

CURSO BACHARELADO DE PSICOLOGIA

Victor Felipe Duarte Claudiano

**Terapia de Aceitação e Compromisso em Pacientes
LGBTQIA+: A Eficácia da Flexibilidade Psicológica**

Victor Felipe Duarte Claudiano

**Terapia de Aceitação e Compromisso em Pacientes
LGBTQIA+: A Eficácia da Flexibilidade Psicológica**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Bacharelado em
Psicologia da Faculdade de Apucarana –
FAP, como requisito parcial à obtenção do
título de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof Esp. Débora Sanitá
Malaguido Pinto

Apucarana
2025

VICTOR FELIPE DUARTE CLAUDIANO

**Terapia de Aceitação e Compromisso em Pacientes
LGBTQIA+: A Eficácia da Flexibilidade Psicológica**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Bacharelado em
Psicologia da Faculdade de Apucarana –
FAP, como requisito parcial à obtenção do
título de Bacharel em Psicologia, com
nota final igual a _____, conferida
pela Banca Examinadora formada pelos
professores:

COMISSÃO EXAMINADORA

Prof
Ms. Giovana Maria Mourinho Ferreira

Prof
Esp. Débora Sanitá Malaguido Pinto

Prof
Esp. Amanda Maria de Almeida Ramalho

Apucarana, ____ de _____ de 2025

TERAPIA DE ACEITAÇÃO E COMPROMISSO EM PACIENTES LGBTQIA+: A EFICÁCIA DA FLEXIBILIDADE PSICOLÓGICA

CLAUDIANO, D. V.¹

PINTO, D. S.M²

RESUMO

O presente trabalho destaca a eficácia da Terapia de Aceitação e Compromisso em e flexibilidade psicológica em pacientes da comunidade LGBTQIA+, considerando o contexto em indivíduos que enfrentam discriminação ou estigmatização devido à sua orientação sexual, ou identidade de gênero. O presente trabalho teve como objetivo explorar como os princípios da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) podem ser aplicados para promoção da flexibilidade psicológica e aceitação de identidade, bem como, identificar os benefícios da ACT e da flexibilidade psicológica para esses indivíduos. Em relação à linha teórica, seus estudos foram fundamentados através dos tópicos: LGBT: Gênero e Sexualidade; Preconceitos e Estigmas; Psicologia: ACT; Flexibilidade Psicológica e Benefícios das Intervenções Terapêuticas. Trata-se de uma pesquisa exploratória, baseada em revisão bibliográfica sistemática, com consulta a artigos científicos e livros.

Palavras-chave: LGBTQIA+. Sexualidade e Gênero. Terapia de Aceitação e Compromisso. Flexibilidade Psicológica.

ABSTRACT

This study highlights the effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) in promoting psychological flexibility and acceptance of identity in LGBTQIA+ patients, considering the context of individuals facing discrimination or stigmatization due to their sexual orientation or gender identity. It also aims to explore how the principles of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) can be applied to promote psychological flexibility and identity acceptance, as well as to identify the benefits of

¹ Victor Felipe Duarte Claudiano. Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025. Contato: claudiano.victor@gmail.com

² Débora Sanitá Malaguido Pinto. Orientadora da pesquisa. Docente do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025. Contato: deborasma@email.com.br

ACT and psychological flexibility for these individuals. Theoretically, the study was based on the following topics: LGBT: Gender and Sexuality; Prejudice and Stigma; Psychology: ACT; Psychological Flexibility and Benefits of Therapeutic Interventions. This is exploratory research, based on a systematic literature review of scientific articles and books.

Keywords: LGBTQIA+. Sexuality and Gender. Acceptance and Commitment Therapy. Psychological Flexibility.

INTRODUÇÃO

Este trabalho investiga a aplicação da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) na população LGBTQIA+, com foco no conceito de flexibilidade psicológica. Segundo Hayes (2021), a ACT é uma abordagem comportamental contextual que considera as funções dos fenômenos psicológicos, utilizando estratégias para promover mudanças e ações alinhadas com os valores individuais.

O texto fundamenta que o sofrimento dessa população está intimamente ligado ao contexto social de opressão, heteronormatividade (Louro, 1997) e preconceito (Costa e Borrilo, 2012). A ACT é apresentada como uma abordagem inovadora para ajudar indivíduos a desenvolverem flexibilidade psicológica, lidando com o sofrimento adaptativamente, promovendo resiliência e autoaceitação, e reduzindo sintomas de ansiedade e depressão. É crucial que essas intervenções sejam aplicadas de forma afirmativa, evitando a patologização das identidades (Stitt, 2022).

