

## **CLASSIFICAÇÃO BÁSICA DOS COMPORTAMENTOS NA PSICOTERAPIA: FUNCIONAL-DISFUNCIONAL; DESEJÁVEL-INDESEJÁVEL; DESEJADO- INDESEJADO**

**HÉLIO JOSÉ GUILHARDI<sup>1</sup>**

**Instituto de Terapia por Contingências de Reforçamento  
Campinas – SP**

A discussão sobre definições dos adjetivos apostos à palavra comportamento, tais como adequado-inadequado, desejável-indesejável, desejado-indesejado, funcional-disfuncional, deve priorizar a análise do papel de comportamentos sociais de controle e contracontrole nas interações humanas.

Há duas formas de contracontrole. Assim:

- a. o agente que exerce o contracontrole emite comportamentos de fuga-esquiva em relação aos comportamentos opressores emitidos pelo agente que exerce o controle. Equivale a dizer que o comportamento de contracontrole *adia, remove temporariamente ou ameniza* a aversividade dos eventos aversivos. Não há uma alteração fundamental, nem duradoura nas interações de poder-submissão. Assim, um pai muito exigente em relação às avaliações acadêmicas de seu filho – pai que usa punição positiva, punição negativa, reforçamento negativo ou extinção (para citar os procedimentos mais óbvios) – pode ser influenciado pelos comportamentos do filho que aceita ter aulas particulares extraclasse, promete estudar mais e se dedicar individualmente aos estudos, a fim de “melhorar as notas”, ou chora, tem crises de ansiedade, seu corpo apresenta reações alérgicas etc. (todos exemplos de comportamentos de fuga-esquiva. Tais comportamentos emitidos pelo filho, da classe de fuga-esquiva ou de contracontrole em relação às consequências aversivas impostas pelo pai, não alteram duradoura, nem definitivamente as interações de poder-submissão que regem a convivência entre ambos.
- b. o agente que exerce contracontrole emite comportamentos de fuga-esquiva em relação aos comportamentos opressores emitidos pelo agente que exerce o controle, de maneira tal que o controlador muda *duradouramente* os comportamentos que são aversivos para o outro e os substitui por comportamentos que produzem reforços positivos na interação. Esta possibilidade é aquela que genuinamente pode ser chamada de contracontrole. Atente-se para algumas possibilidades. Assim, na mesma interação mencionada acima, o filho pode solicitar a alguém, que possa ter o poder de modificar o comportamento do pai (por exemplo, o mentor religioso da família, um professor, um amigo do pai, um psicólogo, a mãe

---

<sup>1</sup> Março/2015. Revisto em setembro/2018.

do garoto etc.) que interceda por ele, que dialogue com o pai e o conscientize de que o fraco desempenho acadêmico do filho está sendo determinado pelas contingências de reforçamento coercitivas que predominam nas interações entre pai e filho. Nesta alternativa, o comportamento de contracontrole do filho consiste em *dar início* ao encadeamento de respostas, que tem por objetivo mudar comportamentos do pai; o restante do encadeamento é emitido pelo agente a quem se solicitou ajuda. Um analista do comportamento tipicamente orientaria o pai a minimizar o controle coercitivo que vem aplicando sobre todas as classes de comportamentos do filho (não apenas na área acadêmica), instalaria comportamentos conceituais e práticos no pai, a respeito das leis que regem o comportamento, tais como o uso de técnicas de mudanças graduais (modelagem e *fading in e out*, basicamente), uso de reforçamento positivo com consequências reforçadoras arbitrárias (até onde necessárias) e modelaria no pai comportamentos que visam a instalar no filho repertório comportamental que produz reforços positivos naturais. Tais procedimentos, desde que devidamente aplicados, dariam origem no filho a sentimento de independência, de autoconfiança, de autoestima, de responsabilidade. Adicionalmente, o analista do comportamento lidaria com o filho, preparando-o para responder de forma sensível às mudanças do pai, emitindo comportamentos que podem ter a função de reforços naturais para o pai. Ambos, pai e filho, passariam, como consequência, a se influenciar reciprocamente, produzindo reforços positivos (arbitrários e naturais), que manteriam e ampliariam as classes de comportamentos de cooperação e produziriam sentimentos de satisfação, segurança, liberdade etc. Este é, tão somente, um exemplo, o qual pode não funcionar! Nesse caso, há que se buscar outras alternativas... Assim, o pai pode resistir a modificar os comportamentos coercitivos de controle: não aceita nenhuma forma de orientação e se mantém insensível ao sofrimento que causa no filho. Nesse caso, o filho submetido a controle coercitivo do pai pode ter que esperar um longo tempo – durante o qual se mantém sob coerção – até desenvolver um repertório comportamental que o habilite a começar a trabalhar e se manter por conta própria, a mudar-se para um lugar afastado do pai, a estreitar relacionamentos com amigos e familiares, com quem possa passar a maior parte do seu tempo e ser beneficiado por contingências de reforçamento reforçadoras positivas presentes nos ambientes alheios ao pai. O que se faz necessário, nesta condição, é que o filho, de alguma maneira, aprenda a discriminar que suas dificuldades com o pai tem a ver com o repertório comportamental e afetivo *do pai* (déficits e excessos), o qual não tem necessariamente a ver com os comportamentos do filho: o pai faz exigências exageradas, não consequencia de forma diferencial os comportamentos do filho, é inconsistente no manejo de contingências de reforçamento etc., como resultado do repertório comportamental instalado no processo de história de contingências de reforçamento a que o pai foi exposto, ou a outros determinantes, tais como alcoolismo, doença psiquiátrica entre outros. Esta análise – que poderia ser feita com excelência por um analista do comportamento – visa a reduzir sentimentos de culpa e expor a pessoa às reais

contingências de reforçamento que modelaram seus comportamentos, as quais deram origem a sentimentos de baixa autoestima e baixa autoconfiança, ansiedade, depressão etc. (tais sentimentos adversos são fruto de CRs e não características inerentes à pessoa). Como consequências de toda essa análise, o filho precisa desenvolver repertórios que produzam reforços positivos (para si e, dentro do possível, para os que compõem seu ambiente social significativo) e minimizem consequências aversivas (para si e, dentro do possível, para as pessoas significativas na sua vida cotidiana). Ter um pai “ditador”, “opressor”, “patrão”, ajuda a entender a origem de dificuldades comportamentais e afetivas; *não é razão, nem desculpa para não se engajar no próprio desenvolvimento comportamental e emocional.*

