

Capítulo 15

O comportamento governado por regras na prática clínica: um início de reflexão

Maria Luisa Guedes

PUK/SP

Quando nos comportamos de maneira que atrapalhe ou machuque seriamente os outros ou a nós mesmos, estes outros se encarregam de nos "tirar" de perto.

Os critérios para afastamento são, em geral, ditados pelo quanto de estrago que fazemos aos outros e pelo tanto de que necessitamos destes outros.

A comunidade considera então que "temos" um problema que é nosso, particular, e precisamos nos retirar do convívio para nos recuperar. Esta retirada pode ir desde uma escola nova, viagem, umas férias para descanso até uma retirada mais radical para uma instituição, não sem antes ter passado pelo recurso de um consultório de psiquiatra e/ou psicólogo.

Uma solução deste tipo – retirar para "tratar", retirar para mudar – ignora, ou melhor dizendo, parece incompatível com o pressuposto de que só contingências são causas de comportamentos. A primeira implicação deste suposto é que uma mudança de comportamentos só será possível com mudanças de contingências, ou seja, só se forem produzidas e mantidas (pelo próprio indivíduo ou pelas outras pessoas) interações novas de estímulo antecedente / resposta / conseqüência. Isso implica também chances mínimas de que esta pessoa que, na retirada, comportou-se e sentiu-se bem (ou, pelo menos, sem

os comportamentos-problema), ao voltar mantenha-se assim. Sidman (1989) disse que melhor fariamos se assumíssemos que isolamos esta pessoa porque não sabemos o que fazer com ela, nem por ela.

Por outro lado, quando nossos comportamentos não são nem tão perigosos nem tão perturbadores da ordem aparente; quando “funcionamos” bem, ou pelo menos, razoavelmente no mundo, e apenas sofremos, não são os outros que nos fazem convites mais ou menos sutis para retiradas estratégicas. Somos nós mesmos que, doce e humildemente, procuramos a figura onipotente de um terapeuta. Podemos estar também orgulhosos e nos sentindo privilegiados por poder usufruir de tal atenção especial.

E, voluntariamente, nos fechamos com ele em uma sala – está constituído o espaço terapêutico. Vamos, eu e ele, “conversar”, “falar” sobre meu sofrimento.

É uma interação verbal em que terapeuta e cliente funcionam ambos como falante e ouvinte. No contexto terapêutico, a resposta verbal de um está sob controle da resposta verbal do outro. Poderíamos falar de **tatos, mandos, autoclífticos, intraverbais, ecólicos** e assim por diante. (Skinner 1957)

Tudo ficaria muito bem para esta díade se o conhecimento do cliente a respeito de si próprio fosse o grande evento reforçador esperado. Não importa se este autoconhecimento seja estabelecido por critérios de relações de causalidade mentalista ou por relações de causalidade ambiente/indivíduo – relações de causalidade de contingências, diríamos nós. Em qualquer caso, não será difícil saírem ambos poderosamente reforçados.

Porém, a questão se complica porque o que esperamos é que a resposta verbal do terapeuta tenha a função não só de estímulo discriminativo e estímulo reforçador para a resposta verbal de auto-observação do cliente durante a interação terapêutica. Queremos muito mais. Queremos:

