

FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA

ELKE MICHELY SOUSA

TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL E
CONTROLE DO IMPULSO DE COMPRAR

PATOS DE MINAS
2015

FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA

ELKE MICHELY SOUSA

**TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL E
CONTROLE DO IMPULSO DE COMPRAR**

Artigo apresentado à Faculdade de Patos de Minas como requisito parcial para conclusão do Curso de Graduação em Psicologia. Para finalidade de obtenção do título de Bacharel em Psicologia, podendo gozar dos direitos de Psicólogo.

Orientador: Prof. Me. Arthur Siqueira de Sene.

PATOS DE MINAS
2015

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

ELKE MICHELY SOUSA

**TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL E CONTROLE DO
IMPULSO DE COMPRAR**

Banca Examinadora do Curso de Bacharelado em Psicologia, composta em 24 de novembro de 2015:

Orientador: Prof. Me. Arthur Siqueira de Sene
Faculdade Patos de Minas

Examinador 1: Prof^a. Me. Isabel Cristina Oliveira Gomes
Faculdade Patos de Minas

Examinador 2: Prof. Dr. Eduardo de Freitas Bernardes
Faculdade Patos de Minas

DEDICO este trabalho a todos profissionais da área e acadêmicos de psicologia para que tenham um maior conhecimento a respeito deste transtorno e da eficiência da terapia cognitivo – comportamental no tratamento e auxílio ao paciente.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus, o centro e o fundamento de tudo em minha vida, por renovar a cada momento a minha força e disposição e pelo discernimento concedido ao longo dessa jornada.

Aos meus pais, Elma e Orozimbo que me transmitiram todos os valores que prezo que me ensinaram a lutar por aquilo que quero e a não desistir até conseguir, a tornar possível o que parece “Impossível”.

Ao meu marido Junio meu companheiro de toda a hora que sempre me incentivou, e jamais permitiu que desistisse.

A esta faculdade, seu corpo docente, direção e administração que oportunizaram a janela que hoje vislumbro um horizonte superior, pela acendrada confiança no mérito e éticos aqui presentes.

A Prof. Ma. Luciana de Araújo Mendes Silva pelos seus ensinamentos e dedicação.

Ao coordenador do curso de psicologia, Prof. Me Gilmar Antoniassi Júnior por seus ensinamentos pelo convívio, apoio e amizade.

Agradeço em especial o meu orientador, Prof. Me Arthur Siqueira de Sene pela dedicação e esforço durante todo o processo da conclusão desse trabalho.

Meus sinceros Agradecimentos.

O objetivo do consumidor não é possuir coisas,mas consumir cada vez mais a fim de que com isso compensará o seu vácuo interior, sua possibilidade, a sua solidão, o seu tédio e a sua ansiedade.

Érico Veríssimo

TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL E CONTROLE DO IMPULSO DE COMPRAR

COGNITIVE - BEHAVIORAL THERAPY AND BUYING'S IMPULSE CONTROL

Elke Michely Sousa ¹

Graduando do Curso de Psicologia. Faculdade Patos de Minas.

Arthur Siqueira de Sene ²

Mestre em Psicologia Aplicada. Faculdade Patos de Minas

RESUMO

O comprar compulsivo se define como um transtorno do impulso que recentemente foi designado como uma doença, no qual o indivíduo não consegue ter controle sobre o que irá comprar e fazer compras torna-se uma válvula de escape que fornece alívio e prazer para problemas do dia a dia. Nos compradores compulsivos esse sentimento pode levar a culpa, a prejuízos familiares e financeiros. Quando este comportamento interfere na qualidade de vida do indivíduo é necessário tratamento. O acompanhamento psicoterapêutico por meio da Terapia Cognitivo-comportamental é uma alternativa que tem se apresentado como eficaz para o tratamento de compradores compulsivos, possibilitando ao indivíduo identificar suas formas de pensar e conseqüentemente como gerir suas emoções e comportamentos, e com isso trabalhar ativamente com a redução de sintomas que potencializam esse comprar compulsivo. O objetivo do presente estudo foi apresentar uma breve revisão bibliográfica do trabalho da terapia cognitivo-comportamental relacionado ao comportamento do comprar compulsivo, destacando as estratégias para o alívio do sofrimento e o aumento na qualidade de vida do indivíduo. Conclui-se que é fundamental no tratamento a compreensão do comportamento compulsivo por parte do comprador para que sejam

¹ Graduanda em Psicologia pela Faculdade Patos de Minas (FPM).

² Professor Orientador do curso de Psicologia da Faculdade Patos de Minas - FPM, Mestre em Psicologia Aplicada pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU), no eixo Psicologia da Saúde/Processos Cognitivos.

estabelecidas e trabalhadas mudanças sobre esse padrão, uma vez que é notório a necessidade de ajuda de indivíduos que sofrem com esse transtorno.

Palavras-chave: Compras Compulsivas. Tratamento. Terapia Cognitivo-comportamental.

ABSTRACT

The compulsive buying is defined as a disorder of impulse which was recently designated as a disease in which the individual can not have control over what they will buy and shop if it becomes a safety valve that provides relief and pleasure to everyday problems. In compulsive buyers this feeling can lead to guilt, family and financial losses. When this behavior interferes with the individual's quality of life treatment is needed. Psychotherapy monitoring by Cognitive-behavioral therapy is an alternative that has shown to be effective for the treatment of compulsive buyers, allowing the individual to identify their ways of thinking and consequently how to manage their emotions and behaviors, and thereby actively work with reducing symptoms that leverage this compulsive buying. This paper aims to present a brief literature review of the work on cognitive-behavioral therapy related to compulsive's buying behavior, highlighting strategies for the relieving of suffering and the increase in the individual's quality of life. It concludes that it is essential on treatment the understanding of compulsive behavior by the buyer to be established and worked changes on this pattern, since the need to help individuals who suffer from this disorder is notorious.

Keywords: Compulsive buying. Treatment. Cognitive-behavioral therapy.

INTRODUÇÃO

Com o desenvolvimento cada vez mais veloz da tecnologia, a produção mundial de mercadorias é ainda mais intensa na busca por atrair clientes. A facilidade de obtenção de créditos e a acessibilidade a produtos diversos promovem o ato de comprar. Assim, este é um tema muito presente na sociedade, pois, algumas pessoas acabam perdendo o controle sobre suas

compras ao tornar padrão esse comportamento acarretando sérias consequências em suas vidas.

