

COM QUE CONTINGÊNCIAS O TERAPEUTA TRABALHA EM SUA ATUAÇÃO CLÍNICA?

HÉLIO JOSÉ GUILHARDI¹
Instituto de Análise de Comportamento
Campinas - SP

Ao tentar responder a questão título desta apresentação tem-se que explicitar inicialmente uma importante limitação metodológica. No trabalho clínico típico, quer em consultórios, quer em clínica-escola, onde não se faz pesquisa com controle rigoroso de variáveis, é impossível afirmar quais variáveis estão de fato em operação, quais estão sendo manipuladas, quais estão sendo modificadas, em suma, o que é função de que. Não se está afirmando que o trabalho clínico não comporte uma investigação cientificamente rigorosa. Delineamentos de caso único - reversão, linha de base múltipla e variações destes dois delineamentos experimentais básicos - permitem que se alcance num trabalho clínico respeitável status científico (Hersen & Barlow, 1976).

O trabalho clínico é legitimado por inúmeros autores, e o próprio Skinner (1978, p. 29) ao mencionar que “o material a ser analisado por uma ciência do comportamento provém de muitas fontes explicita que “a observação clínica fornece material em quantidade... Ainda que, geralmente, se concentrem nos distúrbios que levam as pessoas às clínicas, os dados clínicos são frequentemente interessantes e de especial valor quando a condição excepcional do paciente indica uma característica importante do comportamento.” Assim, ao lado das eventuais contribuições que traz ao cliente que dele se socorre para obter alívio de seus problemas, também contribui com suas descobertas, apesar das limitações metodológicas, para o corpo de conhecimento da Psicologia como Ciência.

Neste trabalho é necessário ter claro que se reconhece que na clínica não se está fazendo um trabalho de análise experimental de comportamento (Skinner, 1978), mas o terapeuta comportamental munido dos conhecimentos de princípios, conceitos e procedimentos comportamentais olha para a realidade clínica com o referencial teórico da proposta comportamental em particular do behaviorismo radical e, desta forma, interpreta e interfere no processo terapêutico à luz desse referencial. Assim, o terapeuta comportamental está fazendo uma análise comportamental, ou uma análise conceitual comportamental (Todorov, 1982), ou uma análise da realidade clínica com linguagem comportamental. As interações sugeridas pelo terapeuta, ou seja, as possíveis contingências em operação na situação clínica (considerando-se o “aqui-agora” da sessão) ou na relação do cliente com seu mundo, são hipóteses a serem testadas e verificadas. O teste empírico em última análise é concretizado através das mudanças comportamentais do cliente. Essas mudanças são determinadas por múltiplos fatores intra e extra sessão terapêutica, impossíveis de serem isolados. Resta, portanto, ao terapeuta - para não classificar seu trabalho de inútil ou de

¹ Guilhardi, H. J. (2001) Em Roberto Alves Banaco (Org.), *Sobre Comportamento e Cognição – aspectos teóricos, metodológicos e de formação em Análise do Comportamento e Terapia Cognitivista*. Vol. 1. Ed. ARBytes: São Paulo.

utilidade indemonstrável - buscar vestígios de relações entre o que ocorre na sessão e as mudanças comportamentais do cliente.

As evidências que possam demonstrar a adequacidade das contingências sugeridas pelo terapeuta para descrever e explicar o que está ocorrendo com o cliente (quais são de fato as relações funcionais?) são precárias no estudo do sujeito único em terapia. Também são precárias as evidências sobre as reais contingências que o terapeuta supõe estar manejando, na forma de regras e de rearranjo das condições que estão ao seu alcance manipular. Está o terapeuta, de fato, trabalhando com as variáveis que supõe estar manipulando? O problema do controle experimental e de definição e controle de variáveis é complexo numa situação quase natural, como é o caso de uma sessão de terapia. Alguns cuidados podem ser programados, como sugerem Campbell & Stanley (1963), para definir variáveis, sistematizar coleta de dados e relacionar variáveis, atribuindo ao estudo clínico pelo menos o status “quase-experimental”. Ao longo de sua prática clínica, no entanto, o terapeuta pode repetir seus procedimentos (pode-se dizer que o procedimento terapêutico é uma classe de comportamentos que tem algumas funções em comum, funções essas que permitem classificar desempenhos bastante diferentes na forma de o terapeuta se relacionar com o cliente numa mesma classe funcional, como por exemplo, comportamentos reforçadores, punitivos, etc.) com diversos clientes, de modo a conseguir de certa maneira replicar a introdução das variáveis terapêuticas (experimentais) em sucessivos clientes (Guilhardi, 1987). Enquanto delineamento experimental, pode-se falar em linha de base múltipla com diferentes sujeitos, envolvendo replicações sistemáticas do procedimento inter-sujeitos (Sidman, 1976).

Em suma, é possível identificar e descrever as possíveis contingências em operação na relação direta entre terapeuta e cliente e aquelas a que se pode chegar pelo relato do cliente. No entanto, a descrição dessas contingências não supera o status de hipótese de trabalho (Bacharach, 1971). A evolução do processo terapêutico acrescenta dados que confirmam ou refutam a adequacidade das contingências hipotetizadas, influenciando assim o comportamento do terapeuta, modelando, reforçando, punindo, etc., seu repertório de analisar e manejar as contingências. O trabalho é basicamente *indutivo* e *funcional*. A *previsão* por parte do terapeuta, se correta, adiciona evidência a favor da adequacidade de sua análise. Não a prova, porém. Somente o *controle* sobre o comportamento, pouco acessível num contexto clínico, a comprovaria. A repetição dos padrões de análise e a repetição das comprovações de previsão dão maior solidez ao trabalho do terapeuta, mas não lhe outorgam ainda o status de experimental.

Algumas características do processo terapêutico

O processo terapêutico pode ser esquematicamente conceituado como uma sequência de interações da seguinte forma:

A

Cliente é o narrador: sua narrativa tem múltiplas funções para o terapeuta: SD, Sr, S pré-av, S av, eliciadora, etc.

