perspectivas
em análise do comportamento
ISSN 2177-3548
instituto par
ciências do comportamento
www.revistaperspectivas.org

# Por que homem não chora? Uma perspectiva comportamental-contextual dos impactos da masculinidade na intimidade interpessoal

## Why Do Men Not Cry? A Behavioral-Contextual Perspective on the Impacts of Masculinity on Interpersonal Intimacy

**Gustavo Foz Fonseca**[1], **Alex Eduardo Gallo**[1]

[1] Universidade Estadual de Londrina | **Título abreviado**: Impactos da masculinidade na intimidade | **Endereço para correspondência:** | **Email**: | **doi**: 10.18761/PAC_118925

**Resumo:** Na cultura ocidental contemporânea, os processos de socialização masculina tendem a promover um modelo normativo que estabelece hierarquias de valor e autoridade entre homens, reforçando relações assimétricas de poder, na medida em que legitima diferentes formas de violências. Embora proporcione acesso a determinados privilégios sociais e simbólicos, comportar-se de acordo com o modelo hegemônico de masculinidade também acarreta consequências psicológicas e sociais adversas para os próprios homens. A supressão sistemática de respostas emocionais vulneráveis e a dificuldade no estabelecimento de relações íntimas constituem algumas dessas consequências diretamente observáveis. Neste sentido, o presente trabalho procurou descrever o impacto das normas de masculinidade na construção de vínculos íntimos e suas possíveis consequências para a saúde mental dos homens. Com base em uma perspectiva comportamental-contextual, delimitamos o conceito de masculinidade e descrevemos funcionalmente a intimidade em relacionamentos sociais. Ao propor uma compreensão teórica inicial do fenômeno, espera-se que este trabalho contribua para a direção de novas pesquisas e a promoção de diferentes maneiras de vivenciar a masculinidade.

**Keywords:** Masculinidade Hegemônica, Intimidade e Análise do Comportamento

**Abstract:** In contemporary Western culture, male socialization processes tend to promote a normative model that establishes hierarchies of value and authority among men, reinforcing asymmetrical power relations as it legitimizes different forms of violence. Although this model provides access to certain social and symbolic privileges, conforming to hegemonic masculinity also brings adverse psychological and social consequences for men themselves. The systematic suppression of vulnerable emotional responses and the difficulty in establishing intimate relationships are among its most directly observable outcomes. In this sense, the present study sought to describe the impact of masculinity norms on the development of intimate bonds and their possible consequences for men's mental health. From a behavioral-contextual perspective, we delineate the concept of masculinity and functionally characterize intimacy in social relationships. By offering an initial theoretical account of the phenomenon, we expect this work to contribute to guiding future research and to promoting alternative ways of experiencing masculinity.

**Palavras-chave:** Hegemonic Masculinity, Intimacy, Behavior Analysis

Homens devem ser fortes, inquebrantáveis, capazes de prover financeiramente e, sem dúvida, devem estar sempre prontos a desempenhar sexualmente. Na cultura ocidental, estas são características que refletem o que há de fundamental e identitário na masculinidade (Zanello, 2018). Nesta perspectiva, expressar-se emocionalmente é uma qualidade feminina, atribuída à natureza emotiva, própria das mulheres, enquanto aos homens, é cedida a racionalidade e o controle emocional (Connell, 2005). Sem dúvida, determinados aspectos desse modelo normativo contribuem para a manutenção de práticas violentas causadas por homens a populações minoritárias. Ainda assim, os próprios homens que reproduzem o ideal normativo de masculinidade também experimentam seus efeitos deletérios.

O modelo atual de masculinidade estabelece normas de comportamento aos homens que se relacionam e explicam dados epidemiológicos socialmente relevantes. Os homens lideram as taxas de mortalidade por violência, lesões autoprovocadas intencionalmente, agressões e acidentes envolvendo armas (Ministério da Saúde [MS], 2024). Problemas relacionados ao uso de substâncias psicoativas, incluindo dependência química, encarceramento em massa e baixa frequência de comportamentos de autocuidado, bem como transtornos psiquiátricos caracterizados por comportamentos externalizantes, como violência, também são mais frequentes em homens do que em mulheres (Associação Americana de Psicologia [APA], 2018).

Fenômenos sociais complexos, como o suicídio, também são atravessados por questões de gênero. Nos homens, tentativas de seguir indiscriminadamente as normas culturais de masculinidade aumentam o risco de suicídio em 96% dos casos (Bennett et al., 2023). Isto pode indicar porque a expectativa de vida dos homens é menor do que a das mulheres, no mundo como um todo, e particularmente no Brasil (Bennett et al., 2023; MS, 2024). Embora o foco deste trabalho seja o contexto ocidental, é importante destacar que as normas de masculinidade representam um fenômeno global e culturalmente plural, que ocorre com variações contextuais, mas cujas funções são amplamente compartilhadas (Connell, 2005).

Em termos comportamentais, insensibilidade às contingências naturais, déficit na variabilidade comportamental, supressão de respostas emocionais vulneráveis, esquiva experiencial e dificuldades no estabelecimento de relações interpessoais íntimas tendem a ser efeito das tentativas de comportar-se de acordo com os ideais de masculinidade (Kuch & Dittrich, 2023). Relações íntimas são um preditor importante de saúde mental e a falta delas, seja em relacionamentos de amizades, relações familiares ou românticas, tem sido associada a intenso sofrimento emocional (Tsai et al., 2009).