A compra por impulso é um processo definido como aquele que ocorre quando o consumidor vivencia uma repentina necessidade de comprar um item a que não consegue resistir não realizando um planejamento anterior, busca ou avaliação de alternativas antes de decidir adquirir algo, contudo experimenta um forte sentimento positivo após o ato da compra (SOLOMON, 2002). É caracterizada pela incapacidade de resistir em obter itens desnecessários, causando sofrimento, interferindo com a vida familiar e social do indivíduo, e muitas vezes resultando em problemas financeiros (JHANJEE et al., 2010).

Ele ocorre em resposta a emoções negativas e resulta em uma diminuição na intensidade dessas emoções. Euforia ou alívio de emoções negativas é a consequência psicológica mais comum do comprar compulsivo. Esse alívio é transitório e é seguido por um aumento da ansiedade (MÜLLER et al., 2013).

Com o passar do tempo o indivíduo compulsivo começa a sentir culpa pelos seus atos, muitas vezes este transtorno pode estar associado a outros problemas afetando sua qualidade de vida sendo necessário o início de um tratamento psicológico ou psiquiátrico.

A Terapia cognitivo-comportamental (TCC) é eficaz no tratamento do comprar compulsivo, promovendo a diminuição de comportamentos disfuncionais típicos desta patologia, a reestruturação de cognições disfuncionais do paciente e a melhora dos sintomas de depressão e de ajustamento social. A aliança terapêutica, as tarefas comportamentais, a motivação do paciente e o modo de apoio do terapeuta, são fatores essenciais para este processo (BRANDTNER, 2012).

Deste modo partiu-se então do seguinte questionamento: Como se caracteriza um comprador compulsivo e como a terapia cognitivo-comportamental auxilia no tratamento do comprar compulsivo?

O objetivo do presente estudo foi apresentar uma breve revisão do comportamento do comprar compulsivo descrevendo o que leva uma pessoa a comprar compulsivamente as consequências, prejuízos materiais e cognitivos que essa compulsão acarreta, e analisar como a terapia cognitiva

comportamental pode auxiliar estes indivíduos na diminuição dos sintomas e na melhora da qualidade de vida.

Com este trabalho espera-se conhecer mais sobre o tratamento cognitivo comportamental no impulso de comprar, e a importância do acompanhamento com o psicoterapeuta para reduzir os sintomas e descobrir as suas possíveis causas, melhorando assim a qualidade de vida do comprador compulsivo.

Este estudo aborda a terapia cognitivo-comportamental como tratamento para este transtorno. Ela ajuda o indivíduo a treinar seus padrões de pensamento e as sensações que levam a compulsão. A escolha desta temática justifica-se pela necessidade da realização de mais um estudo que aborde a eficiência do tratamento cognitivo comportamental no impulso de comprar compulsivamente

Ele se divide em três seções, na primeira seção foi descrito como são os comportamentos de compra compulsiva, suas causas e consequências para o indivíduo. Na segunda seção, destacou-se o histórico e as características da terapia cognitivo-comportamental e sua eficácia no tratamento do impulso de comprar. E na terceira seção, foi focado o trabalho da abordagem cognitivo-comportamental para o transtorno do comprar compulsivo.

Desse modo, é fundamental o estudo por profissionais e acadêmicos da psicologia do tema em questão, uma vez que o desenvolvimento e promoção da saúde e qualidade de vida ocorre a partir da compreensão dos fatores envolvidos no comprar compulsivo e suas formas de tratamento, em especial através da terapia cognitivo-comportamental.

METODOLOGIA

O aporte metodológico da pesquisa foi realizado através de revisão seletiva de literatura com base em produções científicas relacionadas ao tema, sendo consultadas as bases de dados científicos como SCIELO, LILACS, BIREME, artigos em português e inglês, além de teses, monografias e livros

sobre o tema. Os artigos selecionados tiveram como critério de inclusão a leitura de resumos e conclusões dos artigos pesquisados, e a semelhança nos descritores base: compras compulsivas, tratamento e tratamento cognitivo-comportamental. Foram excluídos artigos aos quais a terapia cognitivo-comportamental não era mencionada no tratamento do comprar compulsivo, mas apenas a outros transtornos de impulso. A pesquisa bibliográfica foi realizada no período de janeiro a junho de 2015, e o período de publicação de material corresponde entre 1994 a 2013.

O COMPRAR COMPULSIVO

Comportamentos de Compra Compulsiva

Segundo a Associação Americana de Psiquiatria (APA, 2013) entende-se por compulsões comportamentos repetitivos ou atos mentais executados que usualmente têm o objetivo de prevenir ou diminuir o sofrimento e/ou ansiedade originados pelas obsessões ou por sensações desconfortáveis. De acordo com Moritz et al (2011) em todas as culturas e partes do mundo as compulsões podem ser encontradas atingindo até 3% da população.

O impulso para comprar é temporário e aplica-se em um determinado produto em certo momento. Diferentemente do comprar compulsivo, que é um comportamento persistente centrado no processo de comprar, e não nas compras propriamente ditas (SOLOMON, 2002).

Para Tavares et al. (2008) o transtorno do comprar compulsivo foi descrito pela primeira vez como uma síndrome psiquiátrica no começo do século XX. Sua classificação continua incerta e os investigadores têm discutido uma relação potencial com transtornos do humor, transtorno obsessivo-compulsivo e transtornos do impulso.

De acordo com Grant et al. (2005) em 1915, Emil Kraepelin descreveu Oniomania (Compulsão por Compras) como uma desordem caracterizada por

um desejo patológico para comprar. Enfatizando que a impulsividade é um fator primário neste comportamento .

Observa-se que o descontrole com compras é ao mesmo tempo um problema antigo e cada vez mais moderno, porque desde a Grécia antiga o ato de comprar está inserido na sociedade. Nesta época o valor do dinheiro transformou os valores culturais e morais, em que o poder deixou de ser determinado pelo nome de família e passou a ser definido pelo comércio, recebendo espaço com a adoção de sistemas monetários. O descontrole deste comportamento, que passou a movimentar o comércio e influenciar a estrutura governamental, despertou a preocupação de que a população ficaria diante de um transtorno clínico (FILOMENSKY et al., 2008).

Este problema encontra-se, sobretudo, em países desenvolvidos e sua causa pode estar correlacionada ao alto nível de desenvolvimento dos países em questão. Os principais problemas ocasionados pelas compras compulsivas são: dívidas públicas, inaptidão em efetuar pagamentos, consequências jurídicas e financeiras, e sentimentos de culpa (BLACK, 2007).

