



Instituto Brasileiro de Análise do Comportamento

Autoestima: Uma Análise Conceitual na Análise do Comportamento

Graciela Hösel

Brasília
Março de 2015



IBAC

Instituto Brasileiro de Análise do Comportamento

Autoestima: Uma Análise Conceitual na Análise do Comportamento

Graciela Hösel

Monografia apresentada ao Instituto Brasileiro de Análise do Comportamento, como requisito parcial para obtenção do Título de Especialista em Análise Comportamental Clínica.
Orientador: André Lepesqueur Cardoso

Brasília
Março de 2015



Instituto Brasileiro de Análise do Comportamento

Folha de Avaliação

Autora: Graciela Hösel

Título: Autoestima: Uma Análise Conceitual na Análise do Comportamento

Data da Avaliação: 06 de Março de 2015

Banca Examinadora:

Orientadora: Prof. André Lapesqueur Cardoso

Membro: Prof. Dr. Carlos Augusto de Medeiros

Membro: Prof. Msc. Paulo Cavalcanti

Brasília
Março de 2015

Agradecimentos

Agradeço as contingências de reforçamento que permitem o contato com ocasião para o aprendizado. Aos reforçadores sociais que incluem carinho, amor, admiração da minha família.

Em especial ao meu companheiro que além de prover reforçadores sociais como carinho, amor e admiração contribui imensamente com “facilitadores” de todos os tipos diminuindo estímulos aversivos. Todos tornam esta tarefa prazerosa e gratificante.

Agradeço também ao meu orientador, que soube prover reforçadores positivos e “orientar” sem ser “punitivo”. Esta contingência tornou esta tarefa uma experiência bastante reforçadora.

Sumário

Folha de Avaliação -----	i
Agradecimentos -----	ii
Sumário -----	iii
Resumo -----	iv
Abstract-----	v
Introdução -----	1
Uso comum -----	1
Conceito Disposicional-----	2
Behaviorismo Radical-----	5
Bases Filosóficas-----	8
Níveis de Seleção -----	11
Respondente-----	13
Operante-----	14
Interação entre Respondente e Operante com os sentimentos-----	15
Discussão-----	16
Referências Bibliográficas -----	20

Resumo

O presente trabalho teve como objetivo analisar conceitualmente o termo "autoestima". Em sua totalidade, o uso do termo no cotidiano é realizado de forma indiscriminada desviando-se do domínio científico e seguindo postura reducionista. Esse tipo de conduta traz atrasos à psicologia e à ciência. Um tipo particular de erro conceitual que ocorre no mentalismo é o erro de categoria, que consiste em tratar um rótulo como se fosse um caso de categoria. Na prática clínica, tal erro tem implicações sobre o autoconhecimento quando mascara as reais variáveis envolvidas nos processos comportamentais. A Análise do Comportamento tem contribuído para que tais erros sejam evitados utilizando os princípios da abordagem baseada na filosofia do Behaviorismo Radical, que foram abordados no presente trabalho.

Palavras-chave: autoestima; análise do comportamento; análise conceitual; behaviorismo radical

Abstract

This study aimed to conceptually analyze the term "self-esteem". In its entirety, the use of the term in everyday life is carried out indiscriminately bypassing the scientific field and following reductionist stance. This type of conduct brings delays psychology and science. A particular type of conceptual error that occurs in mentalism is the error category, which consists of treating a label like a case of categoria. Na clinical practice, such an error has implications for the self when masks the real variables involved in behavioral processes. The Behavior Analysis has contributed to such mistakes are avoided using the principles of the approach based on the philosophy of radical behaviorism, which were addressed in this study.

Keywords: self-esteem ; behavior analysis ; conceptual analysis ; radical behaviorism

Melhorar a avaliação que a pessoa faz de si mesma, muitas vezes independentemente da opinião de terceiros, sempre foi uma demanda desde a origem da psicologia clínica. Comumente, e de forma errônea, compreende-se nesta literatura que “ter baixa autoestima” podem levar a comportamentos inadequados, ou até mesmo a transtornos psicossomáticos. Contudo, se faz necessário analisar o que seria o termo “autoestima”, para não haver erros conceituais, e fazê-lo pragmático, ao fazer referência à história de aprendizagem do organismo. Desta forma, o presente estudo tem como objetivo fazer uma análise conceitual do termo “autoestima”, segundo a literatura da Análise do Comportamento.

Uso comum

Usualmente o termo autoestima no senso comum está relacionado com a opinião e o sentimento que cada pessoa tem por si mesma; o julgamento que a pessoa faz de si mesmo; autoconfiança, auto respeito e autoaceitação; sentir-se confiante e adequado, competente e merecedor. Além disso, adiciona-se a estes conceitos a ideia de quantificação, por exemplo, “Fulano tem baixa ou alta autoestima”. Em sua totalidade, o uso do termo no cotidiano é realizado de forma indiscriminada desviando-se do domínio científico e seguindo postura reducionista, por exemplo, quando aponta autoestima como causa de comportamentos. As diferentes utilizações no senso comum não param por aí, contudo faz-se satisfatória para o objetivo do presente trabalho.

