., Bernard, H. S., & Schermer, V. L. (2011). *On becoming a therapist: The personal and professional journey*. New York, NY: Oxford University Press.
- Knight, C. (2012). Therapeutic use of self: Theoretical and evidence-based considerations for clinical practice and supervision. *The Clinical Supervisor, 31*(1), 1-24. doi:10.1080/07325223.2012.676370
- Kottler, J. A. (2011). *The Therapist's Workbook: Self-Assessment, Self-Care, and Self-Improvement*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- Kottler, J. A. (2010). *On being a therapist*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- Kottler, J. A., & Carlson, J. (2014). *On being a master therapist: Practicing what you preach*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- Lee, J. A., Neimeyer, G., & Rice, K. G. (2013). The relationship between therapist epistemology, therapy style, working alliance, and interventions use. *American Journal of Psychotherapy, 67*(4), 323-345.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2007). Therapy work and therapists' positive and negative well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology, 26*(3), 385-403. doi: 10.1521/jscp.2007.26.3.385
- Lyddon, W. J. (1989). Personal epistemology and preference for counseling. *Journal of Counseling Psychology, 36*(4), 423. doi: 10.1037/0022-0167.36.4.423
- Lyman, E. L. (2014). Reflections on intrapersonal and interpersonal changes in a beginning (psychodynamically-oriented) psychotherapist. *Journal of Clinical Psychology, 70*(8), 731-740. doi: 10.1002/jclp.22108
- Machado, W. L., Bandeira, D. R., & Pawlowski, J. (2013). Validação da Psychological Well-being Scale em uma amostra de estudantes universitários. *Avaliação Psicológica, 12*(2), 263-272.



- Marôco J. (2014). *Análise de equações estruturais: Fundamentos teóricos, software & aplicações [Analysis of structural equations: Theoretical foundations, software & applications]*. Pêro Pinheiro, Portugal: Report Number.
- Martin, J. A. (1997). Mindfulness: A proposed common factor. *Journal of Psychotherapy Integration*, 7(4), 291-312.
- Maslach, C. (2003). Job burnout: New directions in research and intervention. *Current Directions in Psychological Science*, 12(5), 189-192.
- Millgram, Y., Joorman, J., Huppert, J.D., & Tamir, M. (2015). Sad as a matter of choice? Emotion regulation goals in depression. *Psychological Science*, 1-13. doi: 10.1177/0956797615583295
- Muis, K. R., Pekrun, R., Sinatra, G. M., Azevedo, R., Trevors, G, Meier, E., & Heddy, B, C. (2015). The curious case of climate change: Testing a theoretical model of epistemic beliefs, epistemic emotions and complex learning. *Learning and Instruction*, 39, 168-183. doi: 10.1016/j.learninstruc.2015.06.003
- Najavits, L. M. (2000). Researching therapist emotions and countertransference. *Cognitive and Behavioral Practice*, 7(3), 322-328. doi: 10.1016/S1077-7229(00)80090-5
- Neimeyer, G. J., & Morton, R. J. (1997). Personal epistemologies and preferences for rationalist versus constructivist psychotherapies. *Journal of Constructivist Psychology*, 10(2), 109-123. doi:10.1080/10720539708404616
- Neimeyer, G. J., Prichard, S., Lyddon, W. J., & Sherrard, P. A. (1993). The role of epistemic style in counseling preference and orientation. *Journal of Counseling and Development*, 71(5), 515 – 535. doi: 10.1002/j.1556-6676.1993.tb02234.x
- Nelis, D., Quoidbach, J., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2011). Measuring individual differences in emotion regulation: The Emotion Regulation Profile - Revised (ERP-R). *Psychologica Belgica*, 51, 49-91. doi:10.5334/pb-51-1-49