A compra compulsiva está atualmente classificada como um transtorno do controle de impulsos, a prevalência deste transtorno está estimada em 5% da população e acomete com maior frequência o gênero feminino (FILOMENSKY, 2011).

Trata-se de um processo decisório não planejado e muito rápido, não existindo uma intenção ou um planejamento oculto no inconsciente, que, através dos vários estímulos em comprar se expressariam pelo impulso (BARRACHO, 2001).

O consumo compulsivo considera-se uma fixação em certo conjunto de produtos que são utilizados incontrolavelmente ou sem bom senso. Além disso, há uma propagação, às vezes repetitiva, das falhas em conter a obsessão por comprar devido à negação dos consumidores quanto aos efeitos prejudiciais daquele comportamento de compra (PESSÔA et al., 2012).

Registros do transtorno do comprar compulsivo têm sido relatados mundialmente nos EUA, Canadá, Inglaterra, Alemanha, França e Brasil. Apesar de o custo do transtorno nunca ter sido avaliado, estima-se que o impulso de comprar origine mais de U\$4 bilhões em compras anuais na América do Norte (TAVARES et al., 2008).

Para Veludo-de-Oliveira et al. (2004) pessoas que constantemente adquirem mais do que conseguem pagar podem apresentar indícios de comportamento de compra compulsiva.

Fatores de influência

A etiologia da compra compulsiva ainda não é definida, entretanto foram descritos alguns fatores como associados a um maior risco de perda de controle com compras. Estes fatores podem ser divididos em três grupos indicativos à origem do indivíduo (familiar e genética), ao seu estado subjetivo (afetividade e cognição) e ao ambiente, abrangendo a sociedade e a cultura (FILOMENSKY, 2011).

De acordo com Faber e Christenson (1996) as causas da compra compulsiva podem ser de ordem bioquímica, com níveis anormais de serotonina; psicológica como depressão, ansiedade, baixa autoestima e desejo por reconhecimento; ou, também, sociológica que inclui experiências familiares, regras sociais e gênero quanto a comprar para desviar-se da infelicidade.

Black (2007) sugeriu quatro fases distintas que caracterizam o episódio de compra compulsiva, a primeira é a antecipação, nesta fase o comprador compulsivo apresenta pensamentos, anseios ou mesmo preocupações com a obtenção de um determinado objeto ou somente com o ato da compra em si. A segunda fase é a preparação, fase em que a pessoa se prepara para ir às compras, que inclui a pesquisa do objeto cobiçado, a roupa que irá vestir e a tomada de decisão de para onde ir e como irá pagar (cartão de crédito, cheque, dinheiro). A terceira fase é a da compra propriamente dita, nela os compradores compulsivos descrevem a experiência emocional do ato de comprar, a fissura e o êxtase. Finalmente a quarta e última fase em que a compra é consumada, e que muitas vezes vem seguida de decepção consigo mesmo e de sentimentos desagradáveis como culpa e arrependimento.

As pessoas com Transtorno do Comprar Compulsivo frequentemente apresentam um crescente nível de ansiedade que somente podem diminuir quando é feita uma compra. A experiência real de comprar é descrita como

intensa por muitos indivíduos com Transtorno do Comprar Compulsivo; determinados indivíduos chegam até a descrever que experimentam uma emoção sexual. O ato é concluído com a obtenção, na maioria das vezes acompanhada de um sentimento de decepção ou desapontamento consigo mesmo (CHRISTENSON et al., 1994).

Miltenberger et al. (2003) descreveram que as emoções negativas tais como raiva, ansiedade, tédio e pensamentos autocríticos eram os precedentes mais comuns às compulsões de comprar em um grupo de pessoas com Transtorno do Comprar Compulsivo, ao mesmo tempo que euforia ou alívio das emoções negativas eram as consequências mais comuns. Vestuário, sapatos, joias e maquiagem são as categorias preferidas de itens adquiridos. Determinados pacientes descrevem comprar um produto baseados em sua atratividade ou então porque era uma oferta.

De acordo com Pessoa et al. (2012), o ciclo emocional existente em uma compra se dá da seguinte forma: ao sentir uma emoção negativa, tal como tristeza, amargura ou depressão, o consumidor se sente motivado a comprar. Logo após, em consequência das compras realizadas, sente-se valorizado e com aumento de humor, ou seja, uma emoção positiva. Entretanto depois, sente-se mais uma vez abatido (emoção negativa), com culpa, vergonha e depressão, quando o processo de comprar termina.

Clinicamente, a compra compulsiva pode se originar através de sentimentos negativos ou angústia recorrente, e ser alimentada, ou mesmo justificada, quando a sensação positiva sucedida da compra supera os sentimentos negativos anteriores. Pensando dessa maneira, a compra sem controle seria um comportamento compensatório ou consolador que abrandava de forma temporária os sintomas causadores da angústia, depressão ou tristeza (DELL'OSSO et al., 2008).

TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

Histórico e Características da Terapia Cognitivo- Comportamental

A terapia comportamental embasa-se nas teorias sobre o comportamento que se desenvolveram a partir do início do século XX. A ampliação da teoria comportamental permitiu o conhecimento a respeito das leis gerais do comportamento tornando-o mais previsível. Tal conhecimento é o alvo no qual a terapia comportamental se apóia para o aumento de sua prática clínica. Deste modo, é essencial o conhecimento a respeito de termos e conceitos relativos a esta abordagem (BARBOSA; BORBA, 2010).

No início da década de 60, o assistente de psiquiatria da University of Pennsylvania Aaron T. Beck, M. D., deu início a uma revolução no campo de saúde mental. Dr. Beck era psicanalista com formação completa e atuante. Essencialmente um cientista, ele acreditava que, para que a psicanálise fosse acolhida pela comunidade médica suas teorias deveriam ter demonstração de validação empírica (BECK, 2013).

Aaron Beck, incentivado por preocupações teóricas, e emprestando da psicologia a metodologia científica, administrou estudos empíricos com a intenção de confirmar princípios psicanalíticos, individualmente o modelo psicanalítico motivacional da depressão como agressão retroflexa do indivíduo contra si, em uma tentativa de autopunição. Seus estudos com depressivos moderados e severos geraram resultados negativos, e, contradizendo suas expectativas, conduziram a uma não confirmação do modelo psicanalítico de depressão. Então Beck propôs um novo modelo, o modelo cognitivo de depressão, o qual, evoluindo em seus aspectos teóricos e aplicados, derivou na proposição de um novo sistema de psicoterapia: a Terapia Cognitiva (SERRA, 2007).

