

IV SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

12, 13 e 14 de Novembro de 2014

AS PSICOTERAPIAS ANALÍTICO-COMPORTAMENTAIS DA TERCEIRA ONDA E OS EFEITOS DESEJÁVEIS E INDESEJÁVEIS DO CONTROLE AVERSIVO

Wesley David Macedo (Departamento de Psicologia, Universidade Estadual de Maringá, Maringá-PR, Brasil); Carolina Laurenti (Laboratório de Filosofia e Metodologia da Psicologia, Departamento de Psicologia, Universidade Estadual de Maringá, Maringá-PR, Brasil).

contato: wes_davidmacedo@hotmail.com

Palavras-chave: Psicoterapias analítico-comportamentais. Controle aversivo. Reforço positivo.

A Análise do Comportamento, tendo como alicerce uma filosofia denominada Behaviorismo Radical, é uma teoria que, por meio de métodos científicos, tenta explicar as peculiaridades do comportamento humano (SKINNER, 2002). De acordo com seus princípios teóricos, o comportamento pode ser entendido como uma relação entre organismo e ambiente, que sofre influência da história da espécie, da história do indivíduo e da cultura na qual esse indivíduo está inserido (SKINNER, 2007).

Nessa ciência, outra maneira de mencionar a influência dos três pontos citados acima é dizer que o comportamento é controlado por eles. Porém, nesse contexto, controle tem um significado próprio. Como explica Hunziker (2011), dizer que um evento controla outro significa tão somente afirmar que a ocorrência de um evento afeta a ocorrência de outro.

A Análise do Comportamento discute diferentes tipos de controle do comportamento. Um deles ocorre por meio do reforçamento positivo. Nele, a consequência da ação que torna esse tipo de ação mais provável em situações parecidas é sempre a adição de algo. Outra forma de controle do comportamento é a coerção. Ela, por sua vez, engloba dois tipos de relações controladoras entre ação e consequência: reforçamento negativo e punição. No reforçamento negativo, a consequência da ação que torna mais provável o surgimento de ações parecidas em situações do mesmo tipo é a retirada de algo. A punição, no que lhe diz respeito, pode ser do tipo que retira um reforçador positivo ou cria um evento aversivo, gerando uma supressão da ação (SIDMAN, 2009).

É possível observar que na literatura da área, por vezes, o controle por meio da coerção, que também é chamado de controle aversivo, é destacado por produzir diversos problemas comportamentais. Alguns deles referem-se a reações emocionais perturbadoras, padrões de fuga-esquiva e dificuldades do indivíduo em apresentar comportamentos

IV SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

12, 13 e 14 de Novembro de 2014

alternativos (MAZZO, 2007).

Nesse sentido, alguns autores afirmam que o uso do reforçamento positivo é mais vantajoso. Sidman (2009) defende que por meio dele podemos ensinar como as pessoas devem agir sem que surjam os subprodutos ruins típicos do controle aversivo. Ele diz ainda que quando esse método foi aplicado em áreas como educação, doenças mentais, conscientização etc. demonstrou ser bastante eficaz. Skinner (2003), por sua vez, defende o uso do reforçamento positivo como alternativa à punição porque permite o condicionamento de comportamentos incompatíveis com o punido.

Não obstante a importância dessa discussão, alguns analistas do comportamento apontam e outros dão a entender que o controle aversivo pode também gerar efeitos desejáveis (MAZZO, 2007; HUNZIKER, 2006). Da mesma forma, existem aqueles que indicam ou deixam subentendido que o reforçamento positivo pode criar, além de efeitos desejáveis, subprodutos ruins (HUNZIKER, 2006). Com isso, o suposto tratamento maniqueísta dessas formas de controle, considerando o controle aversivo como algo necessariamente ruim e o controle pelo reforçamento positivo como inexoravelmente bom, tem sido questionado.