Nas últimas décadas, houve um aumento significativo na preocupação de organizações governamentais a respeito da chamada "epidemia de solidão". Em 2023 a Organização Mundial da Saúde, a OMS, criou uma comissão internacional para a Conexão Social. Países como Japão, ou aqueles que compõem o Reino Unido, também criaram cargos governamentais específicos para este tema. Isto porque tem sido cada vez mais evidente que a qualidade das relações sociais exerce impacto direto e mensurável sobre indicadores de saúde pública (Holt-Lunstad, 2022).

Relações sociais caracterizadas por intimidade reduzem o nível de estresse, promovem resiliência e previnem as consequências negativas da solidão. Indivíduos com relações sociais íntimas relatam maior satisfação com a vida e apresentam menor incidência de problemas psicológicos (Waldinger & Schulz, 2023). Diferentes transtornos psiquiátricos, como Transtorno Depressivo Maior, transtornos alimentares e transtornos de personalidade, foram relacionados à ausência de intimidade em relacionamentos interpessoais (Wetternick & Hack, 2012). Também há correlação entre dificuldades no estabelecimento de relações íntimas e vício em internet (Lyvers et al., 2016) ou mesmo violência sexual de homens contra mulheres (Martin & Tardif, 2014; Neilson et al., 2022).

As dificuldades de intimidade nos relacionamentos sociais têm sido cada vez mais reconhecidas como uma questão de saúde que deveria considerar as relações de gênero vigentes para a construção de pesquisas e diretrizes clínicas (McKenzie et al., 2018; Holt-Lunstad, 2022). Apesar disto, a literatura científica a respeito dos potenciais efeitos das normas de masculinidade no desenvolvimento de repertórios necessários à construção de relacionamentos íntimos nos homens, especialmente no

campo das Ciências Comportamentais, ainda nos parece limitada (Neilson & Mainland, 2025).

Assim, este estudo tem como objetivo descrever as relações entre os padrões de masculinidade na cultura ocidental e seus impactos no estabelecimento de relações íntimas, tendo em vista os possíveis efeitos dessa relação para a saúde mental dos homens. Inicialmente apresentamos um breve panorama acerca das discussões sobre as masculinidades e Análise do Comportamento, em seguida caracterizamos a propriedade de intimidade em relacionamentos sociais e, por fim, traçamos articulações entre os temas e identificamos possíveis caminhos e diretrizes clínicas.

## Masculinidade Hegemônica e Análise do Comportamento

As discussões acerca das masculinidades são recentes nos estudos de gênero. Os questionamentos sistemáticos sobre as masculinidades emergiram historicamente a partir do movimento feminista. A mudança na compreensão do gênero, o surgimento de abordagens disciplinares, como a clínica, as teorias do papel sexual, o desenvolvimento das Ciências Sociais entre outros, agiram como catalisador das discussões de gênero e, portanto, também das masculinidades (Connell, 2005; Zanello, 2018). Uma contribuição significativa no campo foi a da socióloga australiana Raewyn Connell. Segundo ela, "masculinidade" não é uma categoria fixa e imutável, mas um conjunto de práticas moldadas por relações de gênero culturalmente definidas (Connell, 2005).

Relações de gênero, por sua vez, são históricas e políticas. Ser homem, neste sentido, é ser constituído por fatores como tempo histórico, classe, raça, orientação sexual, entre outros marcadores sociais. Nesta perspectiva, não há apenas uma masculinidade, mas diversas masculinidades, produto das diferentes configurações dos marcadores sociais (Connell & Messerschmidt, 2013). Neste contexto, haveria também relações plurais e hierárquicas dentre as masculinidades. A atual configuração cultural coloca em relevo um conjunto de práticas que a autora denominou de masculinidade hegemônica (Connell, 2005).

A masculinidade hegemônica é um modelo normativo que estabelece relações hierárquicas de valor e autoridade entre os homens, reforçando assimetrias de poder, na medida em que também legitima o patriarcado e a subordinação das mulheres (Connell, 2005). O termo "hegemônica" refere-se não à frequência empírica, mas ao poder de orientar imperativamente o comportamento. A violência, a heterossexualidade, a atitude defensiva frente à vulnerabilidade emocional e a desqualificação do feminino são aspectos característicos da masculinidade hegemônica. A afirmação da própria masculinidade, como demonstrar virilidade, coragem e autossuficiência, unido à exigência da alta frequência de desempenho sexual, também fazem parte do modelo hegemônico (Zanello, 2018).

Alinhado a esta perspectiva, também pesquisadores dentro da Análise do Comportamento no Brasil têm buscado dialogar com o trabalho de Connell para propor interpretações analítico-comportamentais do fenômeno das masculinidades (e.g., Valério et al., 2022; Souza, 2022; Kuch & Dittrich, 2023; 2024). Partindo do modelo de seleção pelas consequências (Skinner, 1981), Silva e Laurenti (2016) destacam que, de modo similar à compreensão de Connell (2005), há um papel histórico e contingente no conceito de gênero. Para elas, gênero é um padrão de comportamento considerado típico de homens e mulheres em uma determinada cultura. A partir disto, em uma perspectiva comportamental, masculinidade não faz parte de uma essência inerente a todos os homens, mas é repertório comportamental selecionado a partir de suas consequências.