(Optou-se, neste texto, por não apresentar relações de controle e contracontrole regidas por reforçamento positivo. O controle exercido em favor do opressor, à custa do oprimido, pode ser estabelecido por reforço positivo: produz escravos que, no início, se sentem gratificados, valorizados... Com a contínua exposição, surgem sentimentos de opressão e de perda de liberdade e comportamentos de fuga-esquiva – de contracontrole, enfim – de contingências de reforçamento com *fenótipo* de controle positivo.)

O psicoterapeuta fica exposto o tempo todo às relações de poder expressas pelos clientes. As opções do analista do comportamento em relação a quais comportamentos do cliente devem ser influenciados e em que direção são complexas. Têm a ver com prejuízos e benefícios que os comportamentos em estudo (tanto os do opressor como os do oprimido) geram para a própria pessoa (o cliente) e para aquelas com as quais interage (os familiares, amigos, colegas de trabalho etc.), produzidos pelas consequências dos comportamentos a curto e a médio-longo prazo. O referencial a ser usado deve partir da premissa de que *uma interação harmoniosa se alcança com o equilíbrio entre controle e contracontrole exercidos pelas pessoas em interação.* O controle desigual sobre o outro em geral produz consequências positivas e minimiza as consequências adversas para aquele que domina o episódio comportamental. No entanto, no papel de sujeito ativo da interação, ele não está isento das consequências (positivas e aversivas) que seus comportamentos produzirão. As consequências que são reforçadoras (positivas ou negativas), a curto prazo, para aquele que tem o status de controlador podem ser substituídas por consequências aversivas a médio-longo prazo. As interações coercitivas só se mantêm enquanto o poder do opressor prevalece; tal poder é instável e tende a ser destituído (em uma ou mais gerações...). Uma relação de poder instala e mantém no opressor comportamentos arrogantes e de prepotência; diminui a tolerância à frustração; torna a pessoa alienada das consequências de suas ações; fazem-na insensível aos sentimentos do outro; e dão origem a formas insipientes de contracontrole, as quais, quando puderem ser expressas publicamente, serão emitidas de forma agressiva (o mais provável) e têm como desfecho o rompimento da relação e, provavelmente, a inversão da relação de controle. Da perspectiva do oprimido, os

comportamentos que emite são, basicamente, da classe de fuga-esquiva, mantidos por reforçamento negativo (suspensão temporária, adiamento ou redução da aversividade dos eventos) e os sentimentos são de culpa, de raiva, de agressividade, de medo, de ansiedade, de opressão. O único sentimento que pode ser considerado menos adverso é o de alívio, simulacro de reforço positivo! Uma interação social construtiva não se reconhece numa relação de controlador-oprimido. O antídoto é estabelecer uma relação equilibrada entre controle e contracontrole. Pode-se argumentar: mas não se está então estabelecendo uma relação de controlador e oprimido em sequência? Sim. Não há possibilidade de se eliminar relações de poder; há possibilidade de discipliná-las e humanizá-las. As interações de poder regidas pelo segundo nível de seleção de Skinner devem incluir o terceiro nível. Quando assim se faz, o processo comportamental que emerge nas interações se rearticula. Assim:

1. O controlador emite comportamentos e experimenta sentimentos correspondentes à sua função; por outro lado, a partir do momento em que o papel do controlador é invertido, ele emite comportamentos e experimenta sentimentos correspondentes à nova função de controlado.
2. A alternância dos papéis de controlador e controlado dá origem a uma série de relações de equivalência, em que os sentimentos e comportamentos se alternam, como num processo discriminativo: comportamentos e sentimentos ficam sob controle de estímulos específicos (S1 controlador; S2 controlado).
3. O equilíbrio entre controles dá origem a uma mudança positiva drástica: as contingências de reforçamento que regem as interações tendem a ser amenas. O controle aversivo – inevitável – inclui consequências aversivas *amenas*; há amplas possibilidades de emissão de comportamentos de *esquiva* – os quais protegem o outro de entrar em contato real com os eventos aversivos –; a relação interpessoal tende a ser de cooperação e entendimento e as respostas de esquiva tendem a produzir, além da evitação do evento aversivo, consequências positivas, o que por si ameniza o impacto dos eventos aversivos.
4. As pessoas, numa interação como a descrita, ampliam seus respectivos repertórios comportamentais em ambas as direções: a de produzir mais reforço positivo e a de amenizar os eventos aversivos.
5. O padrão comportamental de alternância de interação de controle-contracontrole tende a se generalizar para outras interações sociais.
6. A pessoa que sabe se comportar estabelecendo controles (amenos) sobre o outro e que, por sua vez, se submete ao controle do outro de maneira cooperativa (não submissa) pode ser descrita como assertiva, direta, compreensiva, amena, honesta com suas ações e sentimentos, com bom repertório de tolerância à frustração, sensível ao outro, atento às contingências de reforçamento em operação, governado por regras que passaram por uma avaliação crítica da realidade, dotada de sentimentos de boa autoestima, de confiança, de responsabilidade, de liberdade, de bem-estar, sem ressentimentos, sem agressividade, sem culpa. Nada mal, não parece?