Terapeuta é o ouvinte: responde a narrativa do cliente em função de:

- a. seu referencial teórico-conceitual e do conjunto de procedimentos de manejo de comportamentos;
- b. seu sistema de valores, crenças, emoções, etc. (repertório comportamental desenvolvido pelo conjunto de contingências às quais respondeu durante a vida).
- c. suas motivações presentes (contingências atuais em operação, quer aquelas em operação no seu cotidiano fora da sessão, quer as em operação na sessão).

B

Terapeuta é o narrador: sua narrativa tem múltiplas funções para o cliente: SD, Sr, S pré-av, S av, eliciadora, etc.

Cliente é o ouvinte: responde à narrativa do terapeuta em função de:

- a. seu sistema pessoal de valores, crenças, emoções, etc. (repertório comportamental desenvolvido pelo conjunto de contingências às quais respondeu durante a vida).
- b. suas motivações presentes (contingências atuais em operação, quer aquelas em operação no seu cotidiano fora da sessão, quer as em operação na sessão).

O processo terapêutico depende das interações dos repertórios de narrador e ouvinte do terapeuta, bem como dos repertórios de narrador e ouvinte do cliente.

As intervenções do terapeuta têm como objetivo último levar o cliente à auto-observação e ao auto-conhecimento (ser capaz de descrever as contingências às quais responde e influir nelas). “Todo o comportamento, seja ele humano ou não humano, é inconsciente: ele se torna “consciente” quando os ambientes verbais fornecem as contingências necessárias à auto-observação” (Skinner, 1991, p. 88). Ou seja, o terapeuta para cumprir seu papel deve assumir na interação com o cliente a função dos “ambientes verbais”.

Micheletto e Sérgio (1993, p.19) apresentaram uma clara síntese da concepção da consciência de acordo com o behaviorismo radical: “Skinner afirma o auto-conhecimento como a possibilidade de um tipo especial de conhecimento. Como fruto de contingências sociais, os homens podem descrever seus comportamentos, sentimentos e as relações entre seus comportamentos, sentimentos e o ambiente; estas descrições podem se referir a eventos passados, presentes e futuros. Para Skinner o auto-conhecimento é sinônimo de consciência, podendo haver diferentes graus de consciência correspondendo à quantidade e ao tipo de elementos envolvidos na descrição. Estes diferentes graus teriam como extremos, de um lado, o “comportamento modelado e mantido por suas consequências imediatas”, que seria “não só inconsciente”, mas “irracional, irrazoável, não planejado” e, de outro, o “auto-governo”, quando “fazemos nossas próprias regras e as seguimos”(Skinner, 1987, p.38). Com isso abre-se a possibilidade, apesar de todas as dificuldades nela envolvidas, de um sujeito consciente e, inclusive por isso, passível de ser conhecido”.

O processo do auto-conhecimento ocorre, concretamente, através de questões feitas pelo terapeuta, que levam o cliente a descrever seus comportamentos e os sentimentos que o acompanham e a relacionar esses comportamentos e sentimentos com o ambiente (Skinner,

1969). Neste caso, as contingências verbais que promovem a auto-observação são explícitas. “As pessoas são solicitadas a falar sobre o que estão fazendo ou porque o estão fazendo e, ao responderem, podem tanto falar a si próprias com a outrem. A psicoterapia é, frequentemente, um espaço para aumentar a auto-observação, para “trazer à consciência” uma parcela maior daquilo que é feito e das razões pelas quais as coisas são feitas” (Skinner, 1991, pp. 46 e 47). O terapeuta pode auxiliar ainda mais nesse processo discriminativo dando modelos para o cliente (pode, por exemplo, sugerir relações que o cliente sozinho não é capaz de fazer). Sua função não é exclusivamente questionar, mas também sistematizar as informações, fazer previsões, levantar hipóteses, etc.

Segundo Zettle (1990) as descrições verbais de contingências que o cliente chega a fazer (sob influência do terapeuta), subsequentemente podem vir a controlar o comportamento do próprio cliente. Um passo importante consiste em planejar contingências que levem a uma correspondência entre pensar, dizer e fazer. Quando o indivíduo segue as próprias descrições verbais das contingências (auto-regras) está melhor preparado para responder às exigências da sequência pensamento-ação. Quando um cliente adquire comportamento de seguir regras e auto-regras, está melhor preparado para lidar com o mundo “porque ele mesmo pode, então, reagir mais eficazmente no momento em que o comportamento modelado por contingências estiver enfraquecido” (Skinner, 1969, p.159). O terapeuta usando reforçamento arbitrário pode contribuir para fortalecer o comportamento de seguir auto-regras. “Faz isso, perguntando ao cliente quais foram as auto-regras por ele usadas para guiar seu próprio comportamento e reforçando-o pela correspondência entre suas ações e seus relatos posteriores sobre as regras que seguiu. Da mesma forma, (o terapeuta) pode solicitar aos indivíduos que traçam planos que usarão no futuro para guiar seu comportamento em determinadas situações e, então, consequenciará uma correspondência entre comportamento verbal e não verbal” (Zettle, 1990, p.45). Observe-se que não se pretende dizer que o comportamento encoberto do tipo auto-regras controla a ação, mas são *as contingências estabelecidas para produzir as auto-regras e as contingências programadas para estabelecer a relação entre auto-regras e ação*. Não se exclui o papel do terapeuta desse processo causal. Ele desempenha, entre outras, a função de gerenciador de contingências verbais na sessão.

O cliente, por sua vez, responde no processo terapêutico a pelo menos três níveis de controle: auto-regras (“estímulos que especificam contingências produzidos pelo comportamento verbal da própria pessoa”, Zettle, 1990, p.44), regras (“estímulos verbais que especificam contingências”, Zettle, 1990, p.44) e contingências não verbais propriamente ditas. Antes da terapia o cliente já possui seu repertório de auto-regras. Durante a terapia, no processo de auto-conhecimento, o cliente pode ampliar e/ou alterar suas auto-regras.