A masculinidade hegemônica, nesta perspectiva, pode ser compreendida como uma ampla classe de respostas operantes, produto da socialização de homens e meninos, que são consequenciadas diferencialmente em função das práticas culturais de um determinado grupo social (Valério et al., 2022). É o conjunto de contingências de reforçamento dispostas pelo grupo, possivelmente formuladas e mantidas por meio de regras (Skinner, 1971) que estabelece o controle ético do comportamento dos indivíduos. A cultura exerce controle sobre padrões de comportamento considerados desejáveis e/ou reprováveis, "certos" e "errados".

Como destacado por Skinner (1953/2003), nos seres humanos, o controle exercido pelo grupo

acontece, principalmente, por meio da classificação moral do comportamento. Os reforçadores generalizados "certo", "errado", "bom" e "mau", aliados a estímulos condicionais e incondicionais, como elogios, carinhos, repreensões e censuras, funcionam como instrumentos culturais de controle do comportamento individual (Skinner, 1953/2003). É o grupo social que estabelece o contexto para a emissão das respostas e determina quais delas serão reforçadas e quais serão punidas. Por isso, determinadas respostas de homens e meninos são socialmente reforçadas somente se estiverem de acordo com as expectativas culturais de gênero. Respostas incompatíveis com o modelo normativo tendem a diminuir de frequência porque, ou não estão sendo reforçadas, ou estão sendo punidas.

O controle por regras, a modelagem e a modelação são os processos comportamentais básicos que fazem com que os meninos aprendam com figuras masculinas mais velhas a se comportar conforme os padrões hegemônicos de masculinidade (Valério et al., 2022). Os homens que buscam se comportar de acordo com o modelo hegemônico acessam reforçadores sociais diversos, enquanto mantêm os privilégios do patriarcado, que os estabelece, enquanto grupo social, em posição de poder em relação às mulheres e a outros homens nas hierarquias de gênero (Kuch & Dittrich, 2024).

Práticas culturais associadas à masculinidade contribuem para perpetuar a violência simbólica e sexual de homens contra mulheres, bem como práticas de violência de homens contra outros homens, como na homofobia, por exemplo (Fazzano & Gallo, 2015; Freitas & Morais, 2019; Fontana & Laurenti, 2020). No entanto, embora proporcione aos homens acesso a determinados privilégios sociais e simbólicos, estas mesmas práticas afetam os próprios homens que procuram se comportar de acordo com o padrão.

É em vista disto, por exemplo, que os homens tendem a apresentar comportamentos caracterizados por alta probabilidade de riscos à saúde física, acidentes e doenças (Souza, 2022). Respostas como procurar a atenção básica, engajar-se em programas de prevenção de doenças e promoção de saúde, aderir aos tratamentos médicos, descrever sintomas físicos e emocionais costumam estar em baixa frequência (Souza, 2022). Todas estas respostas, e a falta delas, estão sob controle do reforçamento social positivo, validação da própria masculinidade e sentimentos de poder, virilidade e orgulho e também esquiva de consequências sociais aversivas, como a comparação com o feminino.

Um dos problemas associados a isto é que respostas que são imediatamente reforçadas pelo grupo podem apresentar consequências aversivas ao longo do tempo (Skinner, 1953/2003). Neste sentido, embora comportar-se de acordo com o ideal normativo de masculinidade possa possibilitar aos homens o acesso a reforçadores imediatos, este repertório também promove o contato com contingências aversivas a longo prazo. Portanto, há uma necessidade premente de construção de novos arranjos de configurações de gênero, a fim de promover formas de masculinidade menos opressivas tanto em nível individual, quanto coletivo (Kuch & Dittrich, 2024).

## Uma proposta comportamental-contextual da intimidade

O conceito de "intimidade" apresenta características que tornam sua definição complexa e, por vezes, imprecisa. Intimidade pode referir-se ao comportamento de uma pessoa em particular, ao descrever seus sentimentos e pensamentos, mas também pode referir-se à interação entre parceiros, aos diferentes tipos de relacionamentos e a sensações específicas (Cordova & Scott, 2001). Uma boa conceituação de intimidade, portanto, deve descrever um processo explicativo que integre esses diferentes componentes. Diversos autores, de abordagens teóricas distintas dentro da Psicologia, têm desempenhado esforços para delimitar o conceito e analisá-lo de maneira científica.

Um dos paradigmas que têm fundamentado diferentes pesquisas sobre intimidade enquanto um processo interpessoal cientificamente identificável e relevante é o Modelo de Processo Interpessoal, o MIP, (Reis & Shaver, 1988). O MIP examina a intimidade a partir de uma estrutura de interação interpessoal dinâmica e mutuamente influente entre dois indivíduos, que podem incluir relações românticas, familiares ou de amizade, a fim de facilitar a descrição de processos subjacentes ao desenvolvimento de uma relação íntima.