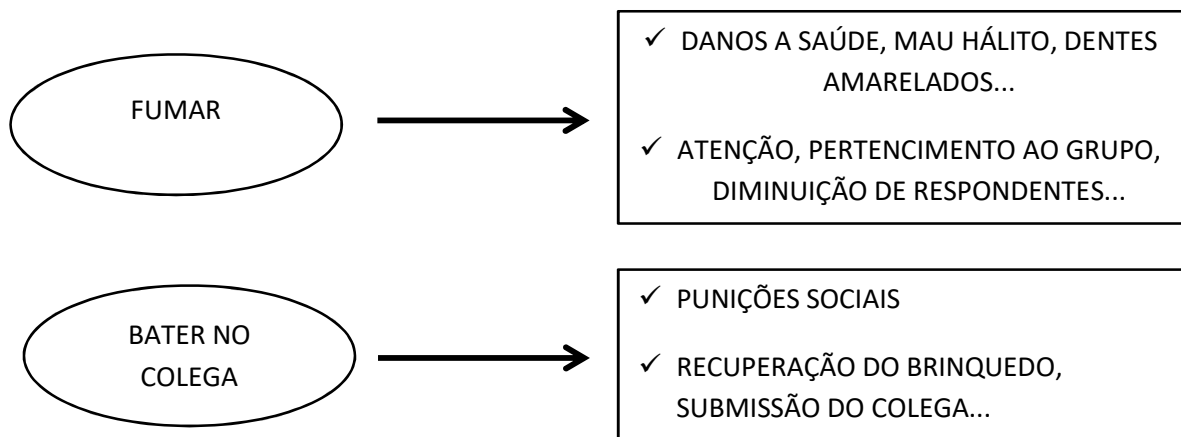
## DEFINIÇÃO DE TERMOS

### 1. *Comportamento funcional-disfuncional*

Todos os comportamentos são funcionais, no sentido de que são determinados por CRs, não importa se é desejado ou indesejado em contextos específicos do cotidiano do cliente. Assim,

COMPORTAMENTO  
 FUNCIONAL - DISFUNCIONAL

✓ Todo comportamento é funcional no sentido de que é determinado por CRs.



Logo, para haver consistência conceitual, *nenhum comportamento é disfuncional*. Há situações nas quais é quebrada tal consistência conceitual, pois a pessoa que faz a classificação comportamental fica sob controle dos efeitos aversivos resultantes da operação das contingências de reforçamento sobre o próprio indivíduo que se comporta ou sobre outras pessoas. Assim:

- a. produz consequências aversivas (danosas em algum nível) para o indivíduo, a curto ou a médio-longo prazo. Por exemplo, adquirir o hábito de fumar e persistir emitindo o comportamento de fumar produz danos demonstrados à saúde do fumante a curto prazo e que são ainda piores a médio-longo prazo. Fala-se que fumar é um comportamento *disfuncional*, tendo como critério classificatório o mal que causa à saúde da pessoa que fuma.
- b. produz consequências aversivas para outras pessoas a curto ou a médio-longo prazo. Assim, por exemplo, um pai-marido alcoolista, sob efeito do álcool, pode se comportar de forma agressiva, consequenciar de forma inconsistente os

comportamentos dos que o rodeiam, prejudicar o desempenho profissional de sua equipe de trabalho etc. Os padrões de comportamento que ele emite podem ser considerados disfuncionais. De modo equivalente, os comportamentos de um diretor de empresa ambicioso, desonesto, arbitrário, antiético, cujos comportamentos são de primeiro e segundo nível de seleção, e que não apresenta qualquer sensibilidade em relação ao que seus comportamentos produzem de mal nos seus subordinados, podem ser rotulados como disfuncionais, pelo critério da aversividade a que expõem continuamente o pessoal sob seu comando.

Nos estudos de casos têm sido comuns os usos dos termos comportamento funcional com a pretensão de comunicar que os comportamentos de interesse (do cliente ou por alguém de seu relacionamento) **no seu contexto de vida** são indesejados, produzem maiores conflitos, resultam em maior sofrimento... ou, inversamente, são desejados, produzem interações mais construtivas, resultam em bem estar, amenizam problemas...

Sugere-se, então que seja usado o termo no seu devido sentido conceitual. Por outro lado, **adote-se “comportamento desejado no contexto do cliente” ou “comportamento indesejado no contexto do cliente” na redação de estudos de casos. Podem ser feitas adaptações em torno do modelo proposto que melhor se apliquem em cada caso específico. Assim: “comportamentos desejados (ou indesejados) no ambiente do trabalho do cliente”; “comportamentos desejados (ou indesejados) na interação do cliente com seu parceiro conjugal”; “comportamentos desejados que resultaram em redução da ansiedade do cliente”; “comportamentos indesejados do cliente que resultaram em consequências aversivas” etc.**

Assim, não se pode afirmar, nos exemplos acima, que os comportamentos emitidos pelo fumante, pelo alcoolista e pelo diretor são disfuncionais: foram instalados por CRs de sua história de contingências e vêm sendo mantidos por CRs atuais.

Regras e autorregras podem descrever CRs, mas nem sempre isso ocorre. Quando elas não descrevem CRs pode-se dizer que são irracionais, impróprias, incorretas ou mesmo disfuncionais, neste caso com o sentido de que não descrevem interações do tipo se... então funcionais, validadas ou demonstradas empírica ou experimentalmente. O melhor modo de nomeá-las é regras que descrevem interações disfuncionais. No entanto, comportar-se sob controle de regras e autorregras (sejam elas descrições funcionais de CRs ou disfuncionais) é sempre funcional. Elas podem ser seguidas pelas consequências aplicadas por quem as apresenta (aquiescência) ou pelas ocorrências das consequências nelas especificadas (rastreamento).