Para resumir a utilização do conceito, definições encontradas em dicionários se fazem bastante úteis. Segundo o dicionário da língua portuguesa, Autoestima tem como significado “A aceitação que o indivíduo tem de si mesma” (Michaelis, 1998). Já para entender a origem das palavras, a etimologia é a parte da gramática responsável por rastrear as suas primeiras formas de utilização.

Segundo Carvalho (2008), em uma definição etimológica, *Auto* vem do idioma Grego, *autos*, “eu mesmo; por si próprio”. Tendo a palavra *estima* surgido no século XVI, ela deriva do idioma Latim, *aestimare*, “ter afeição a (alguém ou algo) ou sentir afeição recíproca”. Em última análise, os conceitos acima colocados referem-se a uma ideia geral e praticamente unânime de que a autoestima está relacionada a ideia de valorização, “a afeição que a pessoa tem por si própria”.

Conceito disposicional

A análise conceitual é uma técnica para esclarecer conceitos, técnicas que ajudam a responder perguntas sobre conceitos, ou seja, esclarecer o uso e significado das palavras. Wilson (2005) ressalta a importância da definição conceitual feita através de uma análise pragmática. Para o autor, a análise conceitual confere estrutura e objetividade ao que pensamos, e as palavras, servem a este propósito. Contudo, as palavras têm mais de um significado, mas não em sentido intrínseco, só significam na medida do modo que é usado pelas pessoas (i.e., pela função). Formamos conceitos à medida que aprendemos os usos das palavras. Por este motivo entre outros, é importante atentar-se para as armadilhas da linguagem. Segundo Wilson (2005), uma das armadilhas na análise conceitual, que por sinal é muito difícil de evitar, é a crença em objetos abstratos. Temos o hábito de pensar como se os

substantivos abstratos (por exemplo, “justiça; “motivação” “amor”) existisse fisicamente em algum local. Tratam-se as palavras como coisas ao invés de tratá-las como signos ou símbolos. Nesse sentido, o conceito de autoestima tem sido usado para explicar comportamentos, ou seja, usa-se o conceito como algo material.

Wilson (2005) alerta para outra armadilha que ocorre com frequência é o “pensamento mágico”, no qual tem se a crença em forças abstratas “falamos como se a natureza e os objetos naturais fossem pessoas, ou como se dentro dos objetos vivessem homenzinhos que tivessem vontade própria”(p. 44). Estas armadilhas ainda trazem problemas conceituais a ciência e a Psicologia.

Wilson (2005) propõe técnicas que podem ser utilizadas para analisar os conceitos e mapear seus usos e aplicações de forma lógica e assim evitar os erros citados acima. Wilson cita diversas técnicas que podem ser usadas para uma análise conceitual, mas alerta que para algumas palavras tais técnicas podem não ser suficientes e que a alternativa seria defini-las pelo uso que a sociedade faz. A autoestima ao que parece, é uma destas palavras que apesar de ter definições em dicionários, tem sido usada de forma a induzir erros quando usada para explicar comportamentos.

Semelhante visão ao autor acima mencionado, Ryle (1970), em uma crítica a Descartes, fala do erro cartesiano ou erro categorial. Observa-se este erro quando uma categoria que compõe categorias é usado como causa das próprias composições da categoria. Neste sentido, Zílio (2010) endossa que o problema do uso destes termos como entidades mentais ocorre quando ao falarmos de “pensamento” ou de “sensação” como se estes termos indicassem uma coisa ou substancia em vez de uma ação. O autor aponta:

Um exemplo de erro categorial é bastante esclarecedor: um estudante visita a universidade U; conhece todos os prédios, estabelecimentos, laboratórios,

salas de aula, professores, alunos e assim por diante. Então esse estudante pergunta: onde esta a universidade U? Seria preciso, perante esta pergunta, explicar ao estudante que a universidade não é uma coisa á parte dos que ele visitou, isto é, que “universidade” é apenas o nome dado á forma como está organizado tudo que ele visitou antes (Zílio, 2010, p. 30).

No texto acima, Zílio (2010) exemplifica uma situação onde os elementos que compõem o conceito (“universidade U”) não foram o suficiente para a pessoa (estudante de visita) compreende-lo. Para diminuir possíveis erros de compreensão, um forma pragmática de análise conceitual, como dito anteriormente, podem ser feita através de uma análise lógica do uso dos conceitos.

Baum (2006) aponta Ryle como um dos principais autores que defendia a utilidade do uso dos termos se usados de forma lógica. Para Ryle, os processos mentais necessitariam de uma linguagem correlata e particular, e foi assim que em sua obra Ryle estava interessado em uma análise lógico-linguística do vocabulário cartesiano. Como Baum (2006), Zílio (2010) também afirma que foi em grande parte a linguagem disposicional que fundamentou Ryle em sua análise da “mente”.

Nas palavras de Ryle (1970): “possuir uma propriedade disposicional não é estar num estado particular, ou sofrer uma mudança particular; é estar inclinado ou sujeito a estar em um estado particular, ou a sofrer uma mudança particular, quando uma condição particular for realizada” (p.43). Desta forma, quando é dito, por exemplo, que um espelho tem disposição para se quebrar, não estamos dizendo que ser quebradiço é uma propriedade ou estado intrínseco ao espelho, pois para se quebrar ocorrerá se certas condições forem realizadas, por exemplo, jogar uma pedra sobre o espelho (Zílio, 2010). Nesse sentido, não se poderia explicar a causa do espelho se quebrar pela sua fragilidade ou disposição para quebrar, a explicação seria que o vidro quebrou porque jogou-se uma pedra sobre o espelho.