Segundo Reis e Shaver (1988), uma interação íntima inicia quando a "Pessoa A" expressa seus sentimentos e pensamentos próprios, de maneira verbal e/ou não verbal, e a "Pessoa B" responde de modo apropriado, aumentando o sentimento de conexão entre elas. Nesta perspectiva, a auto revelação de desejos e emoções pessoais é mais significativa do que a exposição de fatos objetivos porque cria oportunidade para que o ouvinte responda de maneira a validar a auto expressão do falante (Reis & Shaver, 1988). A expressão de sentimentos e pensamentos deve então receber reações positivas de validação por parte da outra pessoa da díade. Isto não acontece de maneira exclusivamente verbal, mas também se dá através de sinais faciais, gestuais ou paralinguísticos.

A resposta do ouvinte modifica significativamente as tendências motivacionais de aproximação ou afastamento do falante (Reis & Shaver, 1988). O MIP descreve que a motivação da "Pessoa A" para se engajar em auto revelação está relacionada a suas necessidades, como desejos de compreensão, validação, afeto, e companhia, mas também reflete suas tendências de distanciamento a partir de seus medos, como o receio do abandono, ataques de raiva e perda de controle. Estes medos e desejos são produtos de interações interpessoais anteriores, uma vez que a intimidade é historicamente marcada por experiências passadas que fornecem um padrão de interação em relacionamentos interpessoais.

Diferentes autores das abordagens comportamentais-contextuais, em especial da Psicoterapia Analítico Funcional, a FAP (Tsai et al., 2009), tem estabelecido um diálogo crítico com o MIP, destacando tanto seus potenciais, quanto suas limitações conceituais. Córdova e Scott (2001) definem a intimidade em termos comportamentais como o produto de uma sequência de eventos em que uma resposta vulnerável à punição interpessoal é reforçada pela resposta de outra pessoa. Afirmar que uma resposta é "vulnerável" significa dizer que, no passado, ela foi associada a consequências aversivas arranjadas por outras pessoas do ambiente social. Isto pode acontecer através de diferentes processos. Uma pessoa pode engajar-se em uma resposta e ser diretamente punida; pode observar outra pessoa sendo punida ao emitir uma resposta; pode ter aprendido através de uma regra que determinada resposta seria punida caso fosse emitida ou pode ter sido punida por uma resposta semelhante (Cordova & Scott, 2001).

A emissão de uma resposta vulnerável à punição interpessoal não caracteriza a intimidade por completo, mas é o primeiro passo na dinâmica funcional de uma interação íntima. Também é necessário que a resposta vulnerável não seja punida, mas reforçada pela resposta da outra pessoa. Apoiados na definição de Cordova e Scott (2001) e dialogando com o modelo de Reis e Shaver (1988), Kanter et al. (2020), propuseram uma descrição das interações em termos de unidades funcionais da seguinte maneira: a) antecedente - dada uma interação interpessoal entre uma Pessoa A e uma Pessoa B, b) resposta - há uma auto revelação vulnerável da Pessoa A, c) consequência - seguido por uma resposta de validação e responsividade da Pessoa B que serve como reforçador para a resposta da Pessoa A. Este processo tende a aumentar a probabilidade de que, diante da Pessoa B, a Pessoa A se engaje em comportamentos de auto revelação vulnerável, resultando em sentimentos de proximidade e conexão interpessoal.

Desse modo, respostas vulneráveis se tornam mais prováveis em contextos semelhantes àquelas em que foram reforçadas e, inversamente, tornam-se menos prováveis em contextos em que foram punidas. Indivíduos com um histórico de reforçamento para respostas vulneráveis aprendem a discriminar estímulos que sinalizam a probabilidade de receber suporte e validação, enquanto aqueles com histórico de punição tendem a evitar situações de exposição vulnerável (Kanter et al., 2020). Variáveis contextuais, como a presença de sinais de escuta ativa e responsividade e até mesmo o tom de voz ou postura corporal do ouvinte, passam a exercer controle sobre a probabilidade de auto revelação vulnerável. O desenvolvimento de intimidade envolve, portanto, processos básicos de aprendizagem como controle de estímulos e a discriminação operante (Cordova & Scott, 2001).

Relacionamentos íntimos são produtos de eventos íntimos como os descritos por Kanter et al. (2020) acumulados ao longo do tempo. O acúmulo de experiências deste tipo necessariamente produzirá sensações físicas específicas que desempenham papel importante no comportamento. Sentimentos

de proximidade e conexão não são causa da intimidade, portanto, mas produtos de uma história de reforçamento de respostas vulneráveis em determinados contextos interpessoais (Cordova & Scott, 2001). Estes eventos privados, unidos a operações estabelecedoras e estímulos antecedentes, exercem controle funcional sobre respostas públicas e formam o contexto para a emissão de uma resposta vulnerável (Kanter et al., 2020).

Esta definição de intimidade é útil porque descreve funcionalmente tanto respostas específicas de uma pessoa em particular, como processos interacionais entre parceiros nas mais diferentes dinâmicas de relacionamentos. Além disso, também tem sido testada empiricamente, especialmente no âmbito das pesquisas em FAP, com resultados que fortalecem a necessidade do reforço social para o desenvolvimento de relacionamentos íntimos (Haworth et al., 2015)

Em contrapartida, a punição social tende a suprimir a emissão de respostas vulneráveis. Pessoas com um histórico de punição a respostas vulneráveis iniciam interações interpessoais com menos frequência, evocam e reforçam menos as respostas vulneráveis de outras pessoas e, portanto, estabelecem níveis mais baixos de relacionamentos íntimos (Cordova & Scott, 2001). A história de punição a respostas vulneráveis apresenta diferenças significativas a partir da configuração das contingências culturais, como o gênero. Determinadas respostas vulneráveis são mais prováveis de serem punidas quando apresentadas por homens do que por mulheres.