Por exemplo, Hunziker (2006) levanta a possibilidade de que o controle aversivo pode favorecer a emissão de comportamentos criativos em situações que para ser reforçado negativamente o indivíduo precise variar suas respostas. Segundo o que diz Skinner (2003), outro efeito desejável do controle aversivo é o autocontrole. Tendo como exemplo pessoas que ingerem álcool, o autor diz que punições causadas por beber demais ou por dirigir bêbado podem condicionar sentimento de culpa e remorso. Desse modo, comportamentos que retirem esses estímulos aversivos emocionais podem ser reforçados.

Um ponto que pode ser interessante para a discussão sobre os efeitos desejáveis do controle aversivo e indesejáveis do reforçamento positivo é levantado por Lorenz (2009). O autor afirma que, devido às condições modernas que nos permitem ter menos contato com o desprazer e mais com o prazer, acabamos nos tornando super-sensíveis a qualquer sofrimento e sentindo o prazer com menos intensidade. Isso nos leva ao que ele chama de uma “tepidéz mortal” (p. 44), pois, sendo assim, nossas vidas ficariam extremamente monótonas. Se pensarmos que a maioria dos reforçadores positivos nos causam prazer e que grande parte dos estímulos aversivos causam desprazer, podemos enxergar aí um efeito indesejável do reforçamento positivo que se torna extremamente perigoso se for aliado ao banimento de toda

IV SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

12, 13 e 14 de Novembro de 2014

e qualquer relação de controle aversivo.

Como parte fundamental de uma agência controladora, a psicoterapia, que pretende controlar os comportamentos, parece razoável que os analistas do comportamento, que atuam nesse âmbito, tenham conhecimento dessa problemática. Tão importante quanto profissionais que conhecem o seu objeto de estudo é o modo como eles irão aplicar esse conhecimento. Com efeito, é fundamental que as psicoterapias analítico-comportamentais considerem o debate a respeito dos efeitos desejáveis do controle aversivo e dos efeitos indesejáveis do reforçamento positivo.

As psicoterapias analítico-comportamentais são divididas em três gerações, que são denominadas também de três ondas. As psicoterapias das duas primeiras gerações eram internalistas e não se pautavam nos pressupostos teóricos do Behaviorismo Radical (VANDENBERGHE, 2011). Por conta disso, e porque, como o próprio Skinner (2003, p. 404) afirmou, “a principal técnica da Psicoterapia destina-se assim a reverter as mudanças comportamentais que aconteceram como resultado da punição”, o objetivo deste trabalho é analisar se as psicoterapias analítico-comportamentais da terceira onda endossam a noção de que o controle aversivo gera somente efeitos indesejáveis.

Serão englobadas nessa análise apenas as psicoterapias analítico-comportamentais da terceira onda mais conhecidas. Segundo Malavazzi (2011), são elas: a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP – *Functional Analytic Psychotherapy*) e a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT – *Acceptance and Commitment Therapy*). A primeira foi desenvolvida por Kohlenberg e Tsai. Ela tem como objetivo, por meio da análise funcional das interações entre terapeuta e cliente, identificar os comportamentos relevantes do último e agir propiciando mudanças que possam ser generalizadas para contextos que ultrapassem a situação clínica (KOHLENBERG; TSAI, 2006). A Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT – *Acceptance and Commitment Therapy*), por sua vez, foi criada por Stevens Hayes e colaboradores. Baseando-se na teoria dos Quadros Relacionais, que propõe uma análise da linguagem humana, ela tem como objetivo fazer o cliente aceitar eventos privados desagradáveis com o intuito de manter ou modificar ações que sejam importantes para ele (SABAN, 2011).