Dizer que Fulano exibe comportamento inteligente e inteligência, para Ryle (1970) ilustrava um erro lógico, um erro de categoria. O autor argumentava que o erro na afirmação está ao considerar que uma categoria (inteligência ou inteligente) é causa do outro ou os dois ligados de alguma maneira, já que inteligência é um “rótulo” usado para nomear uma classe de comportamentos ou categoria (Baum, 2006).

Ryle (1970) preocupava-se com um tipo particular de erro de categoria que considera que ocorre no mentalismo. Este erro consiste em tratar um rótulo como se fosse um caso de categoria. Ryle (1984, citado por Baum, 2006) esclarece, utilizando novamente o exemplo anterior, “inteligência é o rótulo da categoria à qual pertencem os comportamentos de fazer contas, jogar xadrez, projetar uma casa e fazer uma coreografia” (p. 57) com certo grau de sucesso e sumidade. Neste sentido, Ryle apontava que a razão deste tipo de erro ocorrer com facilidade era exemplificada na teoria, por ele designada, de Hipótese paramecânica. Ryle (1984, citado por Baum, 2006) apóia na ideia de que “os termos que são logicamente rótulos de categorias referem-se a coisas fantasmagóricas, em algum espaço fantasmagórico (a mente)” (p. 57), e que estas de alguma forma causam mecanicamente o comportamento. Esta ideia era também compartilhada por Skinner (1953/2003), no qual denominava de mentalismo, isto é, dar efeito causal a entidades teóricas. Neste tópico do mentalismo vale um adendo no que se refere ao que Skinner chamava de mentalismo.

Para Skinner “mentalismo” refere-se a um tipo específico de explicação do comportamento oriundas de fontes internas. No que se refere a conceito, tema de análise neste trabalho, para Skinner uma das naturezas dos eventos internos (existiam mais de uma) é a conceitual, na qual a partir da observação de um comportamento

cria-se um conceito que explica o próprio comportamento observado (Carvalho Neto, Tourinho, Zilio, & Strapasson, 2012).

É possível concluir que conceitos psicológicos, como Autoestima, podem ser compreendidos como conceitos disposicionais, pois referem-se a uma inclinação ou disposição de um sujeito se comportar de determinada maneira se certas condições ocorrerem. Nesse sentido, explicar que Fulano não namora mulheres bonitas porque tem baixa autoestima não explica nada o comportamento de Fulano, apenas descreve que Fulano não namora mulheres bonitas. Explicar o comportamento de Fulano como causa da autoestima configura um erro de categoria na qual faz-se uso de um termo disposicional (que não existe fisicamente), ou seja, de uma categoria diferente do comportamento emitido pelo Fulano para explicar o próprio comportamento. Ou seja, termos disposicionais são usados como exemplos de explicações causais, o que incorre em erro de categoria.

Para evitar tais erros de categoria, devem ser tomados devidos cuidados quanto a possíveis erros em compreensão e sua utilização, especialmente pela comunidade científica. A seguir, será apresentado o uso do conceito segundo as bases filosóficas do Behaviorismo Radical.

Behaviorismo Radical:

Na psicologia o uso do termo Autoestima difere conceitualmente do uso comum, apenas no sentido de ser mais refinado. Para se entender como o termo autoestima pode ser utilizado na Análise do Comportamento, faz-se necessário antes abordar alguns preceitos básicos desta abordagem.

O que diferencia o objeto de estudo na psicologia são principalmente as diferentes abordagens existentes (i.e., Análise do Comportamento, Psicanálise,

Humanista). Cada uma destas abordagens ou modelos teóricos postulam diferentes objetos de estudo.

O que distingue o conhecimento científico dos demais é a maneira com que ele é produzido, ou seja, o método utilizado. Contudo o que distingue uma ciência da outra é o objeto de estudo de cada ciência. Por exemplo, na física cinética o objeto de estudo é o movimento dos corpos. Na psicologia ainda não existe consenso sobre qual o objeto de estudo. Um dos motivos pode ser devido à psicologia ser uma ciência relativamente nova. No caso da Análise do Comportamento, tem como objeto de estudo o comportamento (i.e., ciência do comportamento) e a base filosófica o Behaviorismo Radical, que lida com fenômenos naturais (que ocupam lugar no tempo e no espaço como a física e a química) (Moreira & Hanna, 2012).

Pela diferente semântica, é importante estabelecer a diferença entre Análise do Comportamento e Behaviorismo Radical. Análise do Comportamento é uma abordagem psicológica (ou uma ciência do comportamento) e Behaviorismo Radical é a filosofia desta ciência. Ou seja, divide-se em conhecimento científico (Análise do Comportamento) e conhecimento filosófico e epistemológico (Behaviorismo Radical). Segundo Moreira e Hanna (2012), o Behaviorismo Radical surge no século 19 quando a psicologia inicia sua constituição como ciência independente. Matos (1997) afirma que o Behaviorismo surgiu como uma oposição às ideias dominantes de que a psicologia deveria estudar a mente ou a consciência.