## 2. *Comportamento desejável-indesejável*

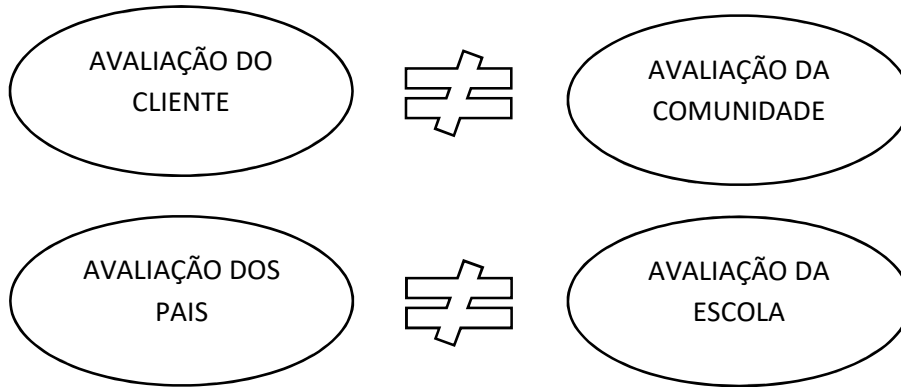
O uso dos termos desejável-indesejável supõe que a avaliação do comportamento decorre de critérios externos ao meio cotidiano em que a pessoa vive. Assim, por exemplo, os dogmas de uma religião – os quais não estão sujeitos a revisão – permitem classificar determinado comportamento como indesejável. Desta forma, uma pessoa com orientação homossexual emite comportamentos considerados indesejáveis pela maioria das religiões. Outras agências de controle podem ter função classificatória semelhante: o governo, o sistema jurídico, a ciência, a filosofia, as ciências médicas, os estatutos de associações etc. Tais agências dispõem de poder para classificar os comportamentos de seus membros como indesejáveis e aplicar as sanções (em geral, punitivas) de sua competência. A classificação do comportamento está prevista nas leis, nos códigos, nos regulamentos, nos dogmas... e, se for demonstrado que o comportamento de fato foi emitido, as consequências decorrem automaticamente. Ao psicoterapeuta não compete adotar tais critérios. Eventualmente, as pessoas o procuram misturando critérios pessoais com critérios das agências controladoras. Por exemplo, um pai amoroso, que quer o melhor para seu filho, pode procurar um psicoterapeuta para modificar a orientação homossexual de seu filho, sob influência de conceitos religiosos de que seu filho está em pecado e precisa ser salvo. Ao psicoterapeuta cabe discernir sua função profissional, atuar de forma consistente com o que a Psicologia como Ciência e Profissão recomenda; não de acordo com critérios externos aos seus compromissos como psicoterapeuta no exercício de sua atividade profissional.

## 3. *Comportamento desejado-indesejado*

No processo psicoterapêutico, o profissional confronta-se o tempo todo com o complexo desafio de categorizar comportamentos que deveriam ser alterados e os que deveriam ser preservados. Que critérios usar? O psicoterapeuta não se apoia em critérios universais – pois são arbitrários, embora dentro de sistemas consistentes, e, não obstante, baseados em princípios estranhos à Psicologia. O que se pode dizer é que determinado comportamento é *indesejado* por alguém (pai, mãe, namorado, namorada, marido, esposa, professor etc.), para quem o comportamento específico tem função aversiva. Decorre, no entanto, que outras pessoas poderiam discordar de tal avaliação ou até mesmo considerar o mesmo comportamento *desejado*. Tal discordância, vinda de contextos externos aos personagens centrais do processo psicoterapêutico, nem sempre pode ser negligenciada. Uma professora pode considerar determinada classe de comportamentos de um aluno como indesejada (para ela, no contexto de sala de aula) e rotulá-la como insubordinação, desrespeito à autoridade etc., enquanto os pais podem classificar as mesmas classes comportamentais como desejadas (por eles), com o argumento de que assim se comportando o filho estará melhor preparado para

enfrentar com sucesso as dificuldades da vida, poderá se tornar um líder nas atividades profissionais futuras, não se curvará a controles sociais estranhos aos seus valores etc.

### COMPORTAMENTO DESEJADO – INDESEJADO



Em casos como esse, prevalecerá o critério adotado pela agência controladora mais poderosa ou como resultado de um compromisso acordado entre as agências controladoras. Se o aluno for advertido de que será expulso da Escola por causa de seus comportamentos, os pais terão que reavaliar seus critérios, tentar mudar o filho para uma Escola que tenha critérios de avaliação mais próximos dos deles etc. Por outro lado, outros pais podem se juntar aos primeiros e apresentar para a Escola reivindicações para que a professora seja orientada a flexibilizar seus critérios de avaliação, podem argumentar que a professora se excede nas consequências que aplica aos alunos, contrariando a própria linha educacional da Escola... Adicionalmente, o próprio cliente pode concordar com a classificação que *outros* atribuem a seu comportamento. A questão é: o comportamento em si lhe é aversivo, independentemente da avaliação da comunidade social em que está inserido? Ou lhe são aversivas as consequências sociais produzidas pelo comportamento e não o comportamento em si. As respostas às duas questões podem conduzir o processo psicoterapêutico por diferentes percursos. Assim, se a aversividade vem do próprio comportamento, o psicoterapeuta deve investigar a gênese da função aversiva do comportamento e avaliar com o cliente o que é mais pertinente: conviver com tal aversividade ou tentar alterar as fontes de tal aversividade. Por exemplo, falar em público, fazer uma apresentação oral para a equipe de trabalho pode ser aversivo, e o cliente pode preferir mudar de função profissional, a fim de não ser solicitado a desempenhar tal atividade. Pode-se, por outro lado, priorizar o desenvolvimento de repertório social, de autoexpressão, evolução nos comportamentos e sentimentos de autoestima e de autoconfiança, o que o habilitaria a permanecer no trabalho com satisfação. Quando uma pessoa tem repertório eficaz para se desempenhar em determinado contexto e opta por não participar daquela atividade,