Frequentemente, respostas de auto revelação vulnerável, como expressar medo, tristeza ou insegurança, são punidas em meninos desde a infância, enquanto respostas associadas à supressão emocional são reforçadas (Cordova & Scott, 2001). Esse padrão tende a estabelecer um repertório de evitação da vulnerabilidade, tendo como consequência a restrição de interações íntimas nos homens (Neilson & Mainland, 2025). Por isso, em comparação com as mulheres, os homens tendem a ter conexões sociais mais frágeis, menos amizades íntimas com quem compartilhar experiências importantes da vida e mais dificuldade em buscar apoio social (McKenzie et al., 2018).

## Integrando aspectos da masculinidade hegemônica e seu impacto nos repertório de intimidade interpessoal à questões de saúde mental masculina

Como já fizemos notar, contingências culturais, como as expectativas de gênero, têm um impacto direto na forma como aprendemos a nos relacionarmos uns com os outros e com nós mesmos. Meninos são ensinados desde pequenos que não devem ser como uma menina e que devem evitar qualquer característica associada ao feminino (Zanello, 2018). Respostas como chorar, jogar esportes "femininos", e mesmo brincar com meninas, são sistematicamente punidas (Valério et al., 2022). Expressar emoções, sendo vulnerável, é uma das respostas que culturalmente foram coordenadas à "feminilidade" e estão em relação de oposição à "masculinidade" e, por isso, devem ser evitadas a todo custo na construção identitária de um homem (Sylvester & Hayes, 2010)

A longo prazo, diante de contextos que evoquem emoções difíceis e sob controle da regra "homem não chora", homens podem se isolar, "escondendo" suas emoções, ou consumir drogas, sejam lícitas ou ilícitas, com a função de atenuar os próprios sentimentos. Também é provável que "segurar" o choro produza consequências reforçadoras como elogios, tal como "que menino forte, corajoso!" (Valério et al., 2022). O seguimento de regras deste tipo pode estabelecer a expressão emocional vulnerável como aversiva e diminuir a probabilidade da ocorrência da resposta ainda que não houvesse punição direta, ou mesmo promover insensibilidade a discriminação da disponibilidade do reforço social presente em determinadas interações sociais. É certo que algumas emoções tendem a receber mais validação social quando expressas por homens, do que outras. Respostas associadas à expressão emocional não verbal da raiva, por exemplo, são reforçadas na medida em que os meninos envelhecem, enquanto a expressão de outras emoções, como tristeza, medo ou insegurança, é punida ou deixada sem consequência (Neilson & Mainland, 2025).

A baixa disposição em auto revelar-se também limita a habilidade de responder a auto revelação de outras pessoas. De modo geral, os homens ten-

dem a responder a vulnerabilidade, especialmente de outros homens, com ridicularização e desprezo (McKenzie et al., 2018). A falta de preocupação e apoio, a não receptividade ou o interrompimento da expressão vulnerável da outra pessoa e a evitação de conversas vulneráveis são atitudes típicas dos homens (McKenzie et al., 2018). Os contextos familiares e educacionais reforçam os estereótipos de gênero, tais como "homens são mais racionais e expressar sentimentos é coisa de menina", a tal ponto em que não só não proporcionam ambiente para o aprendizado de comportamentos de intimidade, como suprimem a vulnerabilidade nos meninos desde a infância (Cordeiro & Rezende, 2023).

Assim, os homens, na vida adulta, apresentam déficits nos principais repertórios necessários à construção de relacionamentos íntimos. Mostrar-se vulnerável e ser capaz de responder de maneira a reforçar a vulnerabilidade de outra pessoa é um desafio para os homens (Neilson & Mainland, 2025). Estes déficits são explicados pelo desenvolvimento de um repertório que é produto da disposição das contingências culturais que estabelecem o ideal normativo a respeito de como um homem deveria se comportar e está presente em relações coletivas relativamente estáveis, como as familiares e educacionais. Diante disso, no geral, os homens não choram (1) porque não aprenderam como fazê-lo (2) porque aprenderam a suprimir emoções a partir de um processo contínuo de aprendizagem social.

As consequências disto são desastrosas. Restringir a expressão emocional vulnerável, como o choro, dificulta, ou mesmo impede, o desenvolvimento de relações íntimas e leva à solidão (Nordin et al., 2024). A mesma solidão que é fator de risco para a mortalidade, sendo mais relevante do que marcadores biológicos bem estabelecidos, como tabagismo, pressão arterial elevada, colesterol alto, obesidade, consumo excessivo de álcool, ou mesmo falta de atividade física (Holt-Lunstad et al., 2010; Holt-Lunstad et al., 2015). A supressão emocional é um dos fatores notáveis que, ao longo do tempo, parece levar os homens a episódios de desregulação emocional intensa, à inabilidade de lidar com os próprios sentimentos e ao aumento do risco de tentativas de suicidio (Bennett et al., 2023).