O objetivo principal do estudo é explorar como os princípios da ACT podem promover a flexibilidade psicológica e a aceitação da identidade em indivíduos LGBTQIA+ que enfrentam discriminação. Para isso, busca-se: investigar a relação entre flexibilidade psicológica e aceitação da identidade sexual; avaliar a eficácia de intervenções baseadas na ACT na redução de conflitos internos; e descrever os benefícios dessa flexibilidade para a saúde mental e qualidade de vida dessa população. A justificativa reside na urgência de discutir estratégias para promover a saúde mental dessa comunidade e no potencial do estudo para enriquecer a literatura acadêmica sobre o tema.

METODOLOGIA

O estudo adota uma abordagem qualitativa, fundamentada em revisão de literatura integrativa, buscando sintetizar e integrar o conhecimento disponível sobre o tema. A pesquisa baseou-se em uma revisão bibliográfica sistemática, seguindo as seguintes etapas: foram consultadas bases de dados científicas como SciELO e Google Acadêmico, além de livros especializados em psicologia, análise do comportamento e estudos sobre gênero e sexualidade. Critérios de inclusão: Artigos e livros publicados, entre o período de 1997 à 2025; estudos que abordem ACT e flexibilidade psicológica; pesquisas relacionadas à saúde mental da população LGBTQIA+; materiais em português, inglês ou espanhol. Critério de exclusão: Trabalhos que não abordassem diretamente ACT ou a comunidade LGBTQIA+; Fontes sem revisão por pares (exceto livros acadêmicos).

Os materiais selecionados foram organizados por categorias temáticas, conforme os eixos teóricos do estudo: LGBT: Gênero e Sexualidade; Preconceitos e Estigmas; Psicologia: ACT; Flexibilidade Psicológica; Benefícios das Intervenções Terapêuticas. A coleta de dados foi realizada por meio de fichamento e análise de conteúdo, permitindo a identificação de padrões e discussões recorrentes na literatura.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

LGBTQIA+: Gênero e Sexualidade

O gênero não se limita ao sexo biológico, mas é uma construção dinâmica que envolve identidade de gênero (como a pessoa se percebe), expressão de gênero (como ela se apresenta socialmente) e papéis de gênero (expectativas culturais). “Pensar que só existem duas identidades de gênero é uma operação que exclui outras formas com as quais muitas pessoas se identificam na atualidade” (Colling, 2018, p. 37). Enquanto o gênero refere-se às construções sociais e identitárias associadas aos papéis masculinos e femininos, a sexualidade abrange as dimensões afetivas, comportamentais e identitárias relacionadas ao desejo e à orientação sexual. A psicologia enfatiza que a identidade de gênero pode ser concordante ou não com o sexo atribuído ao nascimento, como pessoas transgênero (Louro, 1997).

Ainda consoante o autor, quando se refere a sexualidade, trata-se como um aspecto fundamental do desenvolvimento humano, envolvendo orientação sexual (atração afetivo-sexual), comportamento sexual e identidade sexual. Jeffrey Weeks (1993, p. 6) *apud* Louro (1997, p. 9) afirma inúmeras vezes que "a sexualidade tem tanto a ver com as palavras, as imagens, o ritual e a fantasia como com o corpo". Compreende-se, que a expressão livre e saudável da sexualidade é essencial para o bem-estar emocional e físico dos indivíduos, especialmente o público LGBTQIA+.

Segundo Colling (2018), as agências de controle são grupos que exercem influência sobre seus membros por meio de reforço e punição, moldando comportamentos de acordo com normas e valores estabelecidos. De acordo com Colling (2018, p. 29) "a sexualidade está sob tentativa de captura arbitrária da lente das/os cientistas e de outras agências de controle". Em resumo, estas agências de controle desempenham um papel significativo na regulação da sexualidade, influenciando o comportamento sexual mediante normas e sanções. A teoria *queer*, que começou a ser desenvolvida, no final dos anos de 1980, contribui para a desconstrução de normas rígidas, enfatizando a fluidez das identidades.