O marco histórico do surgimento do Behaviorismo se deu com o artigo intitulado “O manifesto Behaviorista” de Watson, criador do Behaviorismo Metodológico (BM). Embora Skinner tenha utilizado diversas concepções do BM, o BR sofreu reformulações. Por isso, para uma correta compreensão do Behaviorismo que compõe o referencial teórico da Análise do Comportamento, deve ser buscada na

obra de Skinner. Diversas críticas feitas a Análise do Comportamento se devem pelo desconhecimento entre as diferenças entre BM e BR e especialmente de que a Análise do Comportamento tem seu referencial teórico embasado no BR de Skinner (Moreira & Hanna, 2012).

Críticas relacionadas ao seu objeto de estudo da AC ou behaviorismo, em que apontam que esta abordagem “não estuda as emoções”; “para o Behaviorismo não existe pensamento”; “não estuda a consciência ou a criatividade” “não leva em consideração a personalidade”. Provavelmente estas críticas se devem pelas concepções do BM relacionadas aos comportamentos observáveis (Moreira & Hanna, 2012).

No BM proposto por Watson, o mundo está dividido entre eventos públicos e privados, e para que a psicologia alcance os critérios de uma ciência, deve delimitar-se ao estudo somente de eventos públicos. A justificativa se apoia no critério de verdade por concordância, na qual a experiência subjetiva (eventos privados) é inacessível a observadores independentes e por isso não são passíveis de serem estudados pela ciência. Esta exigência do BM não é critério para o BR. No BR entende-se eventos privados e públicos como sendo da mesma natureza (Moreira & Hanna, 2012).

A diferença entre eventos públicos e privados é o número de pessoas que podem relatá-los. Eventos públicos podem ser relatados por mais de uma pessoa e eventos privados só a própria pessoa pode relatar. Ambos são eventos naturais e por este motivo tanto eventos públicos quanto eventos privados (i.e., pensamentos; sentimentos e sensações) são incluídos na análise do comportamento. As exigências que se fazem é que os eventos naturais objeto de estudo da AC sejam atribuídos a

organismos vivos e integrais e que sejam observáveis em princípio (localizáveis no tempo e no espaço); não necessariamente observáveis na prática (Baum, 2006).

Portanto, fica claro que o BR não exclui eventos privados como o BM, apenas exclui eventos fictícios. Eventos fictícios são inobserváveis, até mesmo em princípio. Por exemplo, “vontade”, não tem nenhuma propriedade de um evento natural. Não tem certa localização num certo momento e não se aplica a um organismo vivo e integral (Baum, 2006).

Todorov e Moreira (2009) enfatizam que a AC estuda todo e qualquer comportamento a luz de interações entre o organismo e o ambiente, ou seja, enfatiza a descrição de regularidades das interações. Em conclusão a essa ideia, faz-se necessário elucidar que o termo Radical no behaviorismo de Skinner tem dois significados, primeiro: negar radicalmente/absolutamente a existência de algo que não possa ser identificado no tempo e no espaço (e.g., mente, consciência e cognição como causa dos fenômenos materiais); e segundo: aceitar integralmente todos os fenômenos comportamentais (Matos, 1997).

Em suma, o termo autoestima não tem utilidade dentro da Análise do Comportamento devido seu uso incorrer em diversos erros, discutidos até o momento no presente trabalho. No entanto, é possível descrever, a partir dos princípios básicos da Análise do Comportamento, as relações comportamentais envolvidas nas disposições do conceito.

Bases Filosóficas

Conforme já apontado, o Behaviorismo sofreu e ainda sofre diversas críticas não somente relacionadas ao objeto de estudo. Muitas destas críticas são apresentadas sob rótulos de “mecanicista”, “reducionista”, “psicologia estímulo-

resposta”, entre outras. A maior parte destas críticas se deve às concepções behavioristas ultrapassadas, do início do pensamento de Skinner. Muitas destas ideias foram abandonadas e outras reformuladas (Micheletto, 1997).

Micheletto (1997) divide a proposta de Skinner em dois momentos, o primeiro momento em que Skinner sofre influencia da física (mecânica newtoniana, e da filosofia do reflexo). Com isso, as propostas de Skinner consideram uma relação casualista em que um estímulo (físico e concreto, como a química) antecedente provoca a ocorrência de uma resposta (também física e concreta), é o chamado modelo mecanicista. No segundo momento, Skinner é influenciado principalmente pela teoria da evolução das espécies por seleção natural de Darwin. Nesta relação os comportamentos são selecionados pelo ambiente, como as espécies, pelo mesmo critério de adaptação ao ambiente.

As características do pensamento Skinneriano podem ser resumidas em concepções que estabelecem o comportamento como objeto de estudo; o comportamento como determinado; análise científica do comportamento a partir da noção de ciência proposta pela ciência natural; o estudo realizado a partir do dado empírico; o afastamento de toda metafísica do saber científico e a proposta de previsão e controle do comportamento.

O determinismo é característico das ciências naturais que concebe que na natureza, qualquer evento não ocorre por acaso, mas em decorrências de um ou mais fenômenos anteriores. Esta concepção aplicada a eventos da natureza também se aplicam aos comportamentos já que são partes da mesma natureza (Marçal, 2010).