Tanto as regras, como as auto-regras, podem evitar que o cliente entre em contato com a realidade. Isso gera um controle fraco sobre o comportamento do cliente. Este, ao aceitar as regras do terapeuta pode não entrar em contato direto com as consequências do seu comportamento. Além disso, as regras ignoram as reais motivações do cliente e são, em última análise, uma hipótese ou previsão. Só as contingências exercem real controle sobre o comportamento. As auto-regras, em particular antes da terapia, tendem a controlar

comportamentos de fuga-esquiva, evitando, desta forma também que o cliente entre em contato com as consequências do seu comportamento. “...existe uma distinção útil entre conhecer por compreensão e conhecer por descrição. Conhecer porque alguma coisa que você fez teve consequências reforçadoras é muito diferente de conhecer porque você foi ensinado a fazer; é a diferença entre comportamento modelado por contingências e comportamento governado por regras.” (Skinner, 1991, p.111).

O processo terapêutico não deve evitar que o cliente entre em contato com as consequências do seu comportamento. “A separação entre o comportamento e suas consequências naturais é, segundo Skinner, alienação.” (Micheletto e Sérgio, 1991, p.20). Assim, o conhecimento emerge da relação inseparável entre a prática ou vivência (o cliente deve entrar em contato real com as consequências de seus atos) e a reflexão ou teoria (o terapeuta deve auxiliar o cliente a identificar as contingências em operação às quais responde). Essa relação dinâmica envolve: observação do comportamento como ponto de partida para a formulação (ainda que na forma de hipótese) das contingências em operação; previsões sobre comportamentos se essas contingências forem reais ou sobre suas alterações, no caso de manipulações das contingências; contato com as contingências, o que permitirá confirmar ou não as previsões; nova elaboração das contingências em operação (se for o caso); novo teste de realidade e assim sucessivamente.

Exemplos de interações terapeuta-cliente com fonte de análise de contingências

Alguns trechos extraídos de sessões, poderão ilustrar os pontos teóricos expostos acima. Nos três casos selecionados há características básicas comuns: consciência de que as relações afetivas não são satisfatórias e devem ser interrompidas, mas dificuldades para tomar a iniciativa do rompimento e, ainda mais difícil, manter a separação. A escolha dos casos não foi casual. Trata-se de um nível de interações humanas em que o comportamento do cliente raramente fica sob controle de regras expostas, quer pelo terapeuta, quer por pessoas relevantes na sua vida. Ao mesmo tempo, as contingências naturais das relações envolvem uma tal trama de eventos reforçadores e aversivos que tendem a manter o vínculo, e mesmo quando a pessoa verbaliza que sabe “que deve se separar”, não consegue fazê-lo. Parece que a saída envolve a influência *simultânea* do controle por regras (ação direta do terapeuta) e do contato do cliente com as consequências naturais decorrentes da interação afetiva.

Caso A

No início do estudo a cliente tinha 40 anos, era separada do marido há alguns anos, morava sozinha com o filho de 12 anos. Profissional liberal bem sucedida, vivia independente financeiramente. Conheceu um rapaz 10 anos mais velho, com quem passou a viver. Aos poucos percebeu que ele a explorava financeiramente (não tinha emprego, morava na sua casa, usava seu carro, seus cheques, etc.). Só conseguiu se separar dele com muita dificuldade, quando ficaram claros outros “problemas de caráter” do companheiro:

era mentiroso, promíscuo, vivia constantemente envolvido em “negócios” estranhos e mal explicados, etc. A cliente procurou a terapia na fase final desse relacionamento, antes de conseguir se separar, com dupla queixa: “depressão” e “dificuldades conjugais”. O seguinte diálogo ocorreu num período em que a cliente estava separada do namorado:

- C: - Tenho falado com meu tio por telefone. Fazia tempo que não conversávamos. Eu falei muito pouco dele para você. Foi uma pessoa muito importante para mim. Quando meu pai morreu, ele me tratou com muito carinho. Preencheu o espaço deixado por ele... (*a C fez outros comentários carinhosos sobre o tio*). Ele era muito bonito, rico e tinha um sucesso incrível com as mulheres. Ninguém entendeu quando começou a sair com uma “vagabunda”. Você acredita que acabou se casando com ela e vivem há anos muito bem?
- T: *Ficou sob controle dos seguintes SDs : tio bonito, rico (ela se considera uma moça bonita, independente financeiramente, profissional liberal bem sucedida, um “bom partido”, enfim), conheceu e se casou com uma “vagabunda”(o ex-namorado poderia ser classificado como “mau caráter”). Estaria ela fazendo uma generalização do papel do tio (ou imitando-o)? T verbalizou: - Está me inquietando o porquê de você ter trazido este assunto do seu tio! Também não entendi porque você, repentinamente retomou o relacionamento com ele...*
- C: - Eu sempre adorei esse tio. Acho que me afastei dele por causa da esposa. Ela nunca viu com bons olhos nosso relacionamento...
- T: *C se esquivou de responder a questão do T. Sua intervenção: - Tenho uma hipótese: acho que você está dando uma volta para me dizer que pretende procurar novamente R (ex namorado). Se seu tio se casou com uma “vagabunda” e deu certo por que você não pode se ligar ao R e dar certo? É esse seu raciocínio?*
- C: - Você acha que eu seria louca a esse ponto? Já não sou mais a mesma pessoa. A terapia me ajudou muito. Você não confia em mim? (*C já havia terminado várias vezes o namoro e reiniciado a relação com R, mesmo tendo afirmado que não voltaria mais com ele*).
- T: *A resposta da C ao T pareceu uma fuga-esquiva: em função das sessões anteriores, juntos C e T, concluíram que R era uma pessoa problemática, de quem C deveria se afastar. Assim, R estaria se esquivando de uma reprovação do T. - Não! Você já voltou tantas vezes depois de ter concluído que R “não servia” para você, que não estou seguro.*
- C: - Ah, não há perigo. Tenho me sentido mais segura nas minhas decisões. Pode acreditar em mim...
- T: *Tendo dado vários SDs para C e obtido apenas respostas de fuga-esquiva (assim parecia ao T) o T deu outros SDs para tentar quebrar a generalização (tio-cliente;*