- Nissen-Lie, H. A., Havik, O. E., Hoglend, P. A., & Ronnestad, M. H. (2013). The contribution of the quality of therapists' personal lives to the development of the working alliance. *Journal of Counseling Psychology, 60*(4), 483-495. doi: 10.1037/a0033643
- Nissen-Lie, H. A., Rønnestad, M. H., Hoglend, P. A., Havik, O. E., Solbakken, O. A., Stiles, T. C., & Monsen, J. T. (2015). Love yourself as a person, doubt yourself as a therapist? *Clinical Psychology and Psychotherapy*, doi: 10.1002/cpp.1977
- Norcross, J. C. (Ed.). (2011). *Psychotherapy relationships that work: Evidence-based responsiveness*. New York, NY: Oxford University Press.
- Norcross, J. C., & Guy, J. D. (2007). *Leaving it at the office: A guide to psychotherapist self-care*. New York, NY: The Guilford Press.
- Norris, P., & Epstein, S. (2011). An experiential thinking scale: Its facets and relations with objective and subjective criterion measures. *Journal of Personality, 79*(5), 1043-1079. doi: 10.1111/j.1467-6494.2011.00718.x
- Nyklicek, A. Vingerhoets, & M. Zeelenberg (2011). *Emotion regulation and well-being*. Springer, New York.
- Oliveira, M. S., Nunes, M.L.T., Fernández-Álvarez, H., & García, F. (2006). Estilo pessoal do terapeuta: Dados preliminares da versão brasileira do EPT-Q. *Psico, 37* (3),241-247.
- Orlinsky, D. E., & Ronnestad, M. H. (2005). *How psychotherapists develop: A study of therapeutic work and professional growth*. Washington, D.C. American Psychological Association.
- Owen, J., & Hilsenroth, M. J. (2014). Treatment adherence: The importance of therapist flexibility in relation to therapy outcomes. *Journal of counseling psychology, 61*(2), 280. doi: 10.1037/a0035753
- Pacini, R., & Epstein, S. (1999). The relation of rational and experiential information processing styles to personality, basic beliefs, and the ratio-bias phenomenon. *Journal of personality and social psychology, 76*(6), 972. doi:10.1037/0022-3514.76.6.972

- Palma, E. M. S., & Gondim, S. M. G. (no prelo). Questionário reduzido do estilo pessoal do terapeuta: Evidência de validade. *Revista Avaliação Psicológica*.
- Pascual-Leone, A., Rodriguez-Rubio, B., & Metler, S. (2013). What else are psychotherapy trainees learning? A qualitative model of students' personal experiences based on two populations. *Psychotherapy Research*, 23(5), 578-591. doi:10.1080/10503307.2013.807379
- Picardi, C. A., & Masick, K. D. (2014). *Research methods: Designing and conducting research with real-world focus*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Pieterse, A. L., Lee, M., Collins, N. M., & Ritmeester, A. (2013). Towards an integrated model of self-awareness development for counseling and psychotherapy training. *Counseling Psychology Quarterly*, 26, 190-207. doi:10.1080/09515070.2013.793451
- Pletzer, J. L., Sanchez, X., & Scheibe, S. (2015). Practicing psychotherapists are more skilled at downregulating negative emotions than other professionals. *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 52(3), 346-50. doi: 10.1037/a0039078
- Protter, B. (1988). Ways of knowing in psychoanalysis: Some epistemic considerations for an autonomous theory of psychoanalytic praxis. *Contemporary psychoanalysis*, 24(3), 498-526. doi: 10.1080/00107530.1988.10746262
- Quadros, E., & Yoshida, E. M. P. (2012). Variáveis do terapeuta: Análise em periódicos brasileiros (1998-2007). *Interação em Psicologia (Online)*, 16, 63-72 2012.
- Quoidbach, J., Berry, E. V., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2010). Positive emotion regulation and well-being: Comparing the impact of eight savoring and dampening strategies. *Personality and Individual Differences*, 49(5), 368-373. doi: 10.1016/j.paid.2010.03.048