Em 1977, é lançado o *Journal of Cognitive Therapy and Research*, o primeiro periódico a tratar da Terapia Cognitiva. Em 1985, a palavra "cognição" passa a ser aceita em publicações da *Association for the Advancement of*

Behavior Therapy (AABT), e em 1986 Beck é aceito como membro da mesma entidade. E em 1987, 69% se identificaram como tendo uma orientação cognitivo-comportamental. Estava deste modo, estabelecida a era cognitiva na psicoterapia, a partir de fatos que concentraram de forma decisiva para a emergência de uma perspectiva cognitiva, que se refletiu na proposição da Terapia Cognitiva como um sistema de psicoterapia, fundamentado em modelos próprios de funcionamento humano e de instalação e sustentação das psicopatologias (SERRA, 2007).

Terapia Cognitiva de Beck é considerada, atualmente, como a principal abordagem cognitiva. De acordo com a abordagem cognitiva de Beck, os pensamentos e avaliações negativos, frequentemente encontrados em pacientes com depressão não compõem um sintoma somente, mas são fatores que estão na própria manutenção desta psicopatologia. Como resultado desta visão, a depressão na Terapia Cognitiva, assim como os demais transtornos psiquiátricos, é tratada levando o paciente a identificar e alterar estes pensamentos disfuncionais (BAHLS; BAHLS, 2003).

A terapia cognitiva fundamenta-se na premissa de que a inter-relação entre cognição, emoção e comportamento está implicada no funcionamento normal do ser humano e, em específico, na psicopatologia (KNAPP, 2004).

De acordo com Duchesne e Almeida (2002) a terapia cognitivo-comportamental é uma interferência semiestruturada, objetiva e orientada para metas, que aborda fatores cognitivos, emocionais e comportamentais no tratamento dos transtornos psiquiátricos.

Para Bahls (2010) a Terapia Cognitiva é uma abordagem classificada como mentalista, no sentido de que vê os fatores cognitivos como os principais fatores envolvidos na etiologia dos transtornos psiquiátricos. Logo, a abordagem comportamental valoriza os fatores ambientais e a forma como se dá a interação de um organismo com o meio.

Todas as terapias cognitivo-comportamentais provêm de um modelo cognitivo prototípico e partilham algumas suposições básicas, mesmo quando expõem distintas abordagens conceituais e estratégicas nos diversos transtornos (KNAPP, 2004).

De acordo com Dobson (2001) três proposições fundamentais definem as características que estão no núcleo das terapias cognitivo-comportamentais:

primeira, a influência da atividade cognitiva no comportamento; segunda, a atividade cognitiva pode ser monitorada e alterada; e terceira, o comportamento desejado pode ser influenciado mediante a mudança cognitiva.

Em muitos anos de pesquisa foram desenvolvidas e testadas várias formas de tratamentos na terapia cognitivo-comportamental. As terapias empregadas diferem umas das outras de acordo com a abordagem predominantemente cognitivo ou comportamental, embora a diversidade destas terapias todas compartilhe do mesmo pressuposto teórico, ou seja, que mudanças terapêuticas ocorrem na medida em que acontecem alterações nos modos disfuncionais de pensamento. Partindo deste princípio, o mundo é considerado como constituinte de uma série de acontecimentos que podem ser classificados como neutros, positivos e negativos, contudo, a avaliação cognitiva que o sujeito faz destes acontecimentos é o que origina o tipo de resposta que será dada na forma de sentimentos e comportamentos. Desta forma, a terapia cognitivo-comportamental dá uma grande ênfase aos pensamentos do cliente e a forma como este interpreta o mundo (BAHLS; NAVOLAR, 2004).

O tratamento do cliente tem como ponto de partida a fonte de sofrimento, ou seja, a partir das distorções que estão acontecendo na forma do sujeito avaliar a si mesmo e ao mundo. Designam-se “esquemas” a base para a avaliação das experiências. As estruturas cognitivas organizam-se em níveis nos quais os esquemas localizam-se no núcleo. Durante a terapia procura-se descobrir cada um destes níveis de organização, partindo dos pensamentos automáticos até chegar ao sistema de crenças do sujeito. Então as crenças são testadas a partir de argumentos e sugeridas de exercícios que o paciente realizará durante a terapia e em demais contextos (SHINOHARA, 1997).

Um dos objetivos da Terapia cognitivo-comportamental é corrigir as distorções cognitivas que estão provocando problemas ao indivíduo e fazer com que este desenvolva meios eficazes para enfrentá-los. Para isso, são utilizadas técnicas cognitivas que buscam identificar os pensamentos automáticos, testar estes pensamentos e trocar as distorções cognitivas. As técnicas comportamentais são empregadas para transformar condutas inadequadas relacionadas com o transtorno psiquiátrico em questão (SCHÄFER et al., 2010).

Terapia cognitivo-comportamental no tratamento do comprador compulsivo

Os Transtornos de Controle dos Impulsos tem como característica essencial o fracasso em combater a um impulso ou tentação de executar um ato perigoso para si próprio ou para terceiros. O indivíduo sente uma crescente tensão ou perturbação antes de cometer o ato e então experimenta o prazer, recompensa ou alívio no momento de cometê-lo, podendo ou não haver remorso, auto-recriminação ou culpa (APA, 2013).

No modelo cognitivo-comportamental, a vontade de comprar é vista como uma combinação de pensamentos, sentimentos desagradáveis e sensações físicas. Esse modelo sugere que tais acontecimentos relacionam-se e que um influencia o outro, podendo funcionar como disparos para desencadear o modelo de comprar (FILOMENSKY et al., 2008).

A eficácia da terapia cognitivo-comportamental no tratamento do comprar compulsivo ainda está por ser estabelecida. Ainda não existem ensaios clínicos aleatorizados publicados envolvendo a terapêutica do comprar compulsivo. Na literatura há relatos promissores de estudos de caso e de pequenos ensaios clínicos não controlados que utilizaram com êxito o enfoque cognitivo-comportamental para tratar o comprar compulsivo (HODGINS; PEDEN, 2008).

Para Filomensky (2011) a terapia cognitivo-comportamental vem proporcionando excelentes resultados no tratamento de compradores compulsivos. Focando na ajuda da identificação dos pensamentos que influenciam o desejo de comprar, e promovendo a mudança do comportamento, lidando e impedindo as situações que aumentam o desejo de consumo.