- a) que a resposta verbal do terapeuta controle a resposta verbal na vida cotidiana do cliente: que suas palavras, sua consciência, seu conhecimento sobre eventos do mundo externo (físico e social) e sobre eventos do seu mundo interno tenham uma relação de correspondência precisa, singular, particular entre estímulo discriminativo e resposta verbal. Dizendo de outra forma, sua leitura do mundo e de si sejam **tatos** os mais puros possíveis, livres da interferência de outras variáveis que não a presença de estímulos antecedentes. Vejamos alguns exemplos simples:
- na presença de um objeto cadeira, a resposta verbal deve ser “cadeira” e não “estou cansado”.
 - na presença de um sentimento de mágoa, a resposta verbal deve ser “estou magoado” e não “não quero mais ver você”.
 - diante de mãe dizendo “Tire o pé do sofá porque não estamos em casa”, a resposta verbal deve ser “minha mãe acha errado colocar o pé no sofá dos outros” e não “minha mãe se preocupa mais com os outros do que comigo”.
 - diante de pai e mãe conversando sobre questões financeiras e param quando filho se aproxima, a resposta verbal deve ser “meus pais preferem não conversar sobre este problema perto de mim” e não “meus pais não confiam em mim, acham que sou criança e não me respeitam”.
 - diante de marido dizendo que gosta de trabalhar se fechando no escritório sábado à tarde, a resposta verbal deve ser “meu marido gosta de trabalhar” e não “meu marido

gosta mais do trabalho do que de nós; não se importa com a gente”.

Várias e complexas podem ser as análises destas verbalizações, sejam elas abertas ou encobertas. No caso, estamos enfatizando relações genuínas de controle de estímulos. As verbalizações alternativas até podem ser verdadeiras, mas com certeza sob controle de outros estímulos antecedentes – privação e esquiva de estimulação aversiva nos dois primeiros exemplos – ou de outros conjuntos de contingências passadas, como nos exemplos seguintes. E é claro, na busca de autoconhecimento, estes controles também precisarão ser identificados.

b) Queremos também que o comportamento verbal do terapeuta passe a controlar outras respostas do cliente: que suas respostas (verbais ou não) no cotidiano – na vida real – produzam reforçamento positivo e/ou evitem estímulos aversivos.

Se esperamos que a fala do terapeuta controle comportamentos do cliente, estamos entrando no domínio do comportamento governado por regras.

A literatura de Skinner (1969), Catania (1993), Malott (1988) e Richelle (1981) tem nos ajudado a entender que existem duas possibilidades para adquirir e manter comportamentos:

1) Emitindo a resposta e sofrendo as consequências na própria pele. Uma criança que se machuca dirige-se à mãe porque no passado, nas vezes em que se machucou, teve sua dor amenizada pelos cuidados da mãe (foi portanto negativamente reforçada).

Não sem razão é este o tipo de comportamento que, em geral, é chamado de intuitivo / pessoal / natural / afetivo e ligado ao princípio do prazer. (Skinner, 1969)

Da mesma forma, se acidentalmente tomei um copo de vodka (pensando que era água, por exemplo) e volto a fazê-lo outras vezes, é porque a sensação de bem-estar ou de alívio de alguma ansiedade, tensão, inibição ou mau humor funcionaram como reforçadores.

2) Às vezes, não vivenciamos a contingência no passado. Não tinha a menor idéia de que tomar uma vodka poderia ser tão bom. Mas alguém me diz: “se você tomar uma dose de vodka, este desconforto passa”.

Existe uma boa probabilidade de que eu siga o conselho do meu amigo e tome a vodka.

A resposta de beber a vodka está agora sob controle dos estímulos verbais antecedentes que explicitam / descrevem a contingência pela qual vou passar. Estes estímulos verbais funcionam como um Sd: se seguida a instrução contida na fala do amigo, produzirei o reforçador esperado. – Diz-se deste comportamento que ele é governado por regra.

Apesar do conteúdo duvidoso desta regra, arriscar-me-ia a dizer que ela é uma boa regra para o seu seguidor porque o reforçador (apesar de negativo) foi produzido diretamente pela própria emissão da resposta (e não pela pessoa que descreveu a contingência).

Diferentemente do outro tipo de comportamento, este aqui será chamado de racional / intelectual / lógico / artificial, ligado ao princípio da realidade. (Skinner 1969)

Steven Hayes (1987) chama este tipo de regra de TRACK. E neste caso a regra é um Sd para a resposta nela descrita.