- Răbu, M., Moltu, C., Binder, P., & McLeod, J. (2015). How does practicing psychotherapy affect the personal life of the therapist? A qualitative inquiry of senior therapists' experiences. *Psychotherapy Research*, 1-13. doi: 10.1080/10503307.2015.1065354
- Radeke, J. T., & Mahoney, M. J. (2000). Comparing the personal lives of psychotherapists and research psychologists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 31, 82–84. doi:10.1037//0735-7028.31.1.82
- Rancourt, R. (1990). *Le guide du consultant pour l'interprétation des styles épistémiques*[*Epistemic style interpretation guide for consultants*]. Ontario: Leséditions Impact.
- Rønnestad, M. H., & Skovholt, T. M. (2013) *The developing practitioner: Growth and stagnation of therapists and counselors*. New York, NY: Routledge.
- Rosenberg, T. & Pace, A. (2006). Burnout among mental health professionals: Special considerations for the marriage and family therapist. *Journal of Marital and Family Therapy*, 32 (1), 87-99.
- Royce, J. R. (1964). *The Encapsulated Man: An Interdisciplinary Essay on the Search for Meaning*. Princeton, N.J: Van Nostrand.
- Royce, J. R. (1973). Epistemic styles, individuality, and world-view. *ETS Research Bulletin Series*, 2, 1-50. doi:10.1002/j.2333-8504.1973.tb00854.x
- Royce, J. R., & Mos, L. P. (1980). *Manual: Psycho-Epistemological Profile*. Canada: The University of Alberta.
- Rupert, P. A., Miller, A. O., & Dorociak, K. E. (2015). Preventing burnout: What does the research tell us? *Professional Psychology: Research and Practice*, 46(3), 168-174. doi: 10.1037/a0039297
- Ryff, C. D. (2014). Psychological Well-Being revisited: Advances in the science and practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28. doi: 10.1159/000353263

- Ryff, C.D. (2013). Eudaimonic well-being and health: Mapping consequences of self-realization In A. S. Waterman (Ed.), *The best within us: Positive psychology perspectives on eudaimonia*. (pp. 77-98). Washington, DC US: American Psychological Association.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(6), 1069-1081. doi: 10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C. D., & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, *9*(1), 13-39.
- Safran, J. D. (2012). *Psychoanalysis and psychoanalytic therapies*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Santana, V. S., & Gondim, S. M. G. (2016). Regulação emocional, bem-estar psicológico e bem-estar subjetivo. *Estudos de Psicologia*, *21*(1), 58-68. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26146411007>
- Schacht, T. E., & Black, D. A. (1985). Epistemological commitments of behavioral and psychoanalytic therapists. *Professional Psychology: Research and Practice*, *16*, 316-323. doi:10.1037/0735-7028.16.2.316
- Schneider, K. J., & Krug, O. T. (2009). *Existential-Humanistic Therapy*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Schöttke, H., Flückiger, C., Goldberg, S. B., Eversmann, J., & Lange, J. (2015). Predicting psychotherapy outcome based on therapist interpersonal skills: A five-year longitudinal study of a therapist assessment protocol. *Psychotherapy Research*, *26*(1), 1-11. doi: 10.1080/10503307.2015.1125546
- Schroder, T., Wiseman, H., & Orlinsky, D. (2009). “You were always on my mind”: Therapists’ intersession experiences in relation to their therapeutic practice, professional

- characteristics, and quality of life. *Psychotherapy Research*, 19(1), 42-53. doi: 10.1080/10503300802326053
- Schutte, N. S., Thorseinsson, E. B., Hine, D. W., Foster, R., Cauchi, A., & Binns, C. (2010). Experiential and rational processing styles, emotional intelligence and wellbeing. *Australian Journal of Psychology*, 62(1), 14-19. doi: 10.1080/00049530903312865
- Sinclair, M. (2011). *Handbook of intuition research*. Massachusetts, USA. Edward Elgar Publishing.
- Skovholt, T. M., & Trotter-Mathison, M. (2016). *The Resilient Practitioner: Burnout and Compassion Fatigue Prevention and Self-care Strategies for the Helping Professions*. New York, NY: Routledge.
- Skovholt, T.M., & Ronnestad, M.H. (2003). Struggles of the novice counselor and therapist. *Journal of Career Development*, 30(1), 45-58. doi:10.1023/A3A1025125624919
- Steel, C., Macdonald, J., Schroder, T., & Mellor-Clark, J. (2015). Exhausted but not cynical: burnout in therapists working within Improving Access to Psychological Therapy Services. *Journal of Mental Health*, 24(1), 33-37. doi:10.3109/09638237.2014.971145
- Sussman, M. B. (1995). *A perilous calling: The hazards of psychotherapy practice*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- Tamir, M. (2015). Why do people regulate their emotions? A taxonomy of motives in emotion regulation. *Personality and Social Psychology Review*, 1-24. doi:10.1177/1088868315586325
- Thériault, A., Gazzola, N., Isenor, J., & Pascal, L. (2015). Imparting self-care practices to therapists: What the experts recommend. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 49(4), 379-400. Retrieved from <http://cjc-rcc.ucalgary.ca/cjc/index.php/rcc/article/view/2765>