A meta no tratamento de compras compulsivas não é abstinência absoluta, mas sim o controle e a identificação dos períodos em que o indivíduo exerce tal compulsão, para, assim, tomar, junto com o psicoterapeuta estratégias que auxiliem na diminuição de danos, distinguindo uma compra compulsiva de uma compra normal (FILOMENSKY et al., 2008).

ABORDAGEM COGNITIVO-COMPORTAMENTAL PARA O TRANSTORNO DO COMPRAR COMPULSIVO

O interesse no transtorno do comprar compulsivo tem se expandido muito nos últimos anos levando a uma maior compreensão de sua epidemiologia, fenomenologia, história familiar e tratamento. O transtorno é relativamente comum, está associado a transtornos psiquiátricos comórbidos importantes, e pode levar a sério comprometimento no funcionamento pessoal e social, e pode levar diretamente a problemas financeiros e complicações legais (BLACK, 2007).

A pesquisa sobre o uso de técnicas cognitivo-comportamentais no tratamento do comprar compulsivo está dando seus primeiros passos. Atualmente, há pouco consenso sobre o tratamento apropriado para o comprar compulsivo; entretanto, os resultados sugerem que os tratamentos cognitivo-comportamentais podem ser úteis (HODGINS; PEDEN, 2008).

De acordo com Leite et al. (2012), determinados autores definiram o ato de comprar compulsivamente como tendo um caráter crônico, patológico e destrutivo, e destacaram ainda a dificuldade em interromper tal comportamento. Os mecanismos de ação e a etiologia que estimulam a compra compulsiva têm sido o vértice do novo campo de estudo acerca deste transtorno. Resultados preliminares indicam que a terapia cognitivo-comportamental apresenta efeitos promissores, em sua modalidade grupal, no tratamento terapêutico, para a compra compulsiva.

A proposta terapêutica da abordagem cognitivo-comportamental para compradores compulsivos tem os objetivos de identificar e modificar os padrões de pensamento (cognição) que influenciam o anseio de comprar e provocar mudança de comportamento, impedindo situações de alto risco que podem provocar o desejo de comprar (FILOMENSKY et al., 2008).

A terapia pode ajudar as pessoas a ganharem uma maior consciência emocional e ajuda na estratégia de uma regulação emocional saudável. A necessidade subjacente a ser servido por gastos excessivos será descoberta durante a terapia, e isso vai ajudar os pacientes a identificar a natureza de

auto-proteção do seu comportamento, reconhecendo as suas consequências negativas. A terapia também ajuda a identificar alternativas saudáveis para o comportamento problemático. É essencial para ajudar a pessoa a descobrir como o comportamento serve a si mesmo. Em última instância, o objetivo é incorporar as habilidades mais adaptáveis ao longo do tempo que levam a um estilo de vida menos autodestrutivo e mais equilibrado (CORAO et al. , 2006).

Entre as técnicas empregadas, destaca-se o controle de contingências, como a restrição do dinheiro e do crédito, a realização de um inventário de dívidas existentes, a redução do estresse (através de relaxamento e meditação se for indicado), e a confecção de uma planilha com a receita e a despesa. Uma técnica eficiente da abordagem cognitivo-comportamental é a exibição gradual aos lugares e situações de risco com prevenção da resposta (BERNIK et al., 1996).

Para Muller et al. (2013) métodos de marketing, tais como desenvolvimento de cartões de crédito, crédito imediato, redes de compras para casa e telemarketing tornam mais fácil a compra de itens por impulso. Atualmente, impulsos para comprar e consumir são fenômenos normais diários. Consumidores todos os dias recebem esses estímulos e precisam lidar com o impulso de consumir.

O comprador compulsivo necessita reaprender a lidar com o dinheiro e a entrar em contato com o que lhe angustia. Se houver crédito fácil e disponível, a adesão ao tratamento torna-se mais difícil. É importante, sempre que possível, controlar o saldo em conta. O paciente deve ser ensinado a distinguir uma compra compulsiva de uma compra normal e a localizar os fatores que podem ter levado a perda de controle. Projetar as aquisições é fundamental, isso inclui esquematizar mentalmente o caminho a percorrer a fim de evitar a passagem por lojas onde já sabe que será difícil controlar o impulso (FILOMENSKY et al., 2008).

A parte cognitiva da terapia consiste em identificar, trabalhar e mudar pensamentos desadaptativos e sentimentos relacionados com a compra. Os pacientes muitas vezes têm dificuldades de identificar seus sentimentos. O terapeuta deve encorajá-los a usar um auto-monitoramento diário da sua ânsia para compras em geral e/ou episódios viciantes de compras. Os pacientes são convidados a acompanhar o tipo de itens comprados, o tempo gasto nas

compras, e a quantidade de dinheiro gasto, analisando porque não conseguiram resistir. Crenças disfuncionais sobre compras e o poder que deriva dela são identificados e corrigidos. Gradualmente, os pacientes admitem que a euforia que sentem na compra de um novo item é uma ilusão (MÜLLER et al., 2013).

Leite (2009) sugere um tratamento em grupo estruturado para as compras compulsivas, baseado em um protocolo já existente, que sugere a eficácia da terapia cognitivo-comportamental no tratamento do transtorno estruturando uma proposta de atendimento desenvolvido em 12 sessões, no período de 10 semanas, com duração de 2 horas. Utilizando algumas técnicas cognitivo-comportamentais como: psicoeducação, exposições com prevenção de resposta, reestruturação cognitiva, manejo do estresse e solução de problemas, plano e prevenção de recaídas entre outras. Avaliando ao final do tratamento a eficácia através de questionários estruturados e escalas de avaliação do transtorno, como a “Escala de Compras Compulsivas de Richmond”, assim como avaliação dos sintomas de depressão e ansiedade a partir dos inventários Beck de Depressão (BDI) e Ansiedade (BAI).

O tratamento para o comprar compulsivo tende a se concentrar em ensinar aos pacientes respostas alternativas para lidar com emoções negativas. O terapeuta treina o paciente a resolver seus problemas sem o vício em compras. Ele encontra outros comportamentos que são menos impulsivos e mais construtivos. O terapeuta pode propor trabalhar em casa atribuições de uma sessão para outra, a fim de construir a formação de comportamentos alternativos. O trabalho também pode consistir em experimentos de exposição indo ao supermercado ou alguma loja, não comprando qualquer coisa e, em seguida, deixando esses locais (MÜLLER et al., 2013).