Na proposta queer, o conceito de gênero é reposicionado, rejeitando, categoricamente, a unicidade da diferença sexual e a ideia essencializante de "mulher" enquanto possibilidade analítica para a teoria feminista, entendendo que a identidade sexual é, também, uma construção sócio-histórica, política e discursiva, não tendo nada de fixo, estável e definitivo. (Borges, 2014, p.284)

O pensamento, dentro dos estudos queer, foi formado por grupos de pesquisadores e ativistas bastante diversificados nos Estados Unidos. (Colling 2018, p.25). Segundo Cortella (2022, p. 100) "a linguagem acompanha os movimentos que acontecem na sociedade. Se nós atualizamos programas e aplicativos, por que não atualizarmos nossos modos de relação?". O filósofo e educador, nos faz refletir sobre como o preconceito reduz a nossa capacidade de conviver, de pensar, de fazer melhor, de inovar e de partilhar.

Em conclusão, discutir gênero e sexualidade é essencial tanto para a compreensão dos processos comportamentais, quanto para a promoção de práticas terapêuticas respeitosas e não patologizantes. A psicologia tem o dever de abordar gênero e sexualidade com rigor científico e ético, reconhecendo a diversidade como parte da experiência humana. (Brasil, 2020)

Preconceitos e Estigmas

Para Dias & Gonzaga, (p. 7, 2023) “A LGBTQIA+fobia se constrói em uma trama de várias discursividades que partem de lugares enunciativos próprios e se encontram em um ponto em comum”. Embora existam leis de proteção a discriminação pela orientação sexual, no período de 2002 a 2016, houveram 3.100 homicídios contra indivíduos LGBTQIA+ no Brasil (Mendes & Silva, 2020).

O preconceito e o estigma, direcionados à comunidade LGBTQIA+ são fenômenos complexos, enraizados em estruturas sociais, culturais e históricas que perpetuam normas heteronormativas e cisgêneras (Costa & Borrillo, 2012). Segundo Allport (1954) *apud* Manuel, Silva e Oliveira (2015, p. 1) o preconceito “é uma atitude hostil ou preventiva a uma pessoa que pertence a um grupo, simplesmente porque pertence a esse grupo, supondo-se, portanto, que possui as características contestáveis atribuídas a esse grupo”. De acordo com Manuel, Silva e Oliveira (2015, p.3) o preconceito surge “no seio familiar ou na convivência com outras crianças pertencentes a grupos distintos, já na terceira infância, através da observação, imitação de modelos e com reprodução de comportamentos hostis e agressivos”.

De acordo com Cravo, Almeida-Verdu & Costa-Junior, 2022, as agências de controle social, como a mídia, as instituições religiosas e o Estado, desempenham um papel fundamental na moldagem desses preconceitos. Por meio de discursos normativos e práticas institucionais, essas agências reforçam estereótipos que associam a diversidade sexual e de gênero a desvios ou patologias.

Agências de Controle, como Família, Estado, Igreja, Ciência, Economia, Psicoterapia e outras, podem planejar contingências de reforçamento específicas para a manutenção e/ou supressão de comportamentos atribuídos às categorias masculino e feminino (Cravo; Almeida-Verdu; Costa-Junior, 2022, p. 250).

Concordante com Cravo; Almeida-Verdu e Costa-Junior (2022), os autores Manuel, Silva e Oliveira (2015, p.3) reiteram em seu artigo, por meio de uma revisão bibliográfica “[...] entendeu-se que o preconceito puro e simples surge no seio familiar ou na convivência com outras crianças pertencentes a grupos distintos [...]”, concordante com modelos de comportamentos hostis e agressivos no ambiente no qual o indivíduo é formado. Para Cortella (2022, p. 43), há uma diferença em “falar de” e “falar sobre”, segundo o autor “eu não consigo ‘falar de’ racismo porque nunca

fui vítima de preconceito racial [...]”, sendo sua descendência de europeus, no entanto, Cortella (2022, p. 43) afirma que “[...] posso falar sobre desigualdades de gêneros sobre como as mulheres padecem em sociedade patriarcais como a nossa [...]”. O autor faz pensar sobre a importância de falar sobre, mesmo não tendo vivências ou sofrido discriminação.

A luz da psicologia analítica-comportamental, estes posicionamentos e falas discriminatórias, tornam-se contingências de reforçamento para indivíduos que não compreendem a diversidade sexual e de gênero. A psicologia crítica aponta que a patologização histórica da homossexualidade, por exemplo, mesmo após sua retirada dos manuais diagnósticos, deixou um legado de marginalização que ainda persiste no imaginário coletivo (Conselho Federal de Psicologia, 2018).