seu critério de escolha é mais confiável; provavelmente, não se trata de comportamento de fuga-esquiva. De forma equivalente, se os comportamentos das pessoas têm para o cliente função aversiva, cabe ao psicoterapeuta investigar a origem de tal aversividade e quais CRs atuais estão mantendo tal aversividade. Nesta condição, seria fundamental rever o sistema de regras e autorregas que governam os comportamentos do cliente, ampliar o repertório comportamental dele, instalando novos comportamentos que produzam reforços positivos e minimizem, posponham ou eliminem temporariamente consequências aversivas. O cliente deve reduzir seu repertório de fuga-esquiva e ampliar repertório comportamental apropriado de enfrentamento dos eventos cotidianos.

Por outro lado, o próprio cliente pode classificar comportamentos seus como aversivos *para si mesmo*. Tal classificação pode ou não ser compartilhada pela comunidade social com a qual interage. Nesse caso, o cliente pode, por exemplo, se achar incompetente na sua área profissional, enquanto sua chefia e colegas de trabalho o consideram um dos melhores na área. Em outro caso, a família pode considerar a filha mais velha muito tímida, avessa a atividades sociais, o que dificulta seu desenvolvimento profissional e afetivo. A cliente, neste caso, expõe para o psicoterapeuta que gostaria de namorar, de ter uma vida social e afetiva “normal”, como a de suas colegas, mas que não consegue... Pode se queixar, adicionalmente, de que sua vida profissional está estagnada por causa de suas limitações nas relações com seus pares no trabalho. Nesta última alternativa, não se pode concluir que a classificação do comportamento decorre de uma hierarquia de poder de controle, uma vez que as duas partes concordam com a avaliação comportamental. Pode ser apropriado, inclusive, orientar os familiares para cooperar com o processo psicoterapêutico. Assim, a família pode propiciar situações que auxiliem no desenvolvimento de repertório social (promover encontros sociais com familiares, amigos etc. em casa), reduzir cobranças sobre a filha para que emita determinadas classes comportamentais sem criar condições para instalar os comportamentos que são pré-requisitos. A integração harmônica entre os papéis do psicoterapeuta e da família, com a anuência da cliente, pode ser de muita valia nos progressos psicoterapêuticos. Na alternativa em que o cliente é mais exigente consigo mesmo do que a comunidade que o cerca, pode-se dizer que ele é vítima de um controle aversivo que, presentemente, não é externo a ele. Há várias considerações que podem ser apresentadas. Assim:

- a. o cliente não tem “vocação”<sup>2</sup> para a atividade profissional que executa: os comportamentos profissionais não produzem reforços positivos *naturais*; como tal, ele apresenta variabilidade comportamental, da classe de comportamentos mais elaborados, os quais não dão origem a reforços naturais. Os reforços sociais do chefe e dos colegas de trabalho são arbitrários e não têm função de *reforço positivo*

---

<sup>2</sup> Atividade vocacional está sendo definida como aquela que envolve basicamente comportamentos que produzem consequências reforçadoras positivas naturais.

(apenas fenótipo de reforço social). Cabe ao psicoterapeuta analisar o que deve ser feito para o cliente trabalhar em atividades que produzam reforços naturais.

- b. o cliente tem déficit de comportamentos de autocontrole, de tal maneira que seu desempenho é suficiente para as exigências do ambiente de trabalho, mas está aquém do nível de desempenho que ele considera apropriado. Falta-lhe disciplina para engajar-se nas atividades de trabalho, tem baixa tolerância à frustração, deixa-se influenciar por consequências reforçadoras positivas ou negativas imediatas produzidas por comportamentos incompatíveis com desempenho profissional almejado por ele (dorme exageradamente, chega atrasado, não cumpre os prazos das tarefas solicitadas etc.). A diferença entre este item e o anterior é que, quando se comporta de acordo com suas próprias exigências, então sente-se gratificado, gosta dos seus produtos (gera reforços positivos naturais). A tarefa do psicoterapeuta consiste em desenvolver comportamentos de autocontrole para produzir mais e melhores reforços positivos naturais.
- c. O cliente tem déficit de comportamentos sociais que resultam em:
  1. dificuldades de ser reconhecido de forma abrangente pela sua atuação: não é promovido, não recebe boas avaliações, o que pode ser identificado através de frases tais como “Você é tecnicamente muito bom, mas falta-lhe capacidade de liderança, de tomar iniciativas, de trabalhar de forma harmônica em equipe...”
  2. ser governado por autorregras depreciativas que o levam a não ficar sob controle das consequências sociais dos seus comportamentos: “Falam isso para me agradar...”; “Se me consideram competente, é porque o nível de suas capacidades é muito baixo...”; “Nunca vou aceitar uma promoção, pois não me sinto pronto para conduzir um grupo de trabalho”; “O chefe exagerou na minha avaliação, não sou tudo isso...”. Tais pensamentos resumem um padrão comportamental e de sentimentos que mesclam baixa autoestima e baixa autoconfiança. O psicoterapeuta precisa focar em suas análises o que, na história de contingências de reforçamento do cliente, o levou a elaborar tal sistema de regras e autorregras disfuncionais e desconstruí-las. Levá-lo a ser mais sensível às contingências de reforçamento presentemente disponíveis.