- Thomson, R. J. (2014). *Beyond reason and tolerance: The purpose and practice of higher education*. New York, NY: Oxford University Press.
- Thomson, I., Amatea, E., & Thomson, E. (2014). Personal and contextual predictors of mental health counselors' compassion fatigue and burnout. *Journal of Mental Health Counseling, 36*(1), 58-77. doi: [10.17744/mehc.36.1.p61m73373m4617r3](https://doi.org/10.17744/mehc.36.1.p61m73373m4617r3)
- Toska, G. A., Neimeyer, G.J., Taylor, J.M., Kavas, A.B., & Rice, K.G. (2010). Epistemology and allegiance: Exploring the role of therapists' epistemic commitments on psychotherapy outcomes. *European Journal of Psychotherapy and Counselling, 12*(1), 65-77. doi:10.1080/13642531003637783
- Vandenberghe, L., & Silvestre, R. L. S. (2014). Therapists' positive emotions in-session: Why they happen and what they are good for. *Counselling and Psychotherapy Research: Linking research with practice, 14*(2), 119-127. doi: 10.1080/14733145.2013.790455
- Vasco, A., Garcia-Marques, L., & Dryden, W. (1993). "Psychotherapist know thyself!": Dissonance between metatheoretical and personal values in psychotherapists of different theoretical orientations. *Psychotherapy Research, 3*(3), 181-207. doi:10.1080/10503309312331333779
- Wampold, B. E., & Imel, Z. E. (2015). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work*. New York, NY: Routledge.
- Wedding, D., & Corsini, R. J. (2013). *Current Psychotherapies, 10th ed.* New York: Wiley.
- Wicks, R. J. (2008). *The resilient clinician*. Oxford, England: Oxford University Press.
- Wilkinson, W. K., & Migotsky, C. P. (1994). A factor analytic study of epistemic style inventories. *Journal of Psychology, 128*, 499-516. doi:10.1080/00223980.1994.9914909
- Wise, E. H., Hersh, M. A., & Gibson, C. M. (2012). Ethics, self-care, and well-being for psychologists: Reenvisioning the stress-distress continuum. *Professional Psychology: Research and Practice, 43*(5), 487-494. doi: 10.1037/a0029446

- Wissing, M. P., & Van Eeden, C. (2002). Empirical clarification of the nature of psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 32(1), 32-44. doi: 10.1177/008124630203200105
- Wood, J. V., Heimpel, S. A., & Michela, J. L. (2003). Savoring versus dampening: self-esteem differences in regulating positive affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(3), 566-580. doi: 10.1037/0022-3514.85.3.566
- Woolfolk, R. L. (2016). *The value of psychotherapy*. New York, NY: The Guilford Press.



---

## APÊNDICES

---

### APÊNDICE A

---

#### ESCALA BREVE DE ORIENTAÇÃO EPISTÊMICA

1. A seguir, você encontrará uma série de afirmativas sobre como as pessoas pensam que se adquire e utiliza o conhecimento sobre o mundo. Responda o quanto cada uma destas afirmativas descreve o seu modo mais predominante de pensar. Utilize a escala de 1 a 6.

1	2	3	4	5	6
Não me descreve nada bem.					Descreve-me muito bem.

