

ASSERTIVIDADE–INASSERTIVIDADE EM UM REFERENCIAL COMPORTAMENTAL

HÉLIO JOSÉ GUILHARDI¹

Instituto de Terapia por Contingências de Reforçamento
Campinas -SP

Os termos assertividade e inassertividade são comumente usados em intervenções terapêuticas que lidam com dificuldades nas interações sociais. Fala-se que uma pessoa é assertiva ou inassertiva, como se tais termos a definissem ou a caracterizassem. Poucos se questionam que são termos mentalistas e, como tal, impróprios numa proposta de análise funcional, inerente ao modelo comportamental. Da mesma maneira, dizer que uma pessoa é medrosa, estressada, tímida, corajosa, agressiva etc. pouco contribui para uma intervenção terapêutica relevante, nem, tampouco enriquece a compreensão que se tem sobre a pessoa. Há no mínimo quatro desafios a serem resolvidos quando se usa tais termos para rotular pessoas:

1. Que classes de comportamentos a pessoa emite ou deixa de emitir que autoriza alguém a categorizá-la dentro de um rótulo? A questão mais apropriada é como se comporta uma pessoa assertiva? Ou estressada? Ou tímida? Ou agressiva? Ou inassertiva? etc.
2. Quais são os procedimentos mais apropriados para mudar os comportamentos da pessoa na direção desejada? (Note que não fazemos com que uma pessoa inassertiva passe a ser *assertiva*; os *comportamentos* da pessoa inassertiva precisam ser alterados, de maneira que ela passe a emitir comportamentos de uma pessoa assertiva. Assertividade-inassertividade não são propriedades das pessoas; são termos arbitrários que as adjetivam.) Ou seja, se o que se pretende influenciar são comportamentos, então devem ser empregados procedimentos comportamentais: como tornar a pessoa inassertiva em assertiva; a tímida em expressiva, a agressiva em ponderada; a medrosa em corajosa; a estressada em tranquila etc. de outra maneira se não mudando os comportamentos delas?
3. Quais são as contingências de reforçamento das quais os comportamentos assertivos e inassertivos (note que assertividade e inassertividade foram substituídas por comportamentos...) são função e devem ser manejadas, de tal forma a:
 - a. instalar os comportamentos desejados (suprir déficits comportamentais)
 - b. manter os comportamentos de interesse depois de instalados;
 - c. enfraquecer os comportamentos indesejados (minimizar excessos comportamentais).

¹ Em julho 2012.

4. Quais procedimentos devem ser adotados para levar a pessoa a discriminar que não basta emitir classes comportamentais com determinados fenótipos, mas que os comportamentos têm que ser funcionais nos contextos em que se espera que ocorram? Em outras palavras, listar classes comportamentais com fenótipos específicos (o que equivale a afirmar: “As pessoas que emitem as seguintes classes comportamentais: a, b, c, d, ... n são assertivas!) não basta, pois os comportamentos têm que ser avaliados pela função que exercem e não pelo fenótipo que apresentam. Por exemplo, calar-se, mesmo quando a pessoa tem uma opinião para manifestar, pode ser exemplo de inassertividade; por outro lado, calar-se, como opção e dessa forma evitar constrangimentos desnecessários, e com isso levar o outro a cooperar, a reavaliar seus conceitos e práticas sociais, a acatar ponderações do falante, a argumentar etc., pode ser comportamento assertivo. É a diferença entre comportar-se sob controle de regras que especificam o fenótipo comportamental e comportar-se sob controle da função do comportamento.