Como fica a posição do psicoterapeuta quando os critérios de quem define o comportamento como desejado ou indesejado entra em conflito com os critérios de outra agência de controle: critérios da família com os critérios da Escola; critérios do marido com os da esposa; critérios do filho com os dos pais; critérios do funcionário com os de seu gestor; critérios do devoto com os dogmas de sua religião etc.? Ainda mais, o que fazer com o cliente quando os critérios que ele usa para categorizar comportamentos seus como problemáticos não coincidem com os do psicoterapeuta e, como tal, podem e devem ser reavaliados? Ou seja, algumas convicções e certezas

dos clientes decorrem de falhas no repertório comportamental; de uma história de contingências de reforçamento com excessos de controle coercitivo ou excessos de consequências reforçadoras positivas não contingentes; de regras e autorregras disfuncionais; de baixa tolerância à frustração etc. O cliente sabe o que sente, sabe como avalia seus comportamentos, mas não sabe o que o leva a sentir e a avaliar daquela determinada maneira!

Algumas diretrizes podem ser propostas. Assim, o psicoterapeuta deve ficar sob controle de:

1. Os comportamentos desejados devem ser mantidos basicamente por reforços positivos *amenos* arbitrários, se necessário, e naturais sempre que possível;
2. Os comportamentos desejados devem ser mantidos por consequências que não tenham função aversiva para as pessoas relevantes em cada contexto analisado. Se consequências aversivas para o outro forem inevitáveis, devem ser amenas (minimamente coercitivas) e deve-se criar condições para o outro emitir comportamentos de fuga-esquiva;
3. Os comportamentos emitidos pelo cliente devem produzir o máximo de benefícios e o mínimo de mal para ele e o máximo de benefícios e o mínimo de mal para as pessoas significativas das suas interações;
4. As consequências devem ser consideradas quanto às suas funções a curto prazo e a médio-longo prazo: o que é bom e faz bem agora, pode ser ruim e fazer mal a médio-longo prazo; e, inversamente, algo que é doloroso e faz mal agora pode ser benéfico e fazer bem a médio-longo prazo;
5. Os comportamentos indesejados têm funções que os selecionam e os mantêm. Sendo assim, cabe ao analista do comportamento identificar tais funções e se propor a modelar *outros comportamentos* – considerados desejados – que produzam consequências selecionadoras que preencham os requisitos expostos nos itens 1 e 2 acima;
6. É importante haver um equilíbrio entre os comportamentos selecionados de acordo com o segundo nível de seleção (aquilo que é reforçador positivo e reforçador negativo para o cliente) e o terceiro nível de seleção (aquilo que é reforçador positivo e reforçador negativo para as pessoas do meio social do cliente). Exceder no segundo nível de seleção produz pessoas pouco ou nada sensíveis ao outro (seriam rotuladas de “egoístas”, “calculistas”, “frias” etc.); exceder no terceiro nível produz pessoas que são exageradamente sensíveis aos outros e pouco sensíveis a si próprias (seriam rotuladas de “fracas”, “altruístas”, “boazinhas”, “inassertivas” etc.). Ambas as alternativas levam a desfechos dolorosos, tais como solidão, rejeição, abandono, doenças... a médio-longo prazo.
7. Ficar sob controle das categorizações comportamentais feitas por pessoas que convivem com o cliente pode resultar em prestar serviço ao sistema de controle

que se impõe ao cliente (a quem o psicoterapeuta serve?); ficar sob controle das categorizações comportamentais feitas pelo cliente pode incorrer na perigosa negligência das consequências modeladoras e mantenedoras dos comportamentos, as quais podem ser perniciosas; se não a curto prazo, com certeza o serão a médio-longo prazo! O psicoterapeuta não deve ficar sob controle do comportamento verbal: “Eu quero me comportar assim”, mas ficar sob controle da resposta à pergunta: “O que controla o comportamento do cliente de dizer que quer (ou de querer) continuar se comportando de determinada maneira?”

8. Pode-se assegurar que, mesmo quando as pessoas afirmam que querem se comportar de determinada maneira, elas não sabem o que dizem. Ficar sob controle do que as pessoas fazem (da forma como agem) é restringir-se ao controle exercido pela coluna do meio do paradigma da tríplice contingência de reforçamento. Cabe ao psicoterapeuta levá-la a ficar sob controle:
  - a. dos três componentes da tríplice contingência de reforçamento;
  - b. das operações estabelecedoras (motivacionais) presentes;
  - c. da história de contingências de reforçamento, a qual é responsável pela instalação de repertórios comportamentais e pela aquisição das funções reforçadoras e aversivas dos eventos;
  - d. do contexto atual em que a pessoa está inserida;
  - e. da composição funcional do meio social a que ela pertence;
  - f. das consequências dos comportamentos a curto e a médio-longo prazo.

Atender aos oito itens é o mínimo que se pode exigir para afirmar que a pessoa está se comportando de forma *consciente*; sem atender a tal condição a pessoa está se comportando sem saber em função de que está se comportando.