- |  |   |  |
|--|---|--|
| 1) Lido melhor com contextos onde prevalece (m)          | a espontaneidade e a sensibilidade.<br>a preocupação conceitual e teórica.<br>a preocupação com a observação e a experiência prática.             |  |
| 2) Em situações novas, adquiero conhecimento baseando-me | na reflexão sobre a realidade e reelaboração de conceitos.<br>nos sentimentos que o ambiente me desperta.<br>na observação e experiência prática. |  |
| 3) Eu costumo tomar decisões com base                    | na experiência e situações práticas em razões claramente explicáveis.<br>no que sinto como verdadeiro para mim                                    |  |
| 4) Vejo-me como uma pessoa                               | espontânea e intuitiva.<br>lógica e analítica.<br>prática e realista  |  |
| 5) Minhas opiniões são comumente baseadas em             | sentimentos e intuições.<br>princípios lógicos e racionais.<br>fatos concretos e observações.   |  |
-

## ANEXOS

### ANEXO 1

#### QUESTIONÁRIO REDUZIDO DO ESTILO PESSOAL DO TERAPEUTA EPT-C

1 – Agora gostaríamos de conhecer o seu estilo pessoal como terapeuta. Não existem respostas boas ou ruins, já que diferentes estilos podem ser igualmente benéficos. Sabe-se que seu trabalho pode variar de acordo com os diferentes pacientes, porém queremos que responda segundo seja seu modo mais geral e frequente de conduzir sua prática clínica. Não pense muito no significado de cada afirmação. A resposta mais espontânea é a mais valiosa.

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
Discordo totalmente					Concordo totalmente

01	Costumo manter minha escuta mais aberta e receptiva do que concentrada e focalizada.	
02	Como terapeuta, prefiro indicar aos pacientes o que se deve fazer em cada sessão.	
03	As emoções que os pacientes me despertam são decisivas para o curso do tratamento.	
04	Costumo exigir o cumprimento rigoroso dos honorários.	
05	Para mim, os tratamentos estruturados têm pouca importância.	
06	A expressão das emoções é um poderoso instrumento de mudança.	
07	Fora das horas de trabalho, deixo de pensar nos pacientes.	
08	As verdadeiras mudanças se produzem no curso de sessões com clima emocional intenso.	
09	Gosto de me sentir surpreendido pelo material do paciente sem ter idéias prévias.	
10	O que acontece com os meus pacientes tem pouca influência na minha vida pessoal.	
11	Nas minhas intervenções, sou predominantemente diretivo.	
12	Penso bastante no meu trabalho mesmo nas minhas horas livres.	
13	Posso planejar um tratamento em sua totalidade desde o começo.	
14	Nunca modifico a duração das sessões, a menos que seja imprescindível para promover mudanças terapêuticas.	
15	Consigo expressar quando algo me irrita durante a sessão.	

16	Uma alta proximidade emocional com os pacientes é imprescindível para promover mudanças terapêuticas.	
17	Prefiro os tratamentos onde estão programados todos os passos a seguir.	
18	Procuro dirigir minha atenção ao conjunto do que acontece nas sessões.	
19	Fora das sessões, tenho em mente os problemas dos pacientes.	
20	Sou bastante flexível com os horários.	
21	Desde o começo das sessões me disponho a deixar fluir minha atenção.	

## ANEXO 2

**EMOTION REGULATION PROFILE – REVISED**  
**Versão Reduzida**

A seguir serão apresentadas seis situações envolvendo diferentes emoções. Em sequência são apresentadas possíveis estratégias para lidar com cada uma das situações. Pedimos a você que indique a probabilidade de reagir à situação usando cada uma das estratégias elencadas em uma escala de 1 a 6, em que 1 significa muito improvável usar esta estratégia e 6 muito provável usar esta estratégia.

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
Muito improvável usar esta estratégia			Muito provável usar esta estratégia		