Viciados em compras são convidados a encontrar outras fontes de prazer e a redescobrir atividades que consideram agradáveis ou eficazes para liberar a tensão. Situações de alto risco de recaídas devem ser identificadas pelo paciente (por exemplo, ir para uma loja de roupas depois de uma situação estressante, ou entrar em uma loja sem ter preparado uma lista de itens necessários). Quanto mais o paciente aprende a antecipar tais riscos, o mais eficaz ele será quando exposto ao risco de recaída. A terapia cognitiva deve criar um plano de resgate que indica o que fazer quando o paciente enfrenta

uma situação de extremo desejo. Ele deve ser configurado antes de qualquer crise, de modo que o paciente saiba o que fazer quando se deparar a uma situação de risco (MÜLLER et al., 2013).

Ocupar o máximo de tempo possível dos compulsivos com dinâmicas e estender a terapia para todos os momentos da vida, visa tornar a terapia mais eficaz. A diversificação das modalidades de psicoterapia é uma tentativa de tornar a vida uma terapia, em que cada momento seja uma microssessão, na qual o indivíduo dê continuidade à psicoterapia sem a presença de um tutor. Quanto mais o ambiente pode contribuir para lembrá-lo de sua condição e quanto mais ele praticar as técnicas de controle de comportamento e pensamento mais sucesso ele terá em vencer seus sintomas (SIQUEIRA, 2009).

Hodgins e Peden (2008) destacam o tratamento do comprar compulsivo para um formato de grupo incluindo inicialmente técnicas como o treino de relaxamento e a visualização guiada. Outras abordagens de tratamento em grupo incluem técnicas como dessensibilização in vivo para controlar os impulsos de comprar, além de treinos de relaxamento, visualização e reestruturação cognitiva para diminuir a ansiedade. As crenças disfuncionais típicas podem incluir a crença de que é preocupante que o vendedor fique bravo se nada for comprado, ou a crença de que se deve fazer uma compra quando se experimenta algo. O grupo funciona por oito semanas e é focado na identificação dos fatores que mantêm o comportamento do comprar compulsivo e as estratégias para ajudar a controlar os gastos.

As sessões de grupo reforçam a terapia individual e a vontade do paciente de mudar. Alguns grupos de apoio, para pessoas físicas lidarem com o vício de compras existem em diferentes partes do mundo, ajudando os pacientes a encontrarem esperança e motivação para lidar com seu desejo e seu desenvolvimento social e dificuldades financeiras (MÜLLER et al., 2013).

Entretanto, mais trabalhos precisam ser feitos para uma maior compreensão do transtorno. Estudos de acompanhamento seriam úteis para traçar o curso da doença, rastreando o seu surgimento e sua relação com outros transtornos psiquiátricos (BLACK, 2007).

DISCUSSÃO

O presente trabalho procurou compreender a relação entre o ciclo de compra compulsiva e seu tratamento via terapia cognitivo-comportamental. A eficácia do tratamento do comprar compulsivo vem sendo continuamente estudada e trabalhos como os de Filomensky (2011) e Brandtner (2012) vem proporcionando excelentes resultados sobre o tema.

Conforme pode ser observado no decorrer do texto, a influência de fatores familiares, sociais e ambientais estão associados ao impulso de comprar como foi pontuado por Filomensky (2011) e Faber e Christenson (1996). Além disso, Christenson et al. (2004), Miltenberger et al. (2003), Pessoa et al. (2012) e Del Osso et al. (2008) destacam que o ciclo emocional da compra compulsiva tem início através de emoções negativas, e estas são amenizadas apenas após o ato de comprar. Segundo os trabalhos de Black (2007), Christenson et al. (1994) e Pessoa et al. (2012), entre os sentimentos desagradáveis que tem grande peso após a compra ser consumada está a culpa.

Os trabalhos de Knapp (2004) e Duchene e Almeida (2002) destacam a importância que a terapia cognitivo-comportamental oferece na compreensão de fatores cognitivos, comportamentais e emocionais na compreensão do sistema de funcionamento vital do ser humano. Bahls e Navolar (2004) e Shafer et al. (2010) apontam como objetivo da terapia cognitivo-comportamental o trabalho com as distorções cognitivas do paciente possibilitando ao paciente o desenvolvimento de meios eficazes de enfrentamento.

A bibliografia sobre o tema ainda traz pontos de divergência no que tange experimentos de exposição para compradores compulsivos. Enquanto autores como Filomensky et al. (2008) afirmam que o comprador compulsivo precisa aprender a lidar com o dinheiro e com o que lhe angustia, evitando o contato com lojas onde controlar o impulso será difícil, Muller et al (2013) destacam a importância dos experimentos de exposição, como ir a lojas ou supermercados e em seguida deixar esses locais sem efetuar nenhuma

compra. Hodgins e Peden (2008) e Muller et al (2013) destacam ainda a eficácia da modalidade grupal de atendimento como meio de auxiliar a identificação de fatores que gerem o impulso de comprar.

É importante ressaltar também que os trabalhos de Brandtner (2012), Hodgins e Peden (2008) e Filomensky et al. (2008) apontam que a mudança e redução de comportamentos típicos da patologia, a reestruturação das cognições disfuncionais do paciente e as melhoras de sintomas depressivos auxiliam em situações de alto risco de comprar e também ajudam o indivíduo a diferenciar uma compra normal de uma compra compulsiva.

CONCLUSÃO

Este estudo revela a importância do tratamento do transtorno do comprar compulsivo e a atenção diante dessa doença devido aos prejuízos que ela causa na qualidade de vida indivíduo. Também destaca a terapia cognitivo-comportamental como tratamento, ajudando o indivíduo a compreender melhor seu comportamento compulsivo auxiliando no controle de seus impulsos.

Métodos dedicados ao controle dos pensamentos distorcidos, a criação de novos padrões de comportamento, a identificação de pensamentos disfuncionais e a consequente promoção de pensamentos adaptativos funcionais, bem como a exposição do indivíduo à situação de consumo como resposta e a identificação de novas fontes de prazer concernentes a real necessidade do paciente assumem uma grande relevância no tratamento do impulso de comprar através da terapia cognitivo-comportamental, o que corrobora a hipótese sobre o papel de auxílio que a Terapia cognitivo-comportamental oferece no controle emocional e o consequente ganho de autocontrole por parte do paciente.

Conclui-se que a terapia cognitivo-comportamental, é de extrema importância no tratamento e compreensão do transtorno do comprar compulsivo, pois com o trabalho do profissional terapeuta, obtêm-se um

resultado efetivo e de qualidade na promoção da qualidade de vida do paciente.