Nesse sentido, sentimentos, pensamentos, imaginações, ideias, escolhas e intenções, não ocorrem por acaso, foram determinados por eventos ambientais passados. Esta concepção apoia a ideia de que o comportamento é aquilo que o

organismo faz independente de ser público ou privado. Estas considerações enfraquecem compreensões dualistas, internalistas e mecânicas de causalidade (Marçal 2010).

Segundo Chiesa (2006), Skinner, já em 1938, apresentava uma ruptura com o modelo causal mecanicista substituindo-o pela noção de relações funcionais. Moreira e Hanna (2012) apontam que essa mudança de pensamento foi atribuída à influência do físico e epistemólogo Ernest Mach que propunha a noção de que “não é necessário inferir ou postular uma ‘força de atração’ para explicar porque objetos caem” (p.3).

Skinner (1931/1972) citado por Chiesa (2006) argumentava que o uso de conceitos não físicos (e.g., mente, vontade e espontaneidade) para explicar causas de comportamentos são usados quando os comportamentos observados não podem ser vistos. Segundo Moore (2008, citado em Zílio, 2010), Skinner não era adepto do método hipotético dedutivo alegando que o comportamento não necessita de tal método já que não estamos interessados em eventos inacessíveis, fictícios, irrelevantes.

As concepções acima elucidadas mostram que o BR e a AC apontam que conceitos como autoestima, por exemplo, são compreendidos também como conceitos disposicionais e não explicam comportamentos. O que justifica que conceitos psicológicos, como Autoestima, não são e não devem ser utilizados como causas e nem explicações funcionais de comportamentos principalmente pela comunidade científica. Assim, faz-se necessário entender como os processos comportamentais ocorrem. Para isso, conceitos de seleção comportamental (os três níveis); comportamento responde e operante são importantes.

Níveis de seleção:

Influenciado pela teoria da evolução das espécies de Darwin, Skinner (1953/2003) cunhou o termo seleção por consequências, onde propõe que tanto características biológicas, quanto características comportamentais e culturais evoluem através do processo de variação e seleção das mais adaptadas ao ambiente. Assim, explica-se o processo pelo qual o comportamento é determinado (Andery, 2001; Martone & Todorov, 2007).

A teoria da evolução de Charles Darwin postula um modelo explicativo para a história evolutiva da espécie (i.e., filogênese). Essa teoria tornou-se uma explicação atípica entre as ciências da época, pois explica o processo evolutivo das espécies através de uma explicação histórica, uma história de seleção natural, um processo natural e mecânico (Baum, 2006).

No processo evolutivo, o ambiente seleciona características filogenéticas apropriadas à adaptação e a sobrevivência ao ambiente em determinado momento. Assim, torna-se provável que características “mais adaptadas” sejam passadas de geração para geração. Características estas que afetam diretamente ou indiretamente o padrão comportamental do organismo. Essa seleção de características genéticas adaptadas (filogênese) seria o primeiro nível de seleção comportamental pelas consequências, cunhado por Skinner (1953/2003).

No segundo nível de seleção comportamental, o ontogenético, ocorrem os processos de aprendizagem individual do organismo. Através da variação comportamental e seleção, comportamentos que produzem consequências reforçadoras serão selecionados pelo ambiente e assim terão aumentada a probabilidade futura de ocorrência de certas classes de respostas. Dentre todas as espécies, a humana é a que mais depende da aprendizagem (Baum, 2006; Martone & Todorov, 2007).

O terceiro nível de seleção comportamental, o cultural, se dá através do comportamento verbal, o qual possibilita que um comportamento de um indivíduo seja reforçado pelo outro indivíduo. Torna-se assim possível a seleção de práticas culturais.

Baum (2006) salienta que, para a Análise do Comportamento, a teoria da evolução Skinneriana permite uma alternativa que substitui as explicações mentalistas do comportamento. Em suma, Skinner (1953/2003) afirma que o comportamento humano é produto dos três níveis de seleção pelas consequências. Essa afirmação reitera que não é possível explicar o comportamento como determinado por temas disposicionais, que gerariam explicações circulares (e.g., dizer que Fulano não tem amigos porque tem baixa autoestima; ou dizer que Fulano tem baixa autoestima porque não tem amigos). O que pode ser investigado é a história de aprendizagem da pessoa e, assim, analisar funcionalmente os comportamentos por ele emitidos.

Respondente:

A aprendizagem é caracterizada por mudanças na relação entre o organismo e o ambiente (i.e., respostas e estímulos). É uma alteração comportamental do indivíduo frente a um estímulo previamente existente, ou o estabelecimento de uma relação nova entre estímulo-reposta. As relações comportamentais e de aprendizagem são divididas em duas categorias: “comportamento respondente” e “comportamento operante” (Goulart, Delage, Rico & Brino, 2012).

O comportamento respondente refere-se aos comportamentos reflexos/inatos que tem alta probabilidade de ocorrer na presença de um estímulo específico. Nesse

caso, uma resposta reflexa é eliciada por um estímulo antecedente, podendo ser tal resposta inata ou aprendida (De Rose, 2001; Goulart et al., 2012).