<b>1.O relacionamento com seu (sua) namorado (a) acabou recentemente, apesar de uma semana antes do término do namoro vocês estarem pensando em morar juntos. Foi ele (a) quem decidiu terminar o relacionamento. Isso te deixa muito triste.</b>	
1) Você sobrevive ao término do namoro abatido (a). De todo jeito, você se diz não ter sorte no amor e não vê o que poderia mudar!	
2) Você confia a alguém mais próximo, pois precisa falar com alguém como se sente.	
3) Você olha fotos antigas enquanto ouve músicas tristes.	
4) Você tenta ver o lado positivo das coisas. Este término, embora seja difícil, é uma oportunidade para recomeçar, fazer coisas que você não tinha tempo de fazer e, possivelmente, conhecer alguém que combine mais com você.	
<b>2.Você foi com o seu (sua) namorado (a) para uma noitada com muitas pessoas. Durante a noite, você estava um pouco isolado (a) de seu (sua) parceiro (a) e o (a) vê conversando com alguém. Eles parecem muito interessados no que cada um diz. Eles se olham atentamente e riem juntos muitas vezes. Você vê o seu (sua) parceiro (a) animado (a) e contente, apesar de ter sido arrastado (a) para a festa. Desta forma, você começa a sentir que o ciúme toma conta de você!</b>	
1) Você os observa de canto de olho, se “rói” por dentro, mas não demonstra.	
2) Você expressa o seu ciúme ao parceiro (a) sem ficar irritado (a). Diz que não gosta que ele /ela se divirta com alguém do sexo oposto.	
3) Você se sente triste e abandonado (a). Você acha que um dia ele (a) acabará por encontrar alguém mais interessante ou mais desejável do que você. Nada a fazer!	
4) Apesar do ciúme, você acha que é importante que seu/sua parceiro (a) se divirta, desde que não faça nada errado. Deixando-o (a) à vontade, ele (a) estará de bom humor na volta para casa!	

<b>3) Você passa um fim de semana romântico. O cenário é perfeito. Seu (sua) parceiro (a) é demais e você está se sentindo particularmente feliz.</b>	
1) Apesar de um fim de semana muito agradável, você não pode deixar de perceber alguns pontos negativos que impedem que a estadia seja perfeita.	
2) Você tenta desfrutar o momento, colocando todo o resto de lado.	
3) Você curte o momento, mas por razões diferentes (por exemplo, medo de ridículo, não é o seu estilo, culpa, ...) você tenta não se “deixar levar” e contém a sua alegria.	
4) Nos dias seguintes, você compartilha esse bom momento com pessoas próximas (ou escreve em seu diário).	
<b>4) Você tem que fazer uma apresentação oral para várias pessoas. Já fez isso antes e não se saiu muito bem. Você recebeu muitas críticas de sua apresentação. A ideia de reviver uma situação de exposição pública, dentro de poucos dias, o aterroriza.</b>	
1) Você não para de pensar nisto, se concentra sobre o que poderia dar errado e se estressa até o dia da apresentação.	
2) Você diz que nunca vai chegar lá e se sente “um zero à esquerda”.	
3) Você tenta ver o lado positivo da situação: será um bom exercício para você e, se as coisas derem errado, não será o fim do mundo !	
4) Você compartilha seus medos e busca ao seu redor apoio e aconselhamento.	
<b>5) No seu último dia de férias em um país estrangeiro, você faz um passeio com seus amigos. Depois de várias horas de caminhada, você descobre, por acaso, uma cachoeira. O lugar é magnífico e selvagem. A água, a vegetação abundante, o pôr do sol, os sons... Você está totalmente maravilhado (a) pela beleza da paisagem.</b>	
1) O espetáculo é maravilhoso, mas você contém suas emoções: prefere manter-se reservado em público.	
2) Você compartilha essa emoção com as pessoas que lhe acompanham. Nos dias seguintes, recomenda este lugar para pessoas ao seu redor.	
3) Você deixa seus cinco sentidos se conectarem com o lugar para aproveitar totalmente este momento.	
4) O lugar é o máximo, mas você não se esquece de pensar sobre o percurso de volta para casa, a refeição da noite e/ou o trabalho que recomeça amanhã.	
<b>6) Depois de meses de trabalho duro, você, enfim, obteve o diploma ou a promoção tão sonhada. Não foi fácil e você tem muito mérito de ter chegado lá. Você está muito orgulhoso (a). Pessoas próximas se reuniram para organizar uma pequena festa em sua homenagem.</b>	
1) Este é o seu momento de glória e você o aproveita ao máximo. Você tem trabalhado duro e merece todos os elogios.	
2) Você está orgulhoso (a) de si mesmo, mas outras razões (por exemplo, o medo do ridículo, modéstia, reserva, ...) impedem que você expresse seu orgulho e comemore o seu sucesso plenamente.	
3) Nos dias seguintes, você anuncia as novidades e compartilha o seu sucesso com aqueles ao seu redor.	