“vagabunda” - “mau caráter”) estabelecendo uma possível discriminação. - Bem, então, pelo menos considere o seguinte: você acha que seu tio vive feliz com a mulher dele. Vá até lá e lhe pergunte. Você acha que ele lhe diria a verdade? Também não sabemos porque ele se casou com ela. Pergunte isso também. Vamos tentar ver o que realmente aconteceu na relação entre eles. (*T quer que C entre em contato com a realidade e fique sob controle das contingências reais e não de auto-regras*).

Na manhã da sessão seguinte C liga para T:

C: - Hoje vou até aí com R. Não se assuste. Ele ficará na sala de espera enquanto eu fizer a sessão... Tudo bem? (*Ou seja, C havia retomado a relação com R*).

T: - Conversaremos sobre isso na sessão.

C: - R está morando comigo. Deixei bem claro para ele que agora é para valer. Não vou tolerar que me apronte mais nada. Nada mesmo. Disse-lhe que não preciso do dinheiro dele, mas mesmo assim quero que trabalhe, se sustente... (*a C se alonga listando outras exigências para R permanecer na casa dela*).

T: *C procura criar contingências para instalar um padrão de fuga-esquiva em R: “comporte-se bem para evitar me perder”. Ao mesmo tempo tenta se esquivar da avaliação do T. Parece querer dizer: “agora tenho controle do comportamento dele”. Isso fica mais evidenciado quando C intercala, entre as exigências que faz a R, frases ditas para T do seguinte tipo:*

C: - Melhorei muito com a terapia. Já não sou mais boba como fui. Hoje sei o que quero e sei impor meus limites. Além disso, estou fazendo terapia e você vai me ajudar a lidar melhor com a situação. Você me entende? Você não concorda que eu melhorei? Você não acha que com sua ajuda eu não vou sofrer o que sofri? (*Com essas questões procurou conseguir reforços de T para a sua decisão e ao mesmo tempo sua ajuda. Não parece tão segura do que fez... T optou por prosseguir na tentativa de melhorar a discriminação de C, questionando a quem ela estava respondendo*).

T: - Ao me contar o que você disse para R você está tentando mostrar que o comportamento dele agora está sob seu controle. Você não vai mais ser conduzida por ele. Você quis mostrar esse controle para ele ou para mim? (*Parece claro que C responde as suas auto-regras. E, as contingências atuais de privação e perda de reforçamento (ausência de R) foram mais fortes que as contingências passadas punitivas durante a convivência com R.. T optou por deixá-la testar as contingências naturais advindas de conviver com R. O referencial teórico de T estabelece que o comportamento que compõe a relação operante produz consequências, o que “indica que o comportamento é indispensável porque ele é*

que produzirá aquilo que passará a fazer parte de seus determinantes. Dito de outra maneira, a consequência depende do comportamento e o determina” (Micheletto e Sérgio, 1993, p.13). Diante disso T não insistiu na questão proposta e completou: - Se acha que é importante para você ficar com R, tente mais uma vez. A convivência com ele lhe dirá o que é melhor para você...

C: - Isso mesmo, concluí que amo mesmo R e quero tentar de novo. Mas, tenho certeza que estou mais preparada. Se você quiser, achar que é o caso, você pode falar com ele e ver o que ele acha de mim. Ele tem me dito que estou diferente...

Aproximadamente três meses depois por telefone:

C: - Você pode me atender hoje? Não estou bem...

T: - Hoje não é possível. Mas o que houve?

C: - E amanhã cedo? Estou triste, muito triste... perdi toda aquela alegria, fé...

T: - Posso arrumar um horário.

Durante a sessão:

C: - Estou desanimada, perdendo a fé. Eu acreditava na melhora, na mudança. Estava estimulada a dar a mão, a lutar, ajudá-lo. Acho que fui precipitada. Talvez por causa daquilo que lhe falei: desejo ter uma família, marido, pai para o meu filho...

T: *Cliente apresenta um padrão típico de comportamento sob extinção e/ou punição. Parece que não há fugas ou esquivas possíveis exceto se livrar de R.. - O que provocou tudo isso em você?*

C: *Relata o ocorrido e conclui: - É dependente da mãe dele até hoje. Mandei-o embora. Agora falo para ele tudo o que penso dele. Antes não. Disse que eu o sustento que vivemos do meu consultório. Ele sabe que sou apaixonada, mas não sou cega. Outro dia chamou minha secretária de maneira muito íntima. Dei-lhe uma bronca, nada de intimidade com a secretária... Não deixei que levasse nenhuma roupa que comprei para ele. Ligou para a “mamãe” para dizer: “ela me mandou embora, mamãe!”. Ridículo! (Seguiram-se outros exemplos desse tipo).*

T: *R não mudou seu comportamento. Sua fuga-esquiva em relação à C consistiu em mentir de forma ainda mais elaborada. A frustração sentida por C ao discriminar o padrão comportamental de R, levou-a a se afastar dele (fuga-esquiva) e a puni-lo.*

Comentários

As verbalizações de *C* após a primeira separação e agora são análogas. Nada garante que não voltará a se relacionar com *R*. A diferença mais relevante é que entrou em contato com as contingências sabendo reconhecê-las e descrevê-las. Porém, apenas o comportamento verbal nada garante. É necessário uma correspondência entre verbalização, ação e sentimento. Como escreveram Micheletto e Sérgio (1993, p. 14): “O que se busca é a concepção do homem como relação. O homem constrói o mundo à sua volta, agindo sobre ele e, ao fazê-lo, está também se construindo”. E mais: “Como produto desta relação se tem um homem diferente a cada nova relação, significa dizer que este homem, a cada relação, se altera em sua totalidade”.