Conclui-se que o psicoterapeuta parte da definição do cliente ou daqueles que cercam o cliente sobre qual comportamento é indesejado, aquele que deve ser enfraquecido; e, correspondentemente, qual comportamento é desejado e deve ser instalado ou fortalecido. No entanto, sempre cabe ao psicoterapeuta analisar *o que controla* a queixa e não assumir como ponto definitivo, sem análise, que são exatamente esses os comportamentos com os quais lidará. O objetivo da análise comportamental *não é comportamento*, mas CRs das quais comportamentos de interesse são função. E quando o cliente discorda da categorização dos comportamentos feita pela comunidade verbal? Neste caso, cabe o mesmo raciocínio: a categorização particular feita pelo cliente é função de quais CRs? Pode ser que a avaliação do cliente sobre seu repertório comportamental precise ser revista, reavaliada e alterada. Às vezes, o que parece comportamento de escolha, instalados e mantidos por CRs construtivas ou repertório comportamental independente de restrições sociais (alheias ao que é reforçador para o cliente), pode na verdade vir sendo mantido por CRs indesejadas, uma vez que prevalece insensibilidade às CRs sociais que visam a auxiliá-lo

a se desenvolver, ou pode ser repertório comportamental que vem sendo governado, essencialmente, por regras que descrevem interações disfuncionais. As duas alternativas sugeridas (insensibilidade às CRs atuais e excessivo controle exercido por regras) como geradoras de comportamentos indesejados precisam ser identificadas e alteradas. As razões pelas quais o cliente se opõe à avaliação do grupo social significativo para ele, e pelas quais define seu comportamento como desejado (por ele) precisam ser analisadas, da mesma maneira que apresentamos a análise sobre o cliente que concorda com a avaliação de seu grupo. Volto a repetir: não é objetivo do psicoterapeuta lidar com os comportamentos conforme são expressos verbalmente ou por atuação; compete a ele identificar, analisar e alterar as CRs das quais tais comportamentos são função.

Uma palavra final sobre a questão de controle e contracontrole. A exposição pela qual introduzi o presente texto deve estar subjacente a todas as análises e intervenções do psicoterapeuta. Em todas as condições expostas, as quais envolvem controle de comportamento, é essencial definir como se expressam as relações de controle e contracontrole. As interações entre cliente e psicoterapeuta também envolvem relações de controle e contracontrole, o que não pode ser ignorado e é algo a que o psicoterapeuta deve estar atento: o cliente fica sob controle do psicoterapeuta; o psicoterapeuta fica sob controle do cliente (daí nos esquivarmos de chamá-lo de “paciente”), em busca de equilibradas e construtivas influências recíprocas, garantidos os limites profissionais da interação. Avançar no processo psicoterapêutico sem ajustar tais relações de influências comportamentais recíprocas equivale a avançar por terreno desconhecido com uma bússola descalibrada!

Veja um exemplo, a título de ilustração:

Uma criança de cinco anos chora, faz birra, bate na mãe. Tais comportamentos são classificados pelos pais como indesejados por eles. “Queremos que você ajude nossa filha a parar de fazer birra”, dizem os pais ao psicoterapeuta. “Não temos mais um minuto de sossego”, continuam. “Nem saímos mais de casa com a Ritinha, pois ela nos faz passar vergonha... Não sabemos o que fazer com ela.” “Às vezes, tememos até pela saúde dela. Outro dia chorou tanto que perdeu o fôlego. Teve até um início de desmaio...”

#### 1. A criança está controlando ou contracontrolando os pais?

Na primeira alternativa, os pais lhe dão excessiva atenção, se preocupam em evitar que Ritinha sofra a menor frustração e prontamente a atendem. Os pais não ficam sob controle das CRs em operação na interação deles com a filha e reforçam com atenção todo e qualquer comportamento. Assim, modelaram os tais comportamentos de birra.

Na segunda alternativa, os pais estão continuamente ausentes de casa, pois ambos trabalham o dia todo. Chegam cansados à noite, com outras atividades por fazer, que não dizem respeito a Ritinha. Assim, se dedicam a terminar algum relatório profissional, cuidar de tarefas da casa que ficaram por fazer, telefonar para amigos, eventualmente sair para

fazer um programa de lazer... Ritinha passa o dia com uma “Senhora muito boa, que foi nossa empregada desde o início de nosso casamento e que, sendo de nossa absoluta confiança, a colocamos como babá da Ritinha, quando eu [a mãe] retomei meu trabalho na Empresa!...” Fica claro que os pais modelaram comportamentos de birra na filha, ao lhe darem atenção seletivamente: quando se comporta de modo desejado pelos pais, eles a ignoram: “Ela está bem, brincando com suas coisas”, dizem. Quando Ritinha chora, se opõe aos pais com gritos etc., os pais se aproximam, dão-lhe atenção, abandonam seus afazeres a fim de acalmá-la... O processo de modelagem pode ser facilmente identificado. Os processos psicoterapêuticos em cada um dos casos são diferentes. Os comportamentos da queixa são os mesmos, as CRs que controlam a queixa são diferentes, as CRs que modelam e mantêm os comportamentos da queixa são diferentes...

## 2. O que controla os comportamentos dos pais de Ritinha na primeira condição e o que os controla na segunda?

Uma explicação possível sobre a condição em que os pais ficam sob controle de Ritinha pode ser encontrada no conjunto de regras que governam os comportamentos dos pais nas interações com a filha. Assim, “Devemos dar amor incondicional à criança, pois se não for assim ela terá baixa autoestima e se sentirá pouco amada...”; “Frustrar uma criança dizendo-lhe *não* ou privando-a de atenção, gera traumas que a tornarão insegura ou agressiva...”; etc. Se for este o caso, o psicoterapeuta deve ensinar os pais a usarem procedimentos de enfraquecimento dos comportamentos indesejados de Ritinha e de fortalecimento de comportamentos desejados que sejam incompatíveis com os indesejados ou que ampliem o repertório de comportamentos desejados de Ritinha. Os pais estarão aprendendo a contracontrolar os comportamentos indesejados da filha.