Comportamentos respondentes inatos são desenvolvidos ao longo da história filogenética e tem a função de preparar a espécie para um primeiro contato com o ambiente, aumentando chances de sobrevivência da mesma. Por exemplo, a contração da mão na presença de fogo próximo ao membro. É possível que ao longo da história filogenética, novos comportamentos reflexos sejam aprendidos através do processo de condicionamento respondente/Pavloviano no qual um estímulo que anteriormente não eliciava determinado reflexo passa a eliciar após o emparelhamento com o estímulo eliciador (Moreira & Medeiros, 2007).

O comportamento respondente tem um papel fundamental na determinação das emoções. Skinner (1953/2003) salienta que o que sentimos não é o sentimento propriamente dito, mas uma alteração do estado corporal, que é possível ser nomeada como determinada emoção. Essa emoção é precedida por algum evento ambiental, neste sentido, deve-se investigar o que sente e ao mesmo tempo em qual ocasião sente-se, para assim analisar relações funcionais. Ou seja, a função de classes de comportamentos operantes e respondentes em certas circunstâncias (De Rose, 1997).

Operante:

O condicionamento respondente ajuda a compreender parte do comportamento humano, principalmente a aprendizagem das emoções. No entanto, tal modelo teórico não explica a maior parte dos comportamentos emitidos, os comportamentos operantes. Esse é definido como comportamentos que produzem consequências no ambiente e tem sua probabilidade de ocorrência afetada por elas (Moreira & Medeiros, 2007).

As consequências alteram a probabilidade de ocorrência de uma dada resposta (comportamento). Tais consequências podem ser eventos reforçadores quando aumentam a probabilidade de ocorrência de um comportamento, ou punidores quando diminuem a probabilidade. Podem ser reforçadores ou punidores positivos, quando um estímulo é acrescentado no ambiente, assim como reforçador ou punidor negativo, quando um estímulo é retirado (Skinner, 1953/2003).

De acordo com essa noção, mais uma vez fica entendido que não são os sentimentos que causam comportamentos. A investigação do modelo explicativo operante permite a compreensão de que as ocorrências de comportamentos dependem das situações anteriores e das consequências após sua emissão.

Vale lembrar da diferença do processo de aprendizagem. Comportamentos operantes são aprendidos pelo processo de condicionamento operante, já comportamentos respondentes pelo processo de condicionamento respondente. No entanto, ambos os comportamentos e processos de aprendizagem muitas vezes interagem entre si. Assim, faz-se necessário compreender como ocorre esta interação respondente e operante para explicar a complexidade dos comportamentos.

Interação entre Respondente e Operante com os sentimentos:

Na clínica é comum observar que o cliente chega com o objetivo de “sentir-se bem consigo mesmo”, assim como busca “acabar” com sentimentos aversivos e/ou aumentar os sentimentos agradáveis. Muitas vezes esse cliente acredita que “a força de seus pensamentos” pode fazê-lo sentir ou deixar de sentir como gostaria. No entanto, não sabe o que fazer e por isso procura a psicoterapia.

Não raro, esse tipo de pensamento, no qual o cliente acredita que os sentimentos causam seus comportamentos, como já mencionado no início do

presente trabalho, são características do “mentalismo”. Tal concepção de verdade diminui a possibilidade de autoconhecimento, no qual a pessoa consegue discriminar as variáveis ambientais controlam seus comportamentos (operantes e respondentes).

De acordo com Guilhardi (2002), não existem sentimentos sem manifestações corporais correspondentes. Sentimentos e emoções são produtos das contingências de reforçamento e podem envolver a interação entre comportamentos respondentes e operantes.

Uma interação entre comportamentos respondentes e operantes pode ser exemplificada da seguinte maneira: Fulano após um acidente apresenta respostas de ansiedade quando está no volante (ansiedade = comportamento respondente), após o acidente fulano evita dirigir (evitar dirigir = comportamento operante mantido por reforçamento negativo) (Moreira & Medeiros, 2007). O comportamento respondente, respostas de ansiedade, passa a interagir com comportamentos operantes na medida em que dirigir passa a ter função de estímulo que elicia a resposta de medo (após contingência de punição positiva) e, ao mesmo tempo, a resposta de medo torna-se estímulo discriminativo para o comportamento de evitar dirigir.

Segundo Guilhardi (2002), autoestima é um sentimento (ou disposição, segundo o presente trabalho) que é desenvolvido por contingências de reforçamento de origem social. O que especificamente “aumenta” o sentimento de “boa” autoestima são contingências de reforçamento social positivo (consequências positivas), e as negativas em contrapartida evocam sentimentos de “baixa” autoestima. Com as colocações elucidadas nos tópicos de comportamento respondente e operante, é possível concluir que o sentimento de autoestima não pode ser causa de comportamentos, e sim um efeito de contingências de reforçamento em que ocorrem comportamentos respondentes e operantes interagindo. Também é

possível concluir que os sentimentos buscados pelos clientes na psicoterapia são frutos de contingências de reforçamento positivo. Já os sentimentos evitados pelo cliente são frutos de contingências caracterizadas pelo controle aversivo.