C fala que se sente livre de *R*. “Liberdade é um sentimento produzido por determinadas contingências de reforçamento, e como tal é um efeito tão importante quanto a própria alteração do comportamento.” (Micheletto e Sérgio, 1993, p.15). Essa é a grande diferença entre a primeira ruptura do relacionamento e a última. O sentimento não é algo “menor”, como as autoras salientaram (p.16).

A terapia visa o desenvolvimento da pessoa e do eu: “a pessoa enquanto um repertório de comportamento, pode ser observada pelos outros; o eu (*self*), como um conjunto (*set*) de estados internos que o acompanham é observado somente através dos sentimentos ou da introspecção.” (Skinner, 1991, pp. 44 e 45). “A pessoa seria produto da vida particular de cada um e o (*self*) seria um produto de contingências sociais.” (Micheletto e Sérgio, 1993, p.16).

A cliente teve no processo terapêutico vários dos seus “eus” modelados. Assim, entre outros pode-se salientar (Skinner, 1991, p.51):

auto-estima: “o eu de que gostamos (*uma condição corporal resultante do reconhecimento alheio ou de auto-reconhecimento aprendido dos outros*)”;

auto-confiança: “o eu confiante (*correlato a um comportamento reforçado positivamente*)”;

racionalidade: “um eu racional (*correlato a um comportamento governado por regras, incluindo regras estabelecidas pela própria pessoa que se comporta*)”.

Skinner (1991, p.51) completa: “Relacionamos esses eus com as contingências de reforçamento responsáveis tanto pelo comportamento como pelas condições corporais que o acompanham e também com as contingências verbais necessariamente responsáveis por estima, confiança e racionalidade.”

“Follow-up”

Quatro anos após este rompimento entre *C* e *R* ela continua separada dele. Houve eventuais telefonemas dele procurando reatar o relacionamento, mas ela não quis falar pessoalmente com ele. Atualmente, *C* vive com o filho e tem um namorado com quem convive, de maneira harmoniosa, há aproximadamente um ano.

Caso B

No início do estudo a cliente tinha 33 anos, era solteira, com uma história pessoal de excesso de proteção por parte da mãe, que muito a estimulou intelectualmente (ler, estudar, etc.), mas deu-lhe poucas oportunidades para tomar iniciativas, sempre se antecipando a ela na solução de problemas. A mãe tinha grande disponibilidade para dialogar com ela, para “trocarem idéias”. Essa era uma forma que usava para controlar a filha. O enfoque usual da mãe era “compreender” o ponto de vista do “outro”, aceitar seus argumentos, dando para a filha, de forma sutil, modelos de submissão e modelando nela padrões comportamentais incompatíveis com afirmação, argumentação, auto-valorização, etc. A mãe, embora desse a impressão de ser uma pessoa segura (*a cliente assim a descrevia*), era muito preocupada com o que “os outros vão pensar” e também insegura nas suas decisões. O pai era visto como racional, objetivo, agressivo, competente, mas distante, como uma pessoa que pertencia a “um outro mundo”.

T: *C terminou recentemente seu namoro com M, pois achava que “não tinham nada a ver um com outro”, ela “não o amava”, o achava pouco interessante, inseguro, “viver com ele não dá futuro”, dizia. No entanto, mesmo assim, relatou que se sentia insegura com a decisão:*

C: - Bem... Não é com a decisão que acho que está certa. Tenho medo de não aguentar... *Embora, racionalmente soubesse que isso não era o melhor para ela, temia voltar atrás e recomeçar o namoro. Relatou ainda:* - Sinto uma tristeza, um vazio íntimo que muito me angustia. *Perguntou ao terapeuta se não seria melhor voltar ao namoro e dar mais um tempo:* - Você não acha que aí estarei mais preparada para aguentar a separação? Acho que prefiro me livrar desta sensação ruim agora, mesmo que tenha que suportar tudo de novo, voltar a conviver com tudo que me incomodava no namoro.

T: *Quem tomou a decisão de terminar foi a cliente: decidir é um comportamento que não lhe é familiar. No nível racional está segura. Porém, sua história de vida a poupou de frustrações: assumir a responsabilidade de terminar o namoro lhe é aversivo, bem como a perda do namorado que, em vários aspectos lhe era reforçador (seu desconforto pode estar relacionado com baixa resistência à frustração). A descrição dos seus sentimentos são compatíveis com os produzidos por procedimentos de perda de reforçadores (como, por exemplo, extinção, punição negativa, aumento brusco na exigência de comportamento para obtenção de reforços). Aparentemente, a perda de reforçadores está pesando mais que a eliminação da estimulação aversiva. Admite voltar ao namoro “mesmo que tenha que suportar tudo de novo”. A avaliação que ela faz do namoro reflete as contingências as quais responde:*

durante o namoro: o namorado é aversivo em muitos aspectos e pouco reforçador;

depois do rompimento do namoro: o namorado passa a parecer mais reforçador do que aparentava e menos aversivo do que ela se queixava. O afastamento das contingências reais presentes na relação durante o namoro e fez com que C passasse a responder às

contingências atuais (perda de reforçadores que existiam na relação e eliminação dos aversivos então presentes), e perdesse a discriminação entre estas contingências e as passadas. Provavelmente, deva experimentar as contingências naturais do namoro mais um pouco. T explicitou a análise acima e se omitiu a respeito da questão de voltar ou não ao namoro.