De que maneira os pais modelam comportamentos indesejados (por eles) da filha e fortalecem comportamentos de contracontrole dela? Os pais consequenciam os comportamentos desejados da filha com indiferença (talvez o procedimento pudesse ser identificado como extinção operante); então ela passa a apresentar variabilidade comportamental com crescente grau de aversividade para os pais, até o ponto em que eles lhe dão atenção (a criticam, a aconselham, lhe dão instruções de como gostariam que ela se comportasse etc... ou seja, qualquer consequência vinda deles tem função reforçadora positiva para a filha: consequência social, mesmo na forma de crítica, é mais gratificante que a indiferença). A filha muda temporariamente o comportamento que é aversivo para os pais (para de gritar, de chorar, de quebrar coisas etc.) e, assim, reforça negativamente os comportamentos deles. Os pais podem ter seus comportamentos profissionais, sociais e até mesmo os parentais governados pelas regras regidas pelo segundo nível de seleção. Tais regras podem ser enunciadas assim: “Os pais devem permanecer pessoas independentes dos filhos, se engajar em outras atividades – profissionais e sociais – paralelamente aos comportamentos de cuidados parentais...”; “As crianças que são criadas sem a presença

continua dos pais a seu lado tornam-se pessoas independentes, aptas a tomar iniciativas e a decidir na vida o que é melhor para elas...”; “Os filhos crescem e tomam seu próprio rumo na vida; esperar até que cheguem a esse ponto implica em se afastar do mercado de trabalho e inviabilizar a retomada da vida profissional”; etc. Se for essa a hipótese correta, cabe ao psicoterapeuta orientar os pais a melhor equilibrarem os comportamentos profissionais e sociais com os comportamentos de atenção à filha. Adicionalmente, devem priorizar a prática de reforçar sistemática e diferencialmente comportamentos desejados: os incompatíveis com os indesejados e outros que ampliam repertório comportamental. Enquanto isso devem evitar reforçar positivamente comportamentos indesejados. Os pais estarão aprendendo a controlar (modelar) os comportamentos desejados de Ritinha.

### 3. Os pais respondem exclusivamente à filha?

Não, eles são controlados pelas regras que os governam e pelo mundo exterior ao ambiente familiar: amigos, colegas de trabalho, mídia etc. São controlados pelos dois grupos de CRs. Precisam aprender a contracontrolar tais controles: mudar as regras que os governam e dar limites, dizer “não”, aos controles do ambiente profissional e social que os afastam de Ritinha.

## RESUMO

O que chamamos de *comportamento* e de *sentimento* é produto de contingências de reforçamento (CRs). O analista do comportamento se interessa pelos comportamentos e sentimentos das pessoas, no entanto, não pode lidar com eles diretamente. O instrumento disponível para influenciar e alterar comportamentos e sentimentos são as contingências de reforçamento, pois estas podem ser manipuladas segundo os princípios comportamentais, conforme foram sistematizados e enunciados pela Análise Experimental e Aplicada do Comportamento.

Classificar comportamentos com rótulos arbitrários, tais como funcionais-disfuncionais, desejáveis-indesejáveis, desejados-indesejados pode ser pernicioso, do ponto de vista prático, e inconsistente, do ponto de vista conceitual. A *classificação dos comportamentos* em qualquer categoria é também comportamento a ser explicado. A questão é: por que alguém classifica determinados comportamentos como funcionais-disfuncionais, desejados-indesejados, desejáveis-indesejáveis? A que contingências de reforçamento alguém está respondendo quando classifica um dado comportamento como disfuncional, indesejável ou indesejado (ou seus opostos)? Logo, nada se perde em deixar de lado a classificação arbitrária; muito se ganha em localizar as contingências de reforçamento que determinam tal classificação. Estas CRs é que são objeto de estudo do analista do comportamento; não os comportamentos que decorrem da classificação.

Identificadas as CRs que regulam as classificações comportamentais, é preciso ter conhecimento prático para alterá-las. Isto nos é fornecido pelos avanços tecnológicos das Análises Experimental e Aplicada do Comportamento, que desenvolveram e vêm aprimorando a tecnologia comportamental, a qual oferece procedimentos de ação eficaz.

Resta, então, ter poder para implementá-la. Neste ponto, entram os conceitos de controle e contracontrole. Quem define qual comportamento deve ser mudado, de quem, em qual direção e por meio de quais métodos é aquele que tem o controle da interação. Neste ponto cabe a questão formulada por Holland: “O Analista do Comportamento é parte do problema ou da solução?” Não cabe ao psicoterapeuta participar das mudanças comportamentais, se não forem claras para ele as respostas a questões tais como:

1. Com sua ação, você estará aumentando o poder do controlador?
2. O que o controlador pode fazer com seu poder aumentado? Quem se beneficiará: ele próprio à custa do outro; ou o resultado será interações harmônicas com ganhos para todas as partes envolvidas?
3. Com sua ação, você estará desenvolvendo comportamentos de contracontrole?
4. Quais são os limites do contracontrole? Ampliá-lo até reverter a relação de poder que estava em vigor (neste caso se produz um novo opressor e um novo oprimido); ou atuar para garantir a liberdade do oprimido, ou seja, modelar comportamentos de contracontrole?
5. Você deveria, com sua ação, desenvolver uma relação de equilíbrio entre controle e contracontrole, de tal maneira que as partes envolvidas alternem seus papéis (ora é controlado; ora contracontrola), visando a um equilíbrio harmônico e construtivo de influências recíprocas. Suas ações são guiadas por esse princípio?

*São as ações de controle e de contracontrole que criam a necessidade de classificar comportamentos, portanto o que importa é identificar e influenciar as CRs que regem tais relações. Relações de controle e de contracontrole não desaparecerão das interações humanas; o que se pode fazer é levá-las a um equilíbrio, que resulte em ganhos para os lados envolvidos.*