O detalhe é que só ficamos sob controle deste tipo de antecedente verbal porque anteriormente na história pessoal de interação social, inevitavelmente, passamos pela contingência arbitrária de seguir regra. Arbitrária porque o reforçador (fosse negativo ou positivo) estava nas mãos do falante que ditava a regra, podendo ou não ocorrer algum reforçador intrínseco, diretamente ligado ao comportamento emitido.

- comportamento de seguir regra precisa ser instalado pela comunidade verbal para garantir a emissão de comportamentos que provavelmente não ocorreriam, caso alguém não estivesse dizendo para ou mais precisamente mandando fazer. Na verdade, exigindo, porque as conseqüências para o não seguimento precisam ser efetivas e contingentes. Caso contrário:

- a) nunca emitiríamos respostas cujas conseqüências reforçadoras são atrasadas. Ex.: tomar remédio.
- b) nunca pararíamos de emitir respostas cujas conseqüências aversivas são atrasadas. Ex.: criança rodando em círculo, brincando na água, comendo chocolate.
- c) não teríamos respostas de esquiva eficazes para conseqüências imediatas perigosas e de risco e não passíveis de serem detectadas antes que se passe (direta ou indiretamente) pela contingência. Ex. colocar mão na tomada, debruçar-se no parapeito de uma janela alta, brincar com fósforo, aproximar-se de forno quente. Se não fosse um sábio adulto a nosso lado, quando crianças, provavelmente não passaríamos da primeira infância.
- d) seríamos muito lerdos e devagar na vida. Não estaríamos usufruindo dos conhecimentos, das contingências vividas pelos outros. Não teríamos conhecimento acumulado. Tudo seria sempre redescoberto por cada um. Não teríamos cultura. (Skinner, 1969)

Também não é sem razão que comportamento governado por regras é chamado de deliberado, cultural, consciente. (Skinner 1969)

Pois é. Vantagens não faltam para explicar a inclusão desse comportamento no nosso repertório e até mesmo justificar a arbitrariedade das conseqüências sociais durante o processo de aquisição. Não podemos esquecer que regras só são necessárias por conta de uma característica do condicionamento operante (chamada de "falha" por Skinner, em 1989) que é a contigüidade temporal resposta-reforçador. É como se estivéssemos programados para o tempo todo fugir / esquivar de estímulos aversivos imediatos e buscar estímulos reforçadores positivos imediatos. Os homens têm conseguido brilhantemente driblar esta "falha" e cá estamos nós donos e senhores da natureza física e humana e alguns homens donos e senhores de outros homens. Sim, porque também não podemos esquecer que alguém só segue uma regra porque existe um outro alguém detentor do evento reforçador positivo ou do estímulo aversivo. Só falamos em comportamento governado por regra quando existe alguém que manda e alguém que obedece; independente das boas ou más intenções do administrador das conseqüências sociais arbitrárias.

Este é o tipo de regra chamado por Hayes (1987) de PLY: a descrição verbal da contingência funciona também como Sd para a resposta do ouvinte. A diferença é que

neste caso o evento reforçador tem relação extrínseca (artificial, arbitrária) com a resposta.

Isto, por definição, faz deste tipo de comportamento governado por regra um comportamento alienado (Skinner, 1969), o que quer dizer que na nossa vida muitos comportamentos nossos são reforçadores para os outros e não produzem reforço, imediato ou perceptível, para nós. Isso vale, por exemplo, para: manter objetos sujos longe da boca, vestir casaco, tomar remédio, soltar tesoura da mão, descer de lugares altos, proteger-se da chuva, dar a mão para atravessar a rua.

Nesses casos, não hesitaríamos um segundo em aprovar esse desequilíbrio de poder na interação. O parâmetro de sobrevivência física não nos deixa dúvidas.

Dizemos que é para o bem da criança e ainda cobramos por isso agradecimento eterno.