Na mesma sessão, C ainda insegura com a decisão a ser tomada comentou:

C: - Quando eu terminava o namoro com *F* (*namorado anterior*) era diferente, eu sentia um grande alívio... Será que estou ficando mais insegura? Eu gostava muito mais do *F* do que do *M* e, no entanto, parece que estou sofrendo mais agora! Notei também que quando *M* me procurou na quarta feira e saímos para jantar eu estava mais firme. Resisti aos apelos dele para voltarmos. Agora que faz alguns dias que não me procura parece que estou mais frágil! (*C* pensa em voltar com *M*). Não deveria ser o contrário? Perto dele, enquanto ele estava sendo bonzinho, insistente, eu disse não... Você não acha que naquele momento seria mais fácil eu ceder? Mas, não foi assim...

T: *O namorado anterior F era extremamente reforçador em alguns aspectos (seguro em suas decisões, resolvia problemas da cliente, dando-lhe segurança e apoio) e extremamente aversivo em outros (agressivo, autoritário, ciumento, etc.). O namoro (em cada recomeço) era no início agradável, mas a relação aversiva evoluía num crescendo até o término. Portanto, a sensação de “alívio” era provocada pela fuga-esquiva (romper a relação). Separada do namorado a relação aversiva se enfraquecia e a cliente se confrontava com uma nova realidade também aversiva: solidão, conflitos para tomar decisões, etc. Assim, voltar ao namoro passava a ser um comportamento de fuga-esquiva progressivamente mais provável. Reatava a relação, mesmo aversiva, com o namorado e assim o ciclo se repetia. A expectativa de C de que houvesse uma generalização dos sentimentos (se ela sentia alívio ao terminar com F, deveria também senti-lo ao romper com M) quando ocorresse o término de um namoro para o outro, não se aplica, pois eram relações funcionais muito diversas. Quando M a procurou para jantar, sua frustração diminuiu (apareceram reforçadores) e os aversivos da relação de namoro reapareceram e ajudaram-na a recusar-se a voltar. Quando ele se afastou, houve queda dos reforçadores novamente. Sua verbalização final envolve outra generalização em relação ao namoro anterior: F comandava a relação e decidia por ela sobre a volta (ela não conseguia lhe dizer não); M, por outro lado, é indeciso e submisso na relação, logo seus pedidos não controlam C da mesma maneira que F controlava. O terapeuta explicitou esse equívoco na generalização.*

Na sessão seguinte:

C: - Talvez, você fique decepcionado, mas voltei com meu namorado (*M*). Minha amiga disse que tinha certeza que isso ia acontecer.

T: *C estava mais aliviada com sua decisão, embora esperasse uma “repreensão” do terapeuta. Do ponto de vista clínico não havia nada a repreender: ela voltou a entrar em contato com as contingências reais, naturais típicas do seu namoro.*

C: - Consegui fazer uma relação clara do que você me disse na sessão anterior numa situação no meu trabalho.

(T havia comentado a respeito de suas dificuldades de tomar decisões como um padrão generalizado, ocorrendo em diferentes áreas de sua vida, não exclusivamente no nível afetivo): Não consegui defender minhas idéias até o fim com o meu chefe. Argumentei até certo ponto, refutei seus argumentos, mas, afinal, prevaleceu a opinião dele. No meio da discussão pensei em D (uma funcionária que trabalha no mesmo departamento). Se ela não acatasse as determinações da empresa eu não acharia legal. Isso me confortou... (C espera que todos sejam submissos) mas, no fundo não quero fazer o que meu chefe espera de mim.

T: *C Fez uma generalização importante: relatou o mesmo padrão de respostas “submeter-se ao outro”, “abrir mão daquilo que acredita” em dois contextos diferentes, no namoro e no trabalho. Generalizou, inclusive, o padrão de submissão para a colega de trabalho. Por outro lado, discriminou seus sentimentos de insatisfação, o que parece indicar um progresso no auto-conhecimento. O terapeuta apontou que o padrão de resposta diante do chefe se assemelhou ao padrão com o primeiro namorado. Apontou ainda que a preocupação com a avaliação do outro segue um modelo da mãe e, ela própria, incorpora esse valor ao julgar que D não deveria deixar de acatar as determinações da empresa.*

Algumas características dos dois namorados que podem auxiliar na análise da situação vivida pela cliente:

M: - Ciumento, sem vínculo profissional definido (*faz “bicos” eventualmente*), pouco dinheiro (*depende do dinheiro dela para fazer programas*), sempre disponível (*passa a maior parte do tempo ao lado dela*), atencioso, atende a tudo que ela solicita, tipo “bonzinho”, não sabe “o que quer da vida”, mas não se angustia com isso (*dá a impressão que acredita que tudo vai dar certo na vida*), “ruim de cama”, bastante previsível, dependente dela para tomar iniciativas e resolver problemas, parece não se importar com as críticas da cliente, é inteligente, mas dá a impressão de que tudo que faz é “enrolado”, “confuso”. Este namoro durou alguns meses. O dia a dia foi sem brigas, mas com eventuais discussões por ciúmes da parte dele (*que se tornaram mais frequentes na fase final do namoro*).

F: - Ciumento, possessivo, agressivo, muito inteligente, muito ativo, com bastante iniciativa, bem sucedido com mulheres (*todas de nível sócio-cultural-econômico inferiores ao da cliente*), “muito bom de cama”, imprevisível (*ora ciumento, ora indiferente, ora presente, ora ausente, ora paciente, ora intolerante e agressivo*), bem sucedido profissionalmente, traços de “mal caráter”, tipo “sabe o que quer na vida”, “só pensa em levar vantagem”,

raramente reconhece os seus erros. Esse namoro durou alguns anos com muitas brigas no dia à dia e frequentes interrupções e voltas na fase final. Basicamente, a relação de namoro era mantida por *F* através de forte controle coercitivo.

Comentários

A cliente continuou o namoro com *M* por mais um mes e meio e terminou definitivamente a relação. Um ano depois iniciou um novo namoro. Por outro lado, sua evolução no trabalho foi notável; foi promovida para cargo importante de chefia e seu desempenho de liderança e tomada de decisões têm sido elogiado. Atualmente, discute em bom nível profissional com o chefe, tendo adquirido um padrão de auto-confiança e assertividade.