De acordo com Silva Junior; Silva e Dias (2025, p. 6083) “a exclusão social e a violência física são formas de preconceito que afetam diretamente a saúde mental da população LGBT+”, o preconceito contra a população LGBTQIA+ exerce impactos profundos e duradouros na saúde mental desses indivíduos, afetando sua autoestima, suas relações interpessoais e sua saúde mental. A violência, tanto física quanto verbal, a exclusão social e a dificuldade de acesso a serviços de saúde adequados contribuem para o aumento de distúrbios mentais. Portanto, para a comunidade LGBTQIA+, que frequentemente enfrenta rejeição social, discriminação e internalização de estigmas, a ACT é como uma ferramenta poderosa no desenvolvimento de resiliência emocional e na construção de uma vida significativa, apesar das adversidades (Dias & Gonzaga, 2023).

Psicologia: ACT

A Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) é uma abordagem terapêutica, que enfatiza a flexibilidade psicológica como processo central para a promoção de bem-estar (Hayes; Strosahl; Wilson, 2021, p.18). A ACT tem sido aplicada como uma ferramenta eficaz no manejo de sofrimentos relacionados a estigma, discriminação e minorias sociais, incluindo a população LGBTQIA+ (Mendes, 2020). Conforme a Análise do Comportamento e Hayes (2021, p. 16), a ACT trabalha com processos como aceitação, defusão cognitiva e ação comprometida, auxiliando os indivíduos a lidarem com pensamentos e emoções difíceis sem os evitar, mas sim realinhando suas ações conforme seus valores pessoais.

A Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) é uma modalidade terapêutica que pode ser especialmente transformadora para a comunidade LGBTQIA+, grupo que frequentemente afetados pela dor psicológica através da linguagem (Hayes; Strosahl; Wilson, 2021, p. 14). Segundo Hayes (2021, p. 14) “não é possível eliminar o sofrimento eliminando a dor.” A ACT não busca eliminar diretamente a dor emocional, mas sim ensinar habilidades psicológicas para lidar com ela de forma mais flexível e comprometida com uma vida significativa (Hayes; Strosahl e Wilson, 2012). A ACT é uma abordagem eficaz para diversos transtornos psicológicos e contextos clínicos, promovendo flexibilidade psicológica, permitindo que as pessoas vivam de maneira mais plena e significativa, mesmo diante de desafios emocionais e físicos.

Para pacientes LGBTQIA+, que frequentemente enfrentam rejeição social, internalização de preconceito, a ACT oferece estratégias para reduzir a evitação experiencial e promover uma vida mais significativa (Mello & Peres, 2021). Ademais, a ACT não busca modificar orientação sexual ou identidade de gênero, mas sim, auxiliar no processo de autoafirmação, diferenciando-se de terapias tradicionais que historicamente patologizaram essas vivências. De acordo com Barbosa & Murda (2015, p.143), “as contribuições e o reconhecimento atual da ACT representam bons frutos do contextualismo”, ou seja, intervenções que cultivam a flexibilidade psicológica são eficazes em contextos clínicos, destacando-se como um modelo terapêutico.

Por fim, quanto maior a flexibilidade psicológica, maior a resiliência emocional e a capacidade de viver uma vida mais significativa, sem fugir de experiências desafiadoras. Segundo Hayes; Strosahl e Wilson. (2021, p. 49) “um contexto literal para a solução de problemas não é o único contexto disponível no qual podem ocorrer processos verbais/cognitivos [...]”. Ainda consoante o autor, seus benefícios são respaldados por uma crescente base de evidências, tornando-a uma ferramenta valiosa tanto na clínica psicológica quanto em outros contextos, como saúde ocupacional e reabilitação.

Flexibilidade Psicológica

Segundo Hayes (2021) a flexibilidade psicológica se define como a capacidade de entrar em contato com o momento presente e as experiências internas, permitindo que os indivíduos persistam ou alterem a busca de objetivos e

valores pessoais segundo o contexto. O objetivo de apresentar este modelo é fornecer subsídios aos profissionais e estudantes da área para permitirem que questões clinicamente importantes sejam investigadas.