Discussão:

Diversos termos do cotidiano, fora da grande área da psicologia e muitas vezes dentro da psicologia, são utilizados sem grande preocupação e com descrições imprecisas de seus significados e usos. Com o uso do termo autoestima não é diferente. A maior parte do uso do conceito autoestima esta relacionada ao erro de categoria, na qual se usa o conceito, ou seja, um rótulo para explicar causalmente comportamentos que fazem parte da categoria autoestima. Para a psicologia, e principalmente para a Análise do Comportamento, uma análise conceitual se faz de extrema importância para evitar tais descrições imprecisas.

Destaca-se o primeiro parágrafo do presente trabalho, no seguinte trecho: “Melhorar a avaliação que a pessoa faz de si mesma, muitas vezes independentemente da opinião de terceiros sempre foi uma demanda desde a origem da psicologia clínica”. No trecho destacado já incorre em um pensamento freqüente do senso comum e da psicologia, que ilustra um erro categorial. Neste exemplo, quando considera que a avaliação ocorre independente da opinião de terceiros, toma-se a autoestima como uma “força oculta” que “magicamente” faz com que a pessoa tenha uma avaliação positiva de si mesma, uma “boa autoestima”.

De acordo com o que foi exposto no presente trabalho, baseado na AC, a “auto avaliação” que se faz mesmo não é intrínseca a pessoa, ela é produto de contingências de reforçamento, dentro de um contexto. A perspectiva da Análise do Comportamento se utiliza da metodologia investigativa da Ciência do

Comportamento. Ambas preocupam-se em descrever os comportamentos, mantendo uma definição e terminologia precisa dos processos comportamentais. Logo, faz-se uso da análise conceitual de forma objetiva para afastar tais erros.

A Análise do Comportamento tem como base filosófica o Behaviorismo Radical. Assim, conceber autoestima como entidade causadora de comportamentos harmoniza com o erro categorial, em que se confere efeito causal a entidades teóricas ou fictícias.

Esse tipo de erro tem implicações de extrema relevância na prática clínica. A partir do momento que termos (teóricos ou fictícios) são tratados como entidades causadoras de comportamentos, a psicologia distancia-se das verdadeiras variáveis ambientais envolvidas no desenvolvimento e manutenção de processos comportamentais. Como visto anteriormente, alguns autores defendem a inutilidade do uso desses termos, para a literatura da Análise do Comportamento, apesar da utilidade na linguagem comum.

No entanto, mudar esta prática cultural (abolição na literatura científica) pode ser um objetivo um tanto utópico, visto que o uso de termos teóricos e fictícios fazem parte do comportamento verbal há muitos anos. Em certa medida seria difícil imaginar a abolição de termos teóricos para nomear classes de comportamentos/acontecimentos/fenômenos trazidos do próprio senso comum, e levados de volta (após estudo) ao senso comum. Talvez aí esteja o desafio para a ciência. O uso de tais termos são altamente reforçados pela comunidade verbal, diminuindo probabilidade de não uso.

Obviamente que o problema maior para a ciência e AC, se dá com termos teóricos ou fictícios que atribuem efeito causal ao comportamento, e não o uso de

termos teóricos em geral. Por exemplo, como já mencionado sobre o termo “universidade” para nomear uma categoria de eventos.

Nesse sentido, o desenvolvimento do autoconhecimento (tão importante nesta prática) torna-se tarefa árdua para o terapeuta a fim de colocar o cliente sob controle verbal de variáveis “reais” /ambientais que controlam seus comportamentos.

Conforme visto no decorrer da teoria da AC, sentimentos são produtos de contingências de reforçamento. Em especial, a autoestima é produto de contingências de reforçamento do tipo positivo e de origem social. O psicólogo atento à análise precisa do termo, também estará em posição vantajosa. Pois, esse orientará seu cliente a auto-observação e modelagem do comportamento, ao emitir comportamentos verbais sob controle de observações externalistas a respeito da autoestima.

Cabe ao psicólogo clínico fornecer estímulos ao cliente que permitem que busque resposta para seus comportamentos fora do organismo, na sua interação com o ambiente. Modelar o comportamento a fim de o cliente discrimine que, por exemplo, “não chegar na menina e sentir-se com baixa autoestima”, é toda a interação por ele vivida naquela situação (os antecedentes, os comportamentos operantes e os respondentes).

Na comunidade verbal comum são frequentes os erros de categoria. Um psicólogo que segue a abordagem da AC deve ter uma sólida base teórica, para que não caia também em armadilhas conceituais assim como muitos psicólogos, principalmente de outras abordagens. Conforme visto no decorrer do presente trabalho, tais erros ocorrem não somente no senso comum, mas em toda a psicologia e ciência, concluindo-se que ser psicólogo não confere condição que evita tais ocorrências.

Acerca da formação do psicólogo e do Analista do Comportamento, sugere-se a abertura de espaço para a discussão analítica conceitual dos diversos termos utilizados, que serão de contribuição fundamental. Tal estratégia pode diminuir obstáculos para a ciência, principalmente a psicologia que tem como “prática cultural” a investigação da “mente” e da “personalidade” como objeto de estudo central, e assim atribuindo a estas entidades efeito causal dos comportamentos.