As intervenções do terapeuta nas sessões ocorreram à partir das verbalizações da cliente, mas englobaram todo o seu conhecimento do caso: história de vida (*padrão de relacionamento com a mãe, modelos dados por ela, etc.*), características dos namorados e como todos esses dados se complementavam com os padrões comportamentais da cliente. Finalmente, foram exatamente todos esses padrões de interações, que permitiram ao terapeuta conhecer o modo de reagir da *C* e o levaram a prever, razoavelmente, como ela se comportaria em determinadas condições.

A hipótese do terapeuta à respeito do comportamento da cliente não é rígida, nem aleatória. Fundamenta-se nos conceitos comportamentais formulados à partir dos dados trazidos por ela em múltiplas sessões, em situações diversas no correr do processo terapêutico. E, são exatamente os dados observados a partir de uma previsão ou manipulação de contingências que influenciarão sobre a manutenção ou alteração das hipóteses de trabalho do terapeuta.

Nem sempre o que a cliente diz descreve as reais contingências em operação (*será que estou ficando mais insegura?, por exemplo*). Uma vez que a cliente está diretamente envolvida nas contingências, sua discriminação à respeito das mesmas pode ser parcial, equivocada ou, até mesmo, inexistir. Ao terapeuta cabe *analisar* o relato e não aceitá-lo simplesmente.

A intervenção terapêutica é um tipo de comportamento verbal, mais especificamente um conjunto de regras, que são apresentadas ao cliente visando a alteração ou manutenção de determinados comportamentos. Ao apresentar uma regra para o cliente o terapeuta está procurando estabelecer um controle por regras sobre o comportamento dele.

O controle do comportamento por regras (*intervenção do terapeuta*), contudo, é menos eficiente do que o controle exercido diretamente pelas contingências. Um e outro se complementam. A diferença entre as forças de controle sobre o comportamento, deve-se ao fato de que no primeiro caso (*controle por regras*), o comportamento é instruído e no segundo (*contingências naturais*) ele é modelado e, como tal, diretamente exposto às suas consequências reforçadoras. No caso da cliente, incluem-se também suas auto-regras, que podem se opor às regras propostas pelo terapeuta. As mudanças nas auto-regras são críticas

para a evolução dentro da terapia. Quando o terapeuta mostra para a cliente que ela faz uma generalização indevida (*leva-a a discriminar a que está realmente respondendo*); que seu padrão comportamental imita o padrão materno; que a perda de reforçadores, mesmo que fracos, provoca reações emocionais (*desagradáveis*), que a mobilizam para se engajar em ações que lhe devolvam esses reforçadores, ainda que as mesmas ações produzam consequências aversivas; que os desejos e opiniões dos outros, mesmo que lhe sejam aversivos (ou exatamente por isso), controlam o comportamento de obediência (*que tem função de fuga-esquiva de outros eventos mais aversivos, tais como a crítica, a reprovação, etc.*); o terapeuta está levando a cliente a discriminar e, daí descrever, as contingências a que responde, e quais comportamentos e sentimentos delas decorrem. Assim, a aproxima mais do auto-conhecimento. Também são dadas dicas de como alterar seus comportamentos para influir nas contingências.

Veja como Skinner (1991, pp. 111 e 112) descreve o papel do terapeuta: “o que acontece lá (*na clínica*) é uma preparação para um mundo que não está sob o controle do terapeuta. Ao invés de arranjar contingências de reforçamento presentes, como poderia ser feito em casa, na escola, no local de trabalho ou num hospital, os terapeutas dão conselho. Dar modelo de comportamento (*modelação*) a ser copiado é um tipo de conselho, mas o conselho verbal tem um alcance maior. Ele pode assumir a forma de uma ordem (“*Faça isto*”, “*Pare de fazer aquilo*”) ou pode descrever contingências de reforçamento (“*Fazer isto provavelmente acarretará um efeito reforçador*”, “*Se você fizer aquilo as consequências poderão ser punitivas*”)”... “O conselho face a face pode, outrossim, assumir o formato de regra orientadora para ação eficaz. Os provérbios e máximas das culturas são regras desse tipo. São especialmente úteis porque os terapeutas podem não estar disponíveis para ajudar quando aparecem novos problemas. Entretanto, nem todo problema pode ser resolvido mediante a aplicação de uma regra e os terapeutas precisam ir um passo à frente e ensinar seus clientes a construírem suas próprias regras. Isso significa ensinar-lhes algo sobre a análise do comportamento - uma tarefa usualmente mais fácil do que ensiná-los a alterar seus sentimentos ou estados da mente.”

“Follow-up”

Passados três anos, a cliente se manteve afastada definitivamente desses namorados. Tomou iniciativa de começar um namoro com uma pessoa de sua escolha com quem se casou. A relação conjugal é harmoniosa, ela tem conduzido com tranquilidade sua vida familiar e profissional, de modo que não considera que haja, atualmente, problemas nessas áreas. Teve uma filha e está grávida novamente. Suas preocupações atuais se referem às dificuldades de conciliar a disponibilidade de tempo para a filha e para o trabalho. Tem dado prioridade ao papel de mãe.

Seguem-se dois exemplos - um real, outro literário - de descrições feitas pelas próprias clientes das contingências sob as quais se comportam. Revelam em palavras, não necessariamente técnicas, os controles a que respondem durante o processo de desenvolvimento do seu auto-conhecimento.

Caso C

No início do estudo a cliente tinha 36 anos, era casada, tinha três filhos. Procurou a terapia por causa de uma depressão ocasionada por conflito conjugal. No trecho descrito abaixo a cliente revela que começou a discriminar a intensidade do controle aversivo que o marido exercia sobre ela e as dificuldades para modificar esse padrão comportamental dele. As frases da cliente foram transcritas de um texto redigido por ela alguns dias depois de profunda crise depressiva.

C: - A fuga da realidade é um mecanismo importante para uma trégua, um descanso diante de tanta ansiedade.