Este trabalho é de natureza bibliográfica exploratória, visto que pretende proporcionar maior familiaridade com um problema, com vistas a levantar hipóteses sobre sua solução ou torná-lo mais explícito (GIL, 2007). Como é característica das pesquisas bibliográficas, a

IV SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

12, 13 e 14 de Novembro de 2014

análise será feita com base em material já elaborado (GIL, 2008). As fontes utilizadas serão compostas apenas por artigos científicos publicados em periódicos especializados na teoria analítico-comportamental. As bases de dados, por sua vez, serão os *sites* dos seguintes periódicos: *Acta Comportamentalia*, *Perspectivas em Análise do Comportamento*, *Revista Brasileira de Análise do Comportamento* e *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*. A pesquisa será realizada em quatro etapas: 1) seleção de textos que apresentam relatos de pesquisa ou estudos de caso, redigidos em língua vernácula (português brasileiro), disponibilizados nos *sites* indicados e que possuam alguma das palavras-chave a seguir em seu título ou no corpo do texto: psicoterapia analítico-funcional; terapia de aceitação e compromisso; FAP; ACT; psicoterapia; clínica; controle aversivo; punição; reforçamento negativo; reforço negativo; eventos aversivos; reforçamento positivo; reforço positivo; efeitos do controle aversivo; efeitos do reforçamento positivo e efeitos do reforço positivo; 2) Eliminação de traduções e eventuais repetições; 3) Seleção dos trechos relevantes de cada artigo; 4) Leitura crítica dos trechos selecionados visando responder os objetivos da pesquisa.

Espera-se que, com esta pesquisa, as práticas psicoterápicas analítico-comportamentais possam ser situadas, de modo mais sistemático, no debate sobre os possíveis efeitos desejáveis e indesejáveis do controle aversivo e do controle pelo reforçamento positivo; e, com isso, avaliar as implicações de suas estratégias de intervenção para a relação terapêutica, e, principalmente, para a vida do cliente.

Referências

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2007.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

HUNZIKER, M. H. L. Afinal, o que é controle aversivo? **Acta Comportamentalia: Revista Latina de Análisis de Comportamiento**, Guadalajara, v. 19, n. 1, p. 9-19, 2011.

HUNZIKER, M. H. L. Comportamento criativo e análise do comportamento I: variabilidade comportamental. In: GUILHARDI, H.; NOREEN A. (Org.). **Sobre Comportamento e Cognição**. v. 18, p. 156-165. Santo André: ESETec Editores Associados, 2006.

KOHLBERG, R. J.; TSAI, M. **Psicoterapia analítica funcional: criando relações terapêuticas intensas e curativas**. Santo André: ESETec Editores Associados, 2006.

KONRAD, L. Z. **Os oito pecados da civilização**. Santiago de Compostela: Humana, 2009.

IV SEMINÁRIO DE PRÁTICA DE PESQUISA EM PSICOLOGIA

ISSN: 2317-0018

Universidade Estadual de Maringá

12, 13 e 14 de Novembro de 2014

MALAVAZZI, D. M. Breve panorama sobre as três gerações da terapia comportamental. **Boletim Contexto**, Brasília, n. 34, p. 27, 2011.

MAZZO, I. M. B. **Análise de possíveis efeitos desejáveis do controle aversivo na aprendizagem de comportamento eficaz**. 2007. 105f. Dissertação (Mestrado em Análise do Comportamento) – Programa de Pós-Graduação em Análise do Comportamento, Centro de Ciências Biológicas, Universidade Estadual de Londrina, Londrina. 2007.

SABAN, M. T. **Introdução à terapia de aceitação e compromisso**. Santo André: ESETec Editores Associados, 2011.

SIDMAN, M. **Coerção e suas implicações**. Campinas: Livro Pleno, 2009.

SKINNER, B. F. **Ciência e comportamento humano**. 11. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

SKINNER, B. F. Seleção por consequências. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v. 9, n. 1, p. 129-137, 2007.

SKINNER, B. F. **Sobre o behaviorismo**. São Paulo: Cultrix, 2002.

VANDENBERGHE, L. Terceira onda e terapia analítico-comportamental: Um casamento acertado ou companheiros de cama estranhos? **Boletim Contexto**, Brasília, n. 34, p. 33-41, 2011.