Há outros casos em que as conseqüências (distantes e fracas) das quais fomos/somos protegidos por seguir regra com conseqüências imediatas arbitrárias já são mais duvidosas. Por exemplo, nos casos de: diga obrigado / diga bom-dia / fique quieto / sente direito / vista esta roupa / brinquem de porta aberta / fique perto de mim / sobremesa só depois do jantar / pare de chorar / limpe de novo / guarde tudo / não leia esta revista.

Mesmo que sejam regras com os devidos autoclíticos e com conseqüências arbitrárias positivas, nem sempre é fácil defendê-las como necessárias para a felicidade futura da criança.

Falta ainda um ponto importante a ser considerado. Se controle por regra significa emissão do comportamento na presença da regra, podemos concluir que regras não ensinam para a vida, ou seja, se em algum momento conseqüências naturais para tais comportamentos não aparecerem, eles deixarão de ser emitidos tão logo se retirem as conseqüências arbitrárias.

Mas se, contrariando estas previsões, tais comportamentos continuarem a ser emitidos, podem estar certos de que estamos com problemas. Se o comportamento sob controle da descrição verbal da contingência permanece é por conta de conseqüências aversivas excessivas. Aí então não é mais só questão de seguir uma regra sem sentido. Haverá, provavelmente, todos os efeitos colaterais deste tipo de controle.

Parece então que a possibilidade de ser controlado por descrição de contingência foi, para o homem, a contingência salvadora de sua espécie e criadora de sua cultura. Só que agora, qual será a nova contingência que virá reparar os estragos por ela produzidos?

E se regras na vida são perigosas, como entender que criamos mais uma contingência especial (a relação terapêutica) para estabelecer controle de comportamento? Vale lembrar os problemas que temos com contingências na escola; outra instância em que quase todo o controle se dá por regras. Aliás, a regra "a vida é a melhor escola", já diz tudo.

E aqui ficam duas questões finais para nossa reflexão:

- a) Será que a regra que, nós terapeutas, tentamos ensinar para o cliente: "experie as contingências" é uma regra inquestionável como aquela de sobrevivência física e isto justificaria a criação desta instância especial cliente-terapeuta?
- b) Se sim, qual a eficácia deste espaço terapêutico para a instalação desta regra? Alguém já disse (e todos sabemos que foi Skinner, 1989) que nesta interação face a face – "só conselhos". Isso quer dizer que a resposta verbal do terapeuta com chance de controle sobre o cliente é a descrição de contingências positivas do próprio comportamento. Só que nós temos também uma "máxima" (descrição de uma contingência duradoura) que nos diz: "se conselho fosse bom a gente não dava, vendia".

Por que será que nós, terapeutas, ousamos vendê-los? Contrariamos a máxima por que nossos conselhos de fato são bons ou por que nossos clientes são seguidores cegos de regras ou, ainda, por que já sabemos que, ao se proporem esta sutil retirada para nossos consultórios, eles já vêm doces e humildes?

Bibliografia

- CATANIA, A.C. (1993). *Learning*. Englewood Cliffs, NJ.: Prentice-Hall (3ª edição).
- HAYES, S.C. (1987) A contextual approach to therapeutic change. In N. Jacobson (Ed.) *Psychotherapists in clinical practice cognitive and behavioral perspectives*. New York: Guilford.
- MALOTT, R. (1988) Rule Governed Behavior and Behavioral Antropology. *The Behavior Analyst*, 11, 181-203.
- RICHELE, M. (1981) *Skinner, o el peligro behaviorista*. Barcelona: Editorial Herder.
- SKINNER, B.F. (1957) *Verbal Behavior*. Englewood Cliffs: Prentice Hall
- (1969). *Contingencies of reinforcement: A theoretical analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- _____ (1987) *Upon Further Reflection*. Englewood Cliffs: Prentice Hall
- _____ (1991) *Questões Recentes na Análise Comportamental*. Campinas: Papirus. Publicação original de 1988.
- SIDMAN, M. (1989) *Coercion and Its Fallout*. Boston: Authors Cooperative, Inc.