T: *A cliente se refere ao desespero extremo a que chega em alguns momentos e, à sua maneira, descreve o mecanismo funcional do comportamento de fuga-esquiva.*

C: - Pena que após a fuga sempre vem uma nova decepção, quando novamente nos deparamos com o mundo real. Aí, nesse momento, a ansiedade atinge um grau máximo.

T: *Reconhece que seu comportamento de fuga-esquiva é apenas temporariamente eficaz, e a aversividade da situação se reinstala.*

C: *(Mas, essa ansiedade reaparece...)* - Comparativamente, em um nível inferior a de uma situação equivalente de vida vivida anteriormente ...

T: *Parece reconhecer algum progresso em seu controle da ansiedade.*

C:- Mas, um “desgaste”, uma “ferrugem”, permanece no fundo de nossa alma. E, de maneira cumulativa este efeito destrutivo vai impregnando nossas idéias, movimentos, atos, palavras, emoções...

T: *Mas, ao mesmo tempo reconhece que a relação conjugal tende a um caminho sem volta (“desgaste”, “ferrugem”, permanece... vai impregnando...). A decepção se acentua, como fruto da extinção e incontrolabilidade (“buscou, lutou... mas foi perdido”).*

C:- Até finalmente, olharmos para o espelho do nosso “eu” e visualizarmos um novo ser: modificado e, nos parece, entristecido com algo que buscou, pelo qual lutou, mas que foi perdido.

T: *Já que mudar a realidade foge ao seu controle, só lhe resta um padrão de fuga: mudar a si mesma (“visualizar um novo ser”).*

A poesia abaixo permite uma análise do comportamento “inconsciente” (*por parte da mãe*) e do auto-conhecimento (*por parte da poetisa*).

Ensinamento Adélia Prado

Minha mãe achava estudo
a coisa mais fina do mundo.
Não é.
A coisa mais fina do mundo é o sentimento.
Aquele dia de noite, o pai fazendo serão,
ela falou comigo:
“Coitado, até essa hora no serviço pesado”.
Arrumou pão e café, deixou tacho no fogo com água quente.
Não me falou em amor.
Essa palavra de luxo.

Aquilo em que a mãe dizia acreditar, “*estudo é a coisa mais fina do mundo*”, aparece como uma regra ditada por ela. Essa regra, no entanto não é o que exerce controle mais importante sobre o comportamento da filha. Seus comportamentos manifestos: “*coitado, até essa hora no serviço pesado*” (verbal) e “*arrumou pão e café, deixou tacho no fogo com água quente*” (ação), funcionaram como contingências mais fortes (*comportamento vicariante*) sobre a filha. A poetisa revela ter consciência do controle a que responde (*discrimina entre as duas contingências geradas pela mãe - instrução verbal e modelos - e fica sob controle da segunda*) e discrimina qual é, em última análise, seu comportamento (*ao qual ela se refere metaforicamente no verso “a coisa mais fina do mundo é o sentimento”*). A mãe responde às contingências (*ausência do marido no trabalho*) com comportamento verbal e manifesto (*de amor*), porém, sem consciência do que a controla e nem do controle que vai exercendo sobre a filha: as contingências que geram comportamentos e sentimentos de amor (“*Não me falou de amor. Essa palavra de luxo*”). A poetisa revela que conhece seu comportamento e quais contingências foram responsáveis pelo seu modo de agir e sentir. Nesse aspecto particular de seu repertório comportamental apresenta auto-conhecimento (*consciência*) e está sob controle de auto-regras.

Referências

Bacharach, A. J. (1971) *Introdução à Pesquisa Psicológica*. São Paulo: Herder.
Publicação original de 1969.

- Campbell, D. T. & Stanley, J. C. (1963) *Experimental and Quasi-Experimental Designs for Research*. Chicago: Rand McNally College Publishing Company.
- Guilhardi, H. J. (1987) Método Científico e Prática Clínica. Em H.W. Lettner e Bernard P. Rangé, *Manual de Psicoterapia Comportamental*. São Paulo: Manole.
- Hersen, M. & Barlow, D. H. (1976) *Single Cases Experimental Designs: Strategies for Studying Behavior Change*, New York: Pergamon Press.
- Micheletto, N. & Sério, T. M. A. P. (1993) Homem: Objeto ou Sujeito para Skinner? *Temas em Psicologia*, 2, 11-21.
- Prado, A. (1991) *Poesia Reunida*. Ed. Siciliano: S. Paulo.
- Sidman, M. (1976) *Táticas de Pesquisa Científica*: São Paulo: Ed. Brasiliense. Publicação original de 1960.
- Skinner, B. F. (1969) *Contingencies of Reinforcement: A Theoretical Analysis*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Skinner, B. F. (1978) *Ciência e Comportamento Humano*. São Paulo: Martins Fontes. Publicação original de 1953.
- Skinner, B. F. (1987) News from nowhere, 1984. Em B. F. Skinner, *Upon Further Reflection*. New Jersey: Prentice Hall. Publicação original de 1985.
- Skinner, B. F. (1991) O Eu Iniciador. Em B. F. Skinner, *Questões Recentes na Análise Comportamental*. Campinas: Papirus. Publicação original de 1988.
- Skinner, B. F. (1991) O Que Terá Acontecido Com a Psicologia Como Ciência do Comportamento? Em B. F. Skinner, *Questões Recentes na Análise Comportamental*. Campinas: Papirus. Publicação original de 1988.
- Skinner, B. F. (1991) O Lado Operante da Terapia Comportamental. Em B. F. Skinner, *Questões Recentes na Análise Comportamental*. Campinas: Papirus. Publicação original de 1988.
- Todorov, J. C. (1982) Behaviorismo e Análise Experimental do Comportamento. *Cadernos de Análise do Comportamento*, 3.
- Zettle, R. D. (1990) Ruled Governed Behavior: A Radical Behaviorism Reply to the Cognitive Challenge. *The Psychological Record*, 40, 41-49.