4) Você está orgulhoso (a) de si mesmo, mas outras razões (por exemplo, o medo do ridículo, modéstia, reserva, ...) impedem que você expresse seu orgulho e comemore o seu sucesso plenamente.	
--	--

## ANEXO 3

### ESCALA DO BEM-ESTAR PSICOLÓGICO

As questões abaixo se referem à maneira como você lida consigo mesmo e com sua vida. Lembre-se: não há respostas certas ou erradas, apenas marque a alternativa que melhor descreve como você se sente, no momento, em relação a cada frase.

1	2	3	4	5	6
Discordo totalmente					Concordo totalmente

1. Frequentemente me sinto solitário porque tenho poucos amigos íntimos com que eu possa compartilhar minhas preocupações.	
2. Não tenho medo de expressar minhas opiniões, mesmo quando são contrárias às opiniões da maioria das pessoas.	
3. Sinto que tenho controle sobre as situações do meu dia-a-dia.	
4. Eu acredito que é importante ter experiências novas que desafiem o que você pensa sobre você mesmo e sobre o mundo.	
5. Acredito possuir objetivos e propósitos na minha vida.	
6. De forma geral, me sinto confiante e positivo sobre mim mesmo.	
7. Eu sinto que ganho muito com as minhas amizades.	
8. Muitas vezes me preocupo com o que os outros pensam sobre mim.	
9. Eu sou muito bom em gerenciar as diversas responsabilidades de minha vida diária.	
10. Em minha opinião, pessoas de todas as idades são capazes de continuar crescendo e se desenvolvendo.	
11. Na maioria das vezes, acho minhas atividades desinteressantes e banais.	
12. Gosto de ser do jeito que sou.	
13. Parece-me que a maioria das pessoas tem mais amigos do que eu.	
14. Estar feliz comigo mesmo é mais importante para mim do que a aprovação dos outros.	
15. Eu normalmente gerencio bem minhas finanças e negócios.	
16. Eu aprendi com a vida muitas coisas ao longo do tempo, o que me tornou uma pessoa forte e capaz.	
17. Eu gosto de fazer planos para o futuro e trabalhar para torná-los realidade.	
18. De um modo geral, me sinto decepcionado com o que alcancei na vida.	
19. As pessoas me descrevem como alguém disposto a compartilhar meu tempo com os outros.	
20. As pessoas dificilmente me convencem a fazer coisas que eu não queira.	
21. Consigo administrar bem meu tempo, desta maneira posso fazer tudo o que deve ser feito.	
22. Eu acredito que cresci muito como pessoa ao longo do tempo.	
23. Sou uma pessoa ativa para executar os planos que estipulei para mim mesmo.	
24. Em geral, tenho orgulho do que sou e da vida que levo.	
25. Sou uma pessoa ativa para executar os planos que tenho para mim mesmo.	
26. Muitas vezes, eu mudo de opinião se os meus amigos ou familiares discordam de minhas decisões.	

27. Eu fico frustrado quando tento planejar minhas atividades diárias porque eu nunca consigo fazer as coisas que eu planejo.	
28. Para mim, a vida é um contínuo processo de aprendizado, mudança e crescimento.	
29. Meus objetivos na vida têm sido mais uma fonte de satisfação do que frustração para mim.	
30. Quando eu me comparo a meus amigos e conhecidos, me sinto bem em relação a quem sou.	
31. Meus amigos e eu somos solidários aos problemas uns dos outros.	
32. Eu me preocupo com as avaliações dos outros sobre as escolhas que eu faço na minha vida.	
33. Eu tenho dificuldades para organizar minha vida de uma forma satisfatória para mim.	
34. Eu gosto de ver como minhas opiniões mudaram e amadureceram ao longo dos anos.	
35. Eu fico satisfeito quando penso no que eu já realizei na vida.	
36. Todos têm suas limitações, mas eu pareço ter mais que os outros.	