O modelo de flexibilidade psicológica subjacente à ACT está focado em um conjunto limitado de processos coerentemente relacionados que contribuem para a adaptabilidade humana, o seu oposto a, psicopatologia e sofrimento humano (Hayes, Strosahl; Wilson, 2021, p. 48).

O conceito central da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) tem sido amplamente estudada no contexto brasileiro, com pesquisas demonstrando sua eficácia em diferentes populações. De acordo com Hayes (2021) a flexibilidade psicológica pode ser entendida como a capacidade de manter contato com o momento presente conscientemente, aceitando experiências internas desafiadoras enquanto se mantém alinhado a valores pessoais. Esse constructo tem se mostrado particularmente relevante no tratamento de transtornos mentais no Brasil, nas quais as abordagens contextual-comportamentais vêm ganhando espaço na prática clínica (Hayes; Strosahl; Wilson, 2021).

A flexibilidade psicológica trata-se de um modelo unificado do funcionamento e da adaptabilidade humana apresentado no ambiente clínico, que pode ser utilizado como uma estratégia de adaptação do indivíduo a determinada situação. Em contrapartida, a rigidez psicológica é vista como um modelo de psicopatologia, uma causa essencial do sofrimento humano e do funcionamento mal adaptativo (Hayes; Strosahl; Wilson, 2021).

Ainda segundo o autor, a flexibilidade psicológica envolve a capacidade de entrar em contato com o momento presente sem defesas, observando pensamentos, emoções e sensações físicas sem precisar fugir deles. Desse modo, trata-se de uma habilidade fundamental que permite aos indivíduos responder à sua própria experiência interna de maneira adaptativa. A ACT enfatiza que a rigidez psicológica, o oposto da flexibilidade, está na raiz de muitos sofrimentos humanos, enquanto a habilidade de se relacionar de forma aberta e adaptativa com pensamentos e emoções promove bem-estar (Hayes; Strosahl; Wilson, 2021).

A Terapia de Aceitação e Compromisso é uma forte ferramenta dentro das abordagens comportamentais, que não só direciona a descoberta dos determinantes da infelicidade, mas ensina métodos para enfrentá-los e construir modos mais assertivos de lidar com esses eventos (Lopes; Wendland; Jorge, 2021, p. 25).

A ACT e a flexibilidade psicológica promovem qualidade de vida, autonomia e bem-estar, especialmente para pessoas em situações de vulnerabilidade. Seus princípios e sua abordagem humanizada e focada em valores pessoais, a torna uma ferramenta poderosa no contexto clínico, educacional e organizacional. De acordo com Hayes (2021), essa modalidade terapêutica é percebida como uma abordagem focada em processos, uma vez que prioriza processos clínicos bem definidos e funcionais, que visam promover mudanças significativas no contexto em que ocorrem, adaptando-se às necessidades específicas de cada situação.

Segundo Hayes (2021, p. 49), “o modelo de flexibilidade psicológica é indutivo em sua natureza e está associado a processos humanos básicos derivados na maioria da ciência de laboratório”. Em conformidade, Hayes (2021) em sua obra apontar que a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) emprega a aceitação, a atenção plena, o compromisso e a ativação comportamental como ferramentas essenciais para promover a flexibilidade psicológica. Essas práticas trabalham em conjunto para auxiliar os indivíduos a desenvolverem uma maior capacidade de adaptação e resiliência diante dos desafios da vida.

Em suma, Hayes; Strosahl; Wilson, 2021(2021, p. 53), aponta que “o propósito de explicar o modelo, em primeiro lugar, é fornecer aos profissionais interessados e aos praticantes da clínica uma estrutura que questões clinicamente importantes sejam investigadas [...]” expondo uma série de benefícios para a saúde mental, relacionamentos e qualidade de vida. Quanto maior essa capacidade, melhor a pessoa consegue lidar com desafios, emoções difíceis e mudanças. Para consumir, Hayes (2021, p. 112) afirma que “O objetivo não é ‘consertar’ as pessoas, mas fortalecê-las”, sendo assim proporcionando maior grau de flexibilidade psicológica no indivíduo.

Benefícios das Intervenções Terapêuticas

As intervenções terapêuticas para a comunidade LGBTQIA+ oferecem benefícios significativos, especialmente quando falamos da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) e a Análise do Comportamento (Monteiro, et al. 2025). Essas modalidades terapêuticas focam em melhorar a flexibilidade psicológica e reduzir padrões rígidos de pensamento, fundamental para lidar com desafios únicos enfrentados por essa população “[...] com o auxílio da Terapia de Aceitação e Compromisso, o indivíduo compreende que a felicidade não é um bem eterno [...]”