É importante ressaltar também, que a partir das bases de dados consultadas como fontes no presente artigo, foram observadas possíveis lacunas no campo de estudos sobre o transtorno de compra compulsiva, como por exemplo, o curso da doença e de que maneira ela se relaciona com outros transtornos. Essa limitação não permite que os dados sejam generalizáveis para estudos internacionais. Mesmo assim, é fundamental que novas pesquisas sejam realizadas sobre o constructo tanto em seu aporte teórico, bem como em sua parte prática.

REFERÊNCIAS

American Psychiatry Association. **Diagnostic and Statistical Manual of Mental disorders - DSM-5**. 5th.ed. Washington: American Psychiatric Association, 2013. Disponível em: <<http://psychiatryonline.org/doi/book/10.1176/appi.books.9780890425596>>. Acesso em: 05 dez. 2015.

BAHLS, S.; NAVOLAR, C. A. B. B. Terapia Cognitivo-Comportamentais: conceitos e pressupostos teóricos. **Revista Eletrônica de Psicologia**, Curitiba, n. 04, Jul. 2004. Disponível em: <www.utp.br/psico.utp.online>. Acesso em : 01 abr. 2015.

BAHLS, S. C.; BAHLS, F. R. C. Psicoterapias da depressão na infância e na adolescência. **Estud. psicol. (Campinas)**, v.20, n.2, p. 25-34. 2003. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v20n2/v20n2a03.pdf>>. Acesso em 01 abr. 2015.

BARBOSA, J. I. I.; BORBA, A. O surgimento das terapias cognitivo-comportamentais e suas consequências para o desenvolvimento de uma abordagem clínica analítico-comportamental dos eventos privados. **Rev. Bras. de Ter. Comp. Cogn.**, Campinas-SP, v. 10 , n. 1/2, p. 60-79, ago de 2010. Disponível em: <http://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=4&cad=rja&uact=8&ved=0CDUQFjAD&url=http%3A%2F%2Fwww.usp.br%2Frbtcc%2Findex.php%2FRBTCC%2Farticle%2Fdownload%2F416%2F310&ei=MeEVVZHcCc7isASgtoLAAQ&usg=AFQjCNGz1jN3RIUNqv8veNTfignoKw&sig2=Qwba_0D3Fb4FgGb7w_RXaA&bvm=bv.89381419,d.cWc>. Acesso em: 29 mar. 2015.

BARRACHO, C. **Lições de Psicologia Econômica**. Ed.Lisboa: Instituto Piaget, 2001.

BERNIK, M. A, et al. Cue exposure in compulsive buying. **J. Clin. Psychiatry**. v. 57, n.2 p. 90, oct. 1996. Disponível em< http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000132&pid=S15164446200800050000400013&lng=en>. Acesso em: 30 mar. 2015.

BLACK, D. W. A compra compulsiva: uma análise das evidências. **CNS Spectr.**, v. 12, p. 124-132, maio de 2007. Disponível em:<<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1805733/>>. Acesso em: 21 fev 2015.

BRANDTNER, M. **Avaliação de processos-resultados de Terapia Cognitivo- comportamental para compras compulsivas**. UNISINOS, São Leopoldo-RS. 106 p; 2012. Disponível em: <<http://biblioteca.asav.org.br/vinculos/000006/000006D6.pdf>>. Acesso em: 11 maio 2015.

BECK, A. T . The current state of cognitive therapy: a 40 year retrospective. **ArchGenPsychiatry**. v. 62, n. 9, p.953-959, 2005. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16143727>>. Acesso em: 28 mar. 2015.

BECK, J. **Terapia Cognitivo Comportamental: Teoria e Prática** – 2 ed. Porto Alegre: Artmed. 2013.

CHRISTENSON, G .A, et al. Compulsive buying: descriptive characteristics and Psychiatric comorbidity. **J ClinPsychiatry**, v. 55, n.1, p. 5-11, 1994. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000038&pid=S00347590200400030000700006&lng=en>. Acesso em: 20 fev. 2015.

CORÃO, L. M. et al. Prevalência estimada do Comportamento de compra compulsiva nos Estados Unidos. **American Journal of Psychiatry**, v. 163 , n.10, p. 1806-1812, 2006. Disponível em: <<http://search.proquest.com/docview/22050093b8?accountid=1229>>. Acesso em: 19 abr. 2015.

DELL'OSSO, B. et al. O transtorno do comprar impulsivo-compulsivo: visão clínica. **Australian and New Zealand Journal of Psychiatry**, v. 42, n. 4, p.259-266, 2008. Disponível em: <<http://anp.sagepub.com/z/content/42/4/259.short>>. Acesso em: 14 fev. 2015.

DOBSON, K. S. (Ed.) **Handbook of cognitive: behavioral therapies**. 2. ed. New York: Guilford, p. 349-392. 2001. Disponível em: <<http://www.selfconnection.ca/Description/s/9781606234372.pdf>>. Acesso em: 27 mar. 2015.

DUCHESNE, M.; ALMEIDA, P. E. M. Terapia cognitivo-comportamental dos transtornos alimentares. **Rev Bras Psiquiatr**. v. 24, n. 3, p. 49-53, abr. de 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbp/v24s3/13972.pdf>>. Acesso em: 29 mar. 2015.

FABER, R.; CHRISTENSON, G. Na vontade de comprar: diferenças na MoodStates vivida por compradores compulsivos e outros consumidores. **Psychology & Marketing**, v. 13, n. 8, p. 803-819, dez. 1996. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000054&pid=S00347590200400030000700014&lng=en>. Acesso em: 16 fev. 2015.

FILOMENSKY, T. **O Comprar Compulsivo e suas relações com transtorno obsessivo-compulsivo e transtorno afetivo bipolar**. Dissertação. São Paulo: Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, 120p. 2011. Disponível em: <http://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=4&ved=0CC8QFjAD&url=http%3A%2F%2Fwww.teses.usp.br%2Fteses%2Fdisponiveis%2F5%2F512%2Ftde-12012012165404%2Fpublico%2FtianaZambranoFilomensky.pdf&ei=JtYAVbSZJMaHsQTfIHIBg&usq=AFQjCNEEnEYbdSuU6jQiUk8-TyPg5RbFthw&sig2=2X4OVfmgQme1oSmg_8QAWw&bvm=bv.87920726,d.cWc>. Acesso em: 25 out. 2014.

