

Autor: Jeraldo Heiderich

# MODELO ABC PARA INTERVENÇÃO EM CRISE

---

---

PROJETO  
TIMÓTEO

---

Estudo disponível no site: [projetotimoteo.org.br](http://projetotimoteo.org.br)

## O MODELO A-B-C

Em 1968 um psiquiatra de Los Angeles, desenvolveu o método A-B-C para intervenção em crises, destinado a capacitar pessoas leigas em um centro comunitário para pessoas em crise. Mais tarde, tanto Howard J. Clinebell (1990:81-83) como Howard W. Stone (1979:57-81), em separado, o adotaram para o campo pastoral. O método consiste em três aspectos muito importantes a desenvolver no processo de ajuda. O modelo não supõe necessariamente uma progressão de A a B a C. Em certos momentos dois ou os três se superpõe. Por exemplo, enquanto se identificam os sentimentos essenciais (B), se espera ganhar uma relação de confiança (A).

**A**lcançar uma relação de confiança e comunicação. Para isso se necessita:

- oferecer atenção solícita, escutar com o "corpo todo"
- escutar sem julgar, (árbitros-cartão amarelo, vermelho)
- "**colocar-se nos sapatos**" do afetado, "quero ouvir mais"
- considerar a famílias em crise e a seus integrantes **capazes de enfrentar** suas crises, fontes de apoio.
- comunicar-lhes essa convicção.

**B**aixar até os componentes fundamentais da crise e sua profundidade emotiva. Isso significa trabalhar com a pessoa em:

- identificar e expressar os sentimentos que os dominam,
- definir o conteúdo particular desses sentimentos**. Embora os sentimentos sejam comuns a todos, o conteúdo particular destes é distinto para cada indivíduo. Todos experimentamos tristeza, mas João *sente-se triste* (sentimento) porque *perdeu seu emprego* (conteúdo). O conteúdo aclara os sentimentos, e ambos juntos fornecem o significado.
- ajustar o foco de atenção**, de modo que se identifique com clareza o **fato** desencadeante, a **ameaça** que leva consigo e os **recursos** com que se conta.
- alcançar** uma "**formulação consensual**" do sucedido. Isto é, **expressar em palavras** um acordo entre o facilitador e a(s) pessoa(s) assistida(s) sobre o ocorrido. Isto não somente reduz a ansiedade e aumenta a autoestima e domínio situacional dos afetados, como também facilita que as pessoas se mobilizem até o seguinte passo e sigam adiante.

--**esclarecer** o seu papel como conselheiro "como é que posso lhe ajudar?"

--**Revisar** as tentativas anteriores de resolver o problema.

**C**ombater ativamente. Isto implica em:

--**estabelecer objetivos alcançáveis**. Aqui é o lugar para reconhecer o que se pode mudar e o que não se pode mudar, "o que você quer mudar? As circunstâncias, os outros, você mesmo?"

--**fazer um inventário** dos recursos internos e externos,

--**formular as possíveis linhas de ação**, incluindo tanto as "positivas" como as "negativas, entre as possíveis opções.

--**prever**-obstáculos que poderiam sabotar mudanças-reações dos outros.

--**comprometer-se à ação**, a qual não somente se opõe à paralisia decorrente da crise, mas também neutraliza a dependência. O compromisso à ação inclui a **revisão periódica do processo e das ações acordadas**, o que permite ao facilitador **confrontar** com carinho e firmeza a falta de ação ou estar atento para a necessidade de encaminhar a pessoa ou família a um centro de ajuda profissional e/ou especializada.