Nos últimos anos, apoiado na constatação do sofrimento masculino, determinados grupos, majoritariamente organizados através das redes sociais, vem reivindicando a necessidade de um pacto entre os homens a fim de garantir e defender seus direitos contra os supostos privilégios alcançados pelas mulheres e o movimento feminista (Oliveira & Silva, 2021). O discurso a respeito de uma suposta "crise na masculinidade" tem subsidiado uma série de iniciativas que objetivam reestabelecer um ideal imaginário do homem verdadeiro, ancorado nas práticas hegemônicas de masculinidade, como os movimentos "masculinistas" (Cardoso et al., 2023). Mais do que nunca, portanto, é necessário reafirmar os potenciais efeitos prejudiciais de determinados aspectos da masculinidade sobre os próprios homens. Não de maneira a relativizar ou justificar práticas de violência contra populações minoritárias, causada majoritariamente pelos homens que buscam se comportar de acordo com o modelo hegemônico de masculinidade. Ao contrário. É a fim de, assumindo a responsabilidade por um problema social, oportunizar novas maneiras de vivenciar a masculinidade.

É neste contexto que práticas baseadas nas Ciências Comportamentais-Contextuais podem e devem inserir-se. Intervenções clínicas que objetivem diminuir o impacto literal de regras verbais, como os estereótipos de masculinidade, podem favorecer que os homens respondam de maneira mais flexível às suas experiências diretas ao invés de seguirem se comportando sob controle de regras culturais. Técnicas como a desfusão cognitiva podem ser particularmente úteis neste sentido (Sylvester & Hayes, 2010). Também outras intervenções clínicas baseadas na Terapia de Aceitação e Compromisso, que promovam os demais processos de flexibilidade psicológica, como a aceitação e o *self* como contexto, podem oportunizar que esses mesmos homens descubram novas maneiras de se comportar que sejam consistentes com seus próprios valores e não, necessariamente, com as normas culturais (Neilson & Mainland, 2025).

O desenvolvimento de habilidades relacionais, que podem incluir treino de discriminação e descrição das próprias emoções e comunicação assertiva, também podem ser necessárias. Neste contexto, a FAP, tem se apresentado como um modelo clínico útil e consistente com os pressupostos comportamentais. A intimidade, segundo os próprios propo-

nentes do modelo (Tsai et al., 2009), pode ser o foco de análise e intervenção clínica. O pressuposto fundamental da FAP é o de que o padrão de interação que o cliente estabelece com o terapeuta é funcionalmente semelhante ao padrão presente em outras interações interpessoais (Oshiro et al., 2021). Assim, paralelos funcionais entre o contexto fora e dentro da sessão são a base para as intervenções terapêuticas. Na FAP, o terapeuta busca identificar respostas com a função de afastar ou inibir relações íntimas e, a partir disso, modelar, em sessão, comportamentos mais eficazes no estabelecimento de relações interpessoais significativas (Oshiro et al., 2021).

O reforçamento natural e contingente aos comportamentos clinicamente relevantes pelo terapeuta (e.g., responder a vulnerabilidade do cliente com validação, empatia e cuidado genuíno) é a estratégia básica que modela e fortalece os repertórios de intimidade. Recentemente, a efetividade de estratégias de intervenção clínica baseadas na FAP com clientes que apresentam dificuldades interpessoais, tais como a intimidade, tem sido cada vez mais explorada e reconhecida (Toh et al., 2022). Desta forma, a FAP se apresenta como uma alternativa importante no atendimento a homens que procuram a psicoterapia.

## Considerações finais

Tratar com conceitos como "masculinidade" a partir de uma perspectiva ontológica, caracterizando-o como uma qualidade natural, inerente e imutável, é, a nosso ver, contraproducente. Tratá-la partindo de uma perspectiva funcional, como uma categoria que integra comportamentos contextualmente dependentes, é mais útil na medida em que permite uma abordagem mais flexível do fenômeno (Sylvester & Hayes, 2010). Sendo assim, o presente trabalho procurou destacar o papel contingente do conceito de gênero aplicado à masculinidade, sua dependência das normas culturais, e possíveis maneiras de descrevê-la em uma perspectiva comportamental.

Também buscamos operacionalizar o conceito de intimidade, partindo de um dos principais paradigmas no campo da Ciência do Relacionamento, o Modelo de Processo Interpessoal, estabelecendo um diálogo com possíveis interpretações comportamentais do modelo. Por fim, destacamos o impacto das normas de masculinidade nas formas de construção de vínculos íntimos nos relacionamentos sociais e suas consequências para a saúde mental dos homens que procuram se comportar de acordo com o modelo hegemônico. Também indicamos caminhos promissores para estratégias de intervenção clínica alinhadas aos pressupostos das Ciências Comportamentais.

No entanto, há uma série de limitações no presente trabalho. A complexidade do tema e a consequente falta de estudos empíricos que demonstrem de maneira experimental de que forma os elementos da masculinidade impactam a intimidade é um dificultador importante. Também o recorte teórico adotado, a saber, homens que compactuam com os ideais de masculinidade hegemônica, claramente não incluem a vivência de outros homens que estão inseridos em diferentes dinâmicas de opressão que interagem, se sobrepõem e integram masculinidades distintas.