FILOMENSKY, T. et al. Compras Compulsivas: In: ABREU, C. N et al. **Manual Clínico dos Transtornos do Controle de Impulsos**. Porto Alegre: Artmed, p.121- 136.

GRANT, J. E. et al. Transtornos do Impulso em pacientes psiquiátricos adultos internados. **Am J Psychiatry**., v.162, n.11, p. 2184–8, fev. 2005. Disponível em:<<http://ajp.psychiatryonline.org/doi/abs/10.1176/appi.ajp.162.11.2184>>. Acesso em: 01 mar. 2015.

HODGINS, D. C.; PEDEN, N. Tratamento cognitivo e comportamental para transtornos do controle de impulsos. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, v.30, São Paulo, n.1, p. 31-40, 2008. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30s1/art05.pdf>>. Acesso em: 26 out. 2014.

JHANJEE, A. et al. Oniomania – Successful Treatment with Fluvoxamine and Cognitive-Behavioral Psychotherapy, **Delhi Psychiatry Journal** v. 13, n.1, abr. 2010. Disponível em: <<http://medind.nic.in/daa/t10/i1/daat10i1p147.pdf>>. Acesso em: 25 mar. 2015

KNAPP, P. **Terapia cognitivo-comportamental na prática psiquiátrica**. Porto Alegre: Artmed, 2004. Disponível em: <<https://books.google.com.br/books?id=UWRyYGRaCRwC&printsec=frontcover&dq=Terapia+CognitivoComportamental+na+Pr%C3%A1tica+Psiqui%C3%A1trica&hl=ptBR&sa=X&ei=sYIVa74OsupNpjtg4gP&ved=0CB0Q6AEwAA#v=onepage&q=Terapia%20CognitivoComportamental%20na%20Pr%C3%A1tica%20Psiqui%C3%A1trica&f=false>>. Acesso em: 25 mar. 2015.

LEITE, P. L. et al. **O transtorno das compras compulsivas**: propostas na construção de um modelo cognitivo-comportamental. Instituto de Psiquiatria, Universidade Federal do Rio de Janeiro, LABPR/IPUB/UFRJ. 10ª Mostra de Terapia Cognitivo-Comportamental, 2012. Disponível em: <http://www.atcrio.org.br/decima_anais.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2015.

LEITE, P. L. **Compras Compulsivas**: uma proposta de tratamento estruturado para atendimento em grupo. Universidade Federal do Rio de Janeiro. 2009. Disponível em:<http://www.atc-rio.org.br/setima_anais.pdf>. Acesso em: 15 abr. 2015.

MILTENBERGER, R. G. et al. Avaliação direta e retrospectiva dos fatores que contribuem para o comprar compulsivo. **J Behav. Ther. Exp. Psychiatry**, v. 34, n. 1, p. 1-9, 2003. Disponível em: <<http://www.scielo.br/scielo.php?script=scinlinks&ref=000094&pid=S0034-7590200400030000700034&lng=en>>. Acesso em: 14 fev. 2015.

MÜLLER, A. et al. Cognitive-behavioural group therapy versus guided self-help for compulsive buying disorder: A preliminary study. **Clinical Psychology & Psychotherapy**, v. 20, n. 1, p. 28–35, jan/fev. 2013. Disponível em: <<https://www.deepdyve.com/lp/wiley/cognitive-behavioural-group-therapy-versus-guided-self-help-for-8q4VszMxIJ>>. Acesso em: 25 abr. 2015.

PESSÔA, L. A. G. P. et al. Compradoras Compulsivas: motivações, hábitos e experiências de consumidoras do Rio de Janeiro. **V Encontro de Marketing da ANPAD**, Curitiba-PR, p. 01-16, 2012. Disponível em: <http://www.anpad.org.br/diversos/trabalhos/EMA/ema_2012/2012_EMA118.pdf>. Acesso em: 12 fev. 2015.

SCHÄFER, F. et al. Acidente Vascular Cerebral: as repercussões psíquicas a partir de um relato de caso. **Ciências & Cognição**, v. 15, n. 2, p. 202-215, jul. 2010. Disponível em: <http://www.cienciasecognicao.org/pdf/v15_2/18_202-215_m263.pdf>. Acesso em: 15 mar. 2015.

SERRA, A. M. Terapia Cognitiva e Construção do Pensamento. **Revista Psique**, Ed. Especial, São Paulo: Ed. Escala. abr., 2007. Disponível em: <www.itcbr.com/artigo_drana_tc.shtml>. Acesso em: 01 abr. 2015.

SHINOHARA, H. O. Conceituação da terapia cognitivo-comportamental. In: R. A. Banaco (Org.) **Sobre comportamento e cognição: aspectos teóricos, metodológicos e de formação em análise do comportamento e terapia cognitiva**, São Paulo: Editora Arbytes, v. 3, p. 1-5, 1997. Disponível em: <<http://abpmc.org.br/arquivos/publicacoes/14012300850591ae815c.pdf>>. Acesso em 01 abr. 2015.

SIQUEIRA, L. A. P. **O indivíduo compulsivo: uma genealogia na fronteira entre a disciplina e o controle**. PUC-São Paulo. Mestrado em Ciências Sociais. 289f., ago. 2009. Disponível em: <http://www.sapientia.pucsp.br/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=9962>. Acesso em: 11 maio 2015.

SOLOMON, M. R. **O Comportamento do Consumidor** :comprando, possuindo e sendo. São Paulo: Bookman Companhia Editora, 2002.

TAVARES, H. et al. Compras compulsivas: uma revisão e um relato de caso. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, São Paulo –SP, v. 30, n. 1, p. 16-23, jan. de 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30s1/2008art03.pdf>>. Acesso em: 19 out. 2014.

VELUDO-DE-OLIVEIRA, T. M. et al. Compra compulsiva e a influência do cartão de crédito. **Rev. adm. Empres**, Curitiba: PR, v. 44, n. 3, p. 89-99. 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rae/v44n3/v44n3a07.pdf>>. Acesso em: 25 out. 2014.

ENDEREÇO DE CORRESPONDÊNCIA

Autor Orientando:

Nome: Elke Michely Sousa

Endereço: Rua Diamantina n. 140

Telefone de contato: (38) 88055753

Email: michely3m@hotmail.com

Autor Orientador:

Nome: Arthur Siqueira de Sene

Endereço: Rua Domingos de Freitas n. 868

Telefone: (34) 9208-0527

Email: arthursene@gmail.com

DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada à fonte.

Patos de Minas, 24 de novembro de 2015

Elke Michely Sousa

Arthur Siqueira de Sene