Em suma, não existem *pessoas* assertivas, nem inassertivas, pois não se trata de apontar características ou traços de personalidade das pessoas, mas padrões comportamentais que interagem entre si e se complementam. As pessoas apresentam, em diferentes graus, comportamentos assertivos e inassertivos. A predominância de um padrão em relação a outro sugere uma rotulação arbitrária (uma pessoa é rotulada como inassertiva se comportamentos inassertivos prevalecem, embora possa em determinados contextos se comportar de forma assertiva) e também o contexto funcional em que se comporta é critério crítico para avaliá-la: numa guerra, por exemplo, o comportamento agressivo pode ser mais valorizado (e inclusive prover a sobrevivência do indivíduo) do que um repertório de comportamentos assertivos. Sugere-se que sejam substituídos por termos, conceitos e procedimentos comportamentais atrelados às contingências de reforçamento. Assim:

ASSERTIVIDADE

Uma pessoa é identificada como assertiva quando emite, predominantemente, respostas das classes de comportamentos assertivos. Quais comportamentos compõem tais classes? Comportamentos assertivos, públicos e encobertos, são aqueles que produzem reforços positivos ou minimizam, pospõem ou evitam eventos aversivos para aquele que os emite e para pessoas que lhe são socialmente significativas, compondo contingências de reforçamento amenas, nas quais prevalecem reforços naturais em relação aos arbitrários. O acesso a reforços positivos e a diminuição de eventos aversivos devem promover o indivíduo, mas não à custa, desnecessária ou evitável, do outro. O indivíduo assertivo se comporta sob controle dos três níveis de seleção dos comportamentos (de acordo com conceituação de Skinner, 1990), merecendo destaque a importância do terceiro nível. Os sentimentos produzidos pelas contingências de reforçamento que controlam comportamentos assertivos são de bem estar, autoestima, autoconfiança, responsabilidade consigo mesmo e com o outro e tolerância a frustração.

INASSERTIVIDADE

Diz-se que uma pessoa é inassertiva quando, sob controle de contingências de reforçamento, que tem para ele funções coercitivas, apresenta déficits de repertório comportamental assertivo e excesso de comportamentos sob controle do que é reforçador ou aversivo para o outro, desdenhando as próprias necessidades e interesses quando estes competem com necessidades e interesses do outro. Ela prioriza comportar-se de forma a prover reforços positivos e a minimizar, pospor ou evitar eventos aversivos para o outro, mesmo que os reforços que produz sejam essencialmente arbitrários e os comportamentos do terceiro nível de seleção sejam de fuga-esquiva de desaprovação social ou ameaça de perda de afeto. Os sentimentos produzidos pelas contingências de reforçamento que controlam comportamentos inassertivos são de insatisfação, baixas autoestima e autoconfiança, raiva, excesso de responsabilidade com o outro, irresponsabilidade consigo mesmo e exagerada tolerância à frustração.

As seguintes classes comportamentais podem servir como SDs para controlar os comportamentos do terapeuta de guiar a instalação e ampliação de repertório comportamental social do cliente, mas cabe reafirmar que tais classes comportamentais fenotípicas devem ser emitidas num contexto funcional que justifique a ocorrência delas. Assim:

Algumas Classes Fenotípicas de Comportamentos Assertivos

1. Falar o que pensa
2. Dizer “não”
3. Expressar publicamente sentimentos genuínos (felicidade, tristeza, dor etc.)
4. Elogiar e valorizar as pessoas
5. Criticar sem humilhar
6. Aproximar-se de alguém para conversar
7. Convidar alguém para fazer algum programa
8. Trocar idéias com alguém sobre alguma decisão
9. Interessar-se pelo outro
10. Tomar decisão e lidar com os riscos que dela decorrem
11. Aceitar elogios
12. Reconhecer os próprios erros, sem se desculpar exageradamente
13. Gesticular e fazer expressões faciais enquanto fala com alguém
14. Sorrir
15. Pedir alguma coisa, inclusive ajuda, a alguém
16. Oferecer ajuda ao outro
17. Discordar do outro
18. Concordar com o outro
19. Aceitar convites
20. Recusar convites
21. Tomar iniciativas
22. Expressar desejos

23. Mostrar interesse por diferentes assuntos, mesmo que não os domine
24. Fazer perguntas
25. Respeitar desejos, sentimentos, valores do outro
26. Falar de si mesmo
27. Etc.