A despeito disso, este trabalho buscou inserir-se em uma tendência atual da produção científica no campo das terapias comportamentais-contextuais. O desenvolvimento de pesquisas e análises comprometidas com a realidade sócio político-cultural nas quais os clientes estão inseridos tem sido uma preocupação promissora entre os pesquisadores (Neves et al., 2023). Estudos futuros poderiam explorar de maneira empírica as relações aqui descritas teoricamente, bem como propor intervenções clínicas específicas para esta população. Espera-se que este trabalho venha a contribuir com a comunidade científica na medida em que propõe uma compreensão teórica inicial do fenômeno aqui analisado e busca apontar uma possível direção baseada em modelos clínicos consistentes, em diálogo com as perspectivas atuais de gênero e cultura.

## Referências


American Psychological Association. (2018). *APA Guidelines for Psychological Practice with Boys and Men.* https://www.apa.org/about/policy/boys-men-practice-guidelines.pdf

Bennett, S., Robb, K. A., Zortea, T. C., Dickson, A., Richardson, C., & O'Connor, R. C. (2023). Male suicide risk and recovery factors: A systematic review and qualitative metasynthesis of two decades of research. *Psychological Bulletin, 149* (7-8), 371–417. https://doi.org/10.1037/bul0000397

Cardoso, F. A., Amorim, A. M., & Sulz, J. A. (2023). "Crise da masculinidade." *Revista Da FAEEBA, 32*(72), 97–115. https://doi.org/10.21879/faeeba2358-0194.2023.v32.n72.p97-115

Connell, R. W. (2005). *Masculinities* (2nd ed.). Cambridge Polity.

Connell, R. W., & Messerschmidt, J. W. (2013). Masculinidade hegemônica: repensando o conceito. *Revista Estudos Feministas, 21*(1), 241–282. https://doi.org/10.1590/s0104--026x2013000100014

Cordeiro, R. R., & Resende, F. M. (2023). Expressividade emocional e estereótipos de gênero na educação familiar: *Scielo*. https://doi.org/10.1590/scielopreprints.5949

Cordova, J. V., & Scott, R. L. (2001). Intimacy: A behavioral interpretation. *The Behavior Analyst, 24*(1), 75–86.

Couto, A. G., & Dittrich, A. (2017). Feminismo e análise do comportamento: caminhos para o diálogo. *Perspectivas em Análise do Comportamento, 8*(2), 147–158. https://doi.org/10.18761/pac.2016.047

Fazzano, L. H., & Gallo, A. E. (2015). Uma análise da homofobia sob a perspectiva da análise do comportamento. *Temas em Psicologia, 23*(3), 535–545. https://doi.org/10.9788/tp2015.3-02

Fontana, J., & Laurenti, C. (2020). Práticas de violência simbólica da cultura de dominação masculina: uma interpretação comportamentalista. *Acta Comportamentalia, 28*(4), 499-515. https://www.revistas.unam.mx/index.php/acom/article/view/77327

Freitas, J. C. de C., & Morais, A. O. de. (2019). Cultura do estupro: considerações sobre violência sexual, feminismo e Análise do Comportamento. *Acta Comportamentalia, 27*(1), 109-126. https://www.revistas.unam.mx/index.php/acom/article/view/68758

Haworth, K., Kanter, J. W., Tsai, M., Kuczynski, A. M., Rae, J. R., & Kohlenberg, R. J. (2015). Reinforcement matters: A preliminary, laboratory-based component-process analysis of Functional Analytic Psychotherapy's model of social connection. *Journal of Contextual Behavioral Science, 4*(4), 281–291. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2015.08.003

Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: A meta-analytic review. *Perspectives on Psychological Science, 10*(2), 227–237. https://doi.org/10.1177/1745691614568352

Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., & Layton, J. B. (2010). Social relationships and mortality risk: A meta--analytic review. *PLoS Medicine, 7*(7), e1000316. https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000316

Holt-Lunstad, J. (2022). Social connection as a public health issue: The evidence and a systemic framework for prioritizing the "social" in social determinants of health. *Annual Review of Public Health, 43*(1), 193–213. https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-052020-110732

Kanter, J. W., Kuczynski, A. M., Manbeck, K. E., Corey, M. D., & Wallace, W. E. (2020). An integrative contextual behavioral model of intimate relations. *Journal of Contextual Behavioral Science, 18*, 75–91. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.09.001

Kuch, I. E., & Dittrich, A. (2023). As masculinidades como variáveis relevantes para analistas do comportamento: Reflexões teóricas e práticas. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 154–169. https://doi.org/10.18761/vecc291122a

Kuch, I. E., & Dittrich, A. (2024). Homens: Parte do Problema ou da Solução? Behaviorismo, Política e Masculinidades. *Acta Comportamentalia, 32*(2), 289–308. https://doi.org/10.32870/ac.v32i2.88351

Lyvers, M., Karantonis, J., Edwards, M. S., & Thorberg, F. A. (2016). Traits associated with internet addiction in young adults: Potential risk factors. *Addictive Behaviors Reports, 3*, 56–

60. https://doi.org/10.1016/j.abrep.2016.04.001

Martin, G. M., & Tardif, M. (2014). What we do and don't know about sex offenders' intimacy dispositions. *Aggression and Violent Behavior, 19*(4), 372–382. https://doi.org/10.1016/j.avb.2014.06.002

Ministério da Saúde. (2024). *Panorama dos suicídios e lesões autoprovocadas no Brasil de 2010 a 2021* (Boletim Epidemiológico Vol. 55). https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/especiais/2024/boletim-epidemiologico-especial-no-1-janeiro-2024.pdf