Desta forma quem sabe haverá um tempo em que estes termos serão obsoletos e substituídos por termos “mais fidedignos” e condizentes com a busca de variáveis ambientais envolvidas nos fenômenos comportamentais. Até este dia chegar ainda é importante perceber que o cliente que chega a clínica trás estes termos como causas de comportamentos e não podemos simplesmente colocar este comportamento verbal em extinção ou puni-lo. Devemos conforme já mencionado, dar o devido significado ao termo de acordo com os princípios da AC e assim modelar o comportamento do cliente a buscar causas de comportamentos em variáveis ambientais.

Referências Bibliográficas

- Andery, M. A. P. A. (2001). *O modelo de seleção por conseqüências e a subjetividade*. Em R.A. Banaco (Org.), *Sobre comportamento e cognição: Aspectos Teóricos, metodológicos e de formação em análise do comportamento e terapia cognitivista*. Vol1cap 21. Santo André: ESETEC
- Baum, W. M. (2006). *Compreender o behaviorismo: comportamento, cultura e evolução. Público privado, natural e fictício* (pp. 56-63). 2ª ed. São Paulo: Artmed.
- Carvalho.J. (2008). *Auto-Estima: Uma Abordagem Autoconsciencioterápica*. *Revista Conscientia*, Vol 12(1), pp(18-31). CEAEC PESQUISA. Acessado em: <http://www.oic.org.br/downloads/anaisIIsimposio/Auto-estima.pdf>
- Carvalho Neto, M. B., Tourinho, E. Z. , Zilio, D. & Strapasson, B. A. (2012). B. F. Skinner e o mentalismo: uma análise histórico-conceitual (1931-1959). *Memorandum*, 22, 13-39. Recuperado em 21/04/15 de <http://www.fafich.ufmg.br/memorandum/a22/carvalhonetotourinhoziliostrapasso> n01
- Chiesa, M. (2006). *Behaviorismo radical: a filosofia e a ciência*. Trad. Carlos Eduardo Cameschi, Ed. IBAC/Caleiro. Brasília.
- de Rose, J. C. C. (1997). *O que é comportamento?* Em R.A. Banaco (Org.), *Sobre comportamento e cognição*, Vol.1 (pp. 79-81). Santo André (SP): ARBytes Editora
- Goulart, P. R. K., Delage, P. E. G. A., Rico, V. V., & Brino, A. L. F. (2012). *Aprendizagem*. Em: M. M. C. Hübner & M. B. Moreira. (Orgs.). *Temas clássicos da psicologia sob a ótica da análise do comportamento*. Cap 11 (pp. 20-41). 1ª. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.

- Guilhardi, J.H. (2002). *Auto-estima, autoconfiança e responsabilidade*. Disponível em: http://www.terapiaporcontingencias.com.br/pdf/helio/Autoestima_conf_respons.pdf. Acessado em 07/12/14.
- Marçal, J. V. de S. (2010). *Behaviorismo Radical e Prática Clínica*. Em A. K. C. R. de-Farias (Org.), *Análise Comportamental Clínica: Aspectos teóricos e estudos de caso* (pp. 30-48). Porto Alegre: Artmed.
- Martone, R. C., & Todorov, J. C. (2007). O desenvolvimento do conceito de metacontingência. *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, Vol. 3, Nº 2, (pp.181-190). Retirado em 16/11/2014 de <http://www.periodicos.ufpa.br/index.php/rebac/article/view/830/1177>.
- Matos, M.A. (1997). *O behaviorismo metodológico e suas relações com o mentalismo e o behaviorismo radical*. Em R.A. Banaco (Org.), *Sobre comportamento e cognição*, Vol. 1 (pp.57- 67). Santo André (SP): ARBytes Editora.
- Michaelis (1998). *Pequeno Dicionário da Língua Portuguesa*. Companhia Melhoramentos.
- Micheletto, N (1997). *Bases filosóficas do behaviorismo radical*. Em R.A. Banaco (Org.), *Sobre comportamento e cognição*, Vol. 1 (pp.29-44). Santo André (SP): ARBytes Editora.
- Moreira, M. B. e Hanna, E.S. (2012). *Fundamentos de Psicologia. Temas Clássicos da Psicologia sob a Ótica da Análise do Comportamento. Bases Filosóficas e Noção de Ciência em Análise do Comportamento* (pp 1-18).Rio de Janeiro. Editora Guanabara Koogan LTDA.
- Moreira, M. B. & Medeiros, C. A. (2007). *Princípios básicos da análise do comportamento*. Porto Alegre: Artmed.

- Ryle, G. (1970). *Introdução à psicologia: o conceito de espírito*. Lisboa: Moraes Editores.
- Skinner, B.F. (1953/2003). *Ciência e comportamento humano*. 11^a ed. São Paulo: Martins Fontes. Publicação original 1953.
- Todorov, J. C., & Moreira, M. B. (2009). Psicologia, comportamento, processos e interações. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 22, 404-412.
- Wilson, J. (2005). *Pensar com conceitos. A atividade da análise*(pp. 01-52). 2^a ed. São Paulo: Martins Fontes.
- Zilio, D. (2010). A natureza comportamental da mente. Behaviorismo radical e filosofia da mente. *Filosofia da mente* (pp. 23-37). São Paulo. Editora UNESP Cultura Acadêmica.