(Lopes; Wendland; Jorge, 2021, p. 25). Ainda de acordo com o autor, a ACT, destaca que todos os aspectos da vida de uma pessoa, tanto os positivos quanto os negativos, podem coexistir dentro dela. Ao invés de lutar por um controle constante, ela nos convida a considerar que a aceitação das adversidades e dos sentimentos que elas despertam pode ser um caminho poderoso para uma vida mais autêntica e feliz.

Nesse sentido, de acordo com Fonseca & Ferraz (2024, p.23), “a ACT capacita os indivíduos com habilidades essenciais para enfrentar situações e sensações desafiadoras [...]”. Abordagens como a ACT oferecem ferramentas valiosas para transformar desafios sociais em crescimento pessoal, priorizando a autenticidade e a adaptação psicológica. A combinação de validação identitária e técnicas comportamentais mostra-se particularmente eficaz para romper ciclos de rigidez mental associados à marginalização.

Um estudo apontou que “a flexibilidade psicológica desempenha um papel fundamental na prevenção do suicídio, proporcionando abertura, clareza de propósitos e autoaceitação” (Fonseca & Ferraz, 2024, p.23). O desenvolvimento dessas habilidades, combinado ao estabelecimento de um contato significativo, pode gerar impactos duradouros, constituindo-se em uma estratégia eficaz para abordar e prevenir o suicídio, ao promover resiliência e apoio contínuo.

Ao focar na despatologização das identidades e no respeito incondicional, essa abordagem ajuda a construir uma identidade positiva e resiliente. Segundo Hayes (2021) por meio de intervenções terapêuticas eficazes, as técnicas da ACT são fundamentais para auxiliar os indivíduos a desenvolverem flexibilidade psicológica, reduzir o sofrimento psicológico e melhorar a qualidade de vida, ao promover uma relação mais autêntica e saudável com seus pensamentos, emoções e valores.

Por meio de intervenções dessa abordagem, que incluem práticas de *mindfulness*, o uso de metáforas, a aplicação de escalas e questionários, bem como exercícios experienciais, as pessoas passam a compreender que a felicidade não é uma condição estática (Fonseca & Ferraz, 2024, p.23).

Por fim, de acordo com Barbosa e Murta (2014, p.143) “As contribuições e o reconhecimento atual da ACT representam bons frutos do contextualismo.” Ao promover a aceitação, a ACT ajuda a fortalecer a autoaceitação e a resiliência diante

de desafios sociais e emocionais, principalmente em indivíduos da comunidade LGBTQIA+, considerando todo o contexto social.

CONCLUSÃO

Conclui-se que a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) mostra-se especialmente eficaz para a população LGBTQIA+, promovendo a redução de ansiedade, depressão e estresse de minoria ao intervir nos processos verbais que sustentam a rigidez psicológica. Enquanto abordagem comportamental contextual, a ACT favorece a aceitação em lugar da evitação experiencial e possibilita que indivíduos direcionem suas ações de forma alinhada a valores pessoais, ampliando repertórios comportamentais mais adaptativos. Dessa forma, evita-se a patologização das identidades LGBTQIA+, destacando a importância de considerar as relações funcionais entre comportamento e contexto sociocultural. Em síntese, a ACT apresenta-se como uma intervenção transformadora, capaz de favorecer maior flexibilidade psicológica e engajamento em ações significativas, mesmo diante de adversidades persistentes.

REFERÊNCIAS

- BARBOSA, L. M.; MURTA, S. G. **Terapia de aceitação e compromisso: história, fundamentos, modelo e evidências**. Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva, [S. l.], v. 16, n. 3, p. 34–49, 2015. Disponível em: <https://rbtcc.com.br/RBTCC/article/view/71>. Acesso em: 26 fev. 2025.
- BRASIL. Conselho Nacional de Justiça (CNJ). Resolução n.º 8, de 7 de julho de 2020. **Estabelece normas de exercício profissional da psicologia em relação às violências de gênero**. Diário Oficial da União, Brasília–DF, seção 1, p. 45, 7 jul. 2020.
- BORGES, L. S.. **Feminismos, teoria queer e psicologia social crítica: (re)contando histórias....** Psicologia & Sociedade, v. 26, n. 2, p. 280–289, maio 2014.
- COLLING, Leandro. **Gênero e sexualidade na atualidade**. 2018. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/30887>. Acesso em: 24 mar. 2025.
- CORTELLA, Mario Sergio. **Ser humano é ser junto!: por uma vida sem preconceito e com diversidade**. São Paulo: Planeta, 2022.
- COSTA, Daniela Marcia Caixeta. BORRILLO, Daniel. **Homofobia: história e crítica de um preconceito**. Revista Estudos Feministas, [S. l.], v. 20, n. 2, p. 585-587, 2012.
- CRAVO, F. A. M.; ALMEIDA-VERDU, A. C. M.; COSTA-JUNIOR, F. M. **Revisão de literatura da produção analítico-comportamental nacional sobre gênero e**