McKenzie, S., Collings, S., Jenkin, G., & River, J. (2018). Masculinity, Social Connectedness, and Mental Health: Men's Diverse Patterns of Practice. *American Journal of Men's Health, 12*(5), 1247–1261. https://doi.org/10.1177/1557988318772732

Neilson, E. C., Maitland, D. W. M., & George, W. H. (2022). Power-related emotions, alcohol intoxication, and nonconsensual sex intentions: The role of fear of intimacy. *Sexual Abuse, 36*(7), 107906322210964. https://doi.org/10.1177/10790632221096420

Neilson, E. C., & Maitland, D. W. M. (2025). Masculinity, social connection, and loneliness: A contextual behavioral science approach to men's social relationships and intimacy. *Journal of Contextual Behavioral Science, 35*, 100892. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2025.100892

Neves, A. B. V. S., Amorim, V. C., Vasconcelos Neto, A. de B. Souza., F. de., Silveira, J. M. da, Passos, J. A. F., Nicoldi, L., & Cihon, T. (2023). Manifesto por uma Prática Clínica Socialmente Comprometida nas Ciências do Comportamento. *Perspectivas Em Análise Do Comportamento,* 053–058. https://doi.org/10.18761/vecc117122022

Nicolodi, L. de G., & Hunziker, M. H. L. (2021). O patriarcado sob a ótica analítico-comportamental: considerações iniciais. *Revista Brasileira de Análise do Comportamento, 17*(2), 164-175. https://doi.org/10.18542/rebac.v17i2.11012

Nordin, T., Degerstedt, F., & Granholm Valmari, E. (2024). A scoping review of masculinity norms and their interplay with loneliness and social connectedness among men in Western societies. *American Journal of Men's Health, 18*(6). https://doi.org/10.1177/15579883241304585

Oliveira, R. C. de, & Silva, R. da. (2021). Masculinismo e misoginia na sociedade brasileira: uma análise dos discursos dos adeptos ao masculinismo nas redes sociais. *Revista Philologus, 27*(81 Supl.), 1609–1625. https://www.revistaphilologus.org.br/index.php/rph/article/view/988

Oshiro, C. K. B., Vartanian, J. F., & Sartor, M. S. (2021). A Psicoterapia Analítica Funcional (FAP). In C. K. B. Oshiro & T. A. S. Ferreira (Orgs.), *Terapias contextuais comportamentais: análise funcional e prática clínica.* Manole.

Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. Duck, D. F. Hay, S. E. Hobfoll, W. Ickes, & B. M. Montgomery (Eds.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (pp. 367–389). John Wiley & Sons.

Silva, E. C., & Laurenti, C. (2017). B. F. Skinner e Simone de Beauvoir: "a mulher" à luz do modelo de seleção pelas consequências. *Perspectivas em Análise do Comportamento, 7*(2), 197–211. https://doi.org/10.18761/pac.2016.009

Skinner, B. F. (1971). *Beyond freedom and dignity*. Knopf.

Skinner, B. F. (1981). Selection by consequences. *Science*, 213(4507), 501-504.

Skinner, B. F. (2003). *Ciência e comportamento humano*. Martins Fontes. (Obra original publicada em 1953)

Sousa, A. da S. (2022). Masculinidade hegemônica: contingências relacionadas ao déficit de autocuidado à saúde em homens. *Perspectivas em Análise do Comportamento, 13*(2), 207–218. https://doi.org/10.18761/paca15gh45

Sylvester, M., & Hayes, S. C. (2010). Unpacking masculinity as a construct: Ontology, pragmatism, and an analysis of language. *Psychology of Men & Masculinity, 11*(2), 91–97. https://doi.org/10.1037/a0019132

Toh, S. H. Y., Kanter, J. W., Keenan, M. E., & Berlin, K. S. (2022). Testing Functional Analytic Psychotherapy's mediational model of change in social connectedness for people with fear of intimacy. *Journal of Contextual Behavioral Science, 24*, 18–22. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2022.02.002

Tsai, M., Kohlenberg, R. J., Kanter, J. W., Kohlenberg, B., Follette, W. C., & Callagan, G. M. (2009). *Um guia para a psicoterapia analítica funcional: consciência, coragem, amor e behaviorismo*. ESETec.

Valério, A., Castro, D. P. de., & Florêncio, T. (2022). Reflexões sobre masculinidades: possibilidades de interpretação a partir de uma visão analítico-comportamental. *Perspectivas em Análise do Comportamento, 13*(1), 041–053. https://doi.org/10.18761/VEEM.13796

Waldinger, R., & Schulz, H. (2023). *Uma boa vida*. Leya.

Wetternick, C. T., & Hart, J. M. (2012). Intimacy is a transdiagnostic problem for cognitive behavior therapy: Functional Analytical Psychotherapy is a solution. International *Journal of Behavioral Consultation and Therapy, 7*(2-3), 167–176. https://doi.org/10.1037/h0100956

Zanello, V. (2018). *Saúde mental, gênero e dispositivos: cultura e processos de subjetivação.* Appris.

**Histórico do Artigo**

Submetido em: 16/01/2025
Aceito em: 05/11/2025
Editor Associado: Marcelo V. Silveira