sexualidade. Perspectivas em Análise do Comportamento, [S. l.], v. 13, n. 2, p. 247–265, 2022. Disponível em: <https://revistaperspectivas.org/perspectivas/article/view/924>. Acesso em: 28 mar. 2025.

DIAS, G. L. B.; GONZAGA, P. R. B. **A Psicologia no “Vale”: da patologização na práxis psicológica à implicação política sobre os direitos da comunidade LGBTQIA+.** *Mosaico: Estudos em Psicologia*, Belo Horizonte, Brasil, v. 11, n. 1, p. 4–24, 2023. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/mosaico/article/view/37536>. Acesso em: 3 abr. 2025.

FONSECA, B. A. D.; FERRAZ, T. C. P. **Terapia de Aceitação e Compromisso: Flexibilidade Psicológica como Possibilidade de Prevenção ao Suicídio.** *Cadernos De Psicologia*, Local de Publicação, v. 6, n. 10 (2024). Disponível em: <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/4278/3187>. Acesso em: 26 fev. 2025.

HAYES, S. C.; STROSAHL, K. D.; WILSON, K. G. **Terapia de Aceitação e Compromisso: o Processo e a Prática da Mudança Consciente.** Porto Alegre, Artmed; 2ª edição, 2021.

Lopes, G. F. E., Wendland, C. S., & Jorge, C. C. (2021). **Análise do comportamento e a felicidade: contribuições da terapia de aceitação e compromisso para o manejo clínico do comportamento privado.** *Akrópolis-Revista de Ciências Humanas da UNIPAR*, 29(1).

LOURO, Guacira Lopes. **Gênero, sexualidade e educação.** Petrópolis: vozes, 1997.

MANUEL, D. F. P.; Silva, M. V.; & de Oliveira, R. F. T. (2015). **A origem do preconceito.** *Revista Científica Universitas*, 3(2).

MELLO, R. P.; PERES, R. S. **Terapias comportamentais de terceira geração e população LGBTQIA+: uma revisão de literatura.** *Psicologia: Teoria e Prática*, v. 23, n. 2, p. 1-15, 2021. Disponível em: https://www.sinopsyseditora.com.br/upload/produtos_pdf/370.pdf?srsltid=AfmBOoqydaOhbJPF5BMZTX6mpBXk5JzmdBEbn35dNz6N0z0FeDLEK9IY. Acesso em: 31 mar. 2025.

MENDES, W. G.; SILVA, C. M. F. P. DA. **Homicídios da População de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis, Transexuais ou Transgêneros (LGBT) no Brasil: uma Análise Espacial.** *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 5, p. 1709–1722, maio 2020.

MONTEIRO, Erika Pizzolo et al. **Terapia de Aceitação e compromisso (ACT) e estigma: revisão narrativa.** *Rev. bras.ter. cogn.*, Rio de Janeiro, v. 11, n. 1, p. 25-31, jun. 2015.

SILVA JUNIOR, Valdir Barbosa da; SILVA, Weider Ferreira da; MOTA, Simone Fraga. **Saúde mental da população LGBT+ e os impactos do preconceito: uma revisão bibliográfica.** *ARACÊ*, [S. l.], v. 7, n. 2, p. 6083–6097, 2025. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/3242>. Acesso em: 29 mar. 2025.

STITT, A. **Of Parades and Protestors: LGBTQ + Affirmative Acceptance and Commitment Therapy.** *Journal of LGBTQ Issues in Counseling*. 2022. Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/365035493_Of_Parades_and_Protestors_LGBTQ_Affirmative_Acceptance_and_Commitment_Therapy. Acesso em: 24 mar. 2025.