



Faculdade de Ciências da Saúde – FACS  
Curso: Psicologia

## INTERVENÇÕES ANALÍTICO-COMPORTAMENTAIS CONDIDERANDO O CONCEITO DE REGRAS

Adelson Henrique de Holanda Filho

Brasília/Junho/2007

Adelson Henrique de Holanda Filho

## INTERVENÇÕES ANALÍTICO-COMPORTAMENTAIS CONDIDERANDO O CONCEITO DE REGRAS

Monografia apresentada como  
requisito para conclusão do curso de  
Psicologia do UniCEUB – Centro  
Universitário de Brasília  
Prof. Orientador Géison Isidro  
Marinho

Brasília/DF, Junho de 2007



Faculdade de Ciências da Saúde – FACS  
Curso: Psicologia

Esta monografia foi aprovada pela comissão examinadora composta por:

---

Géison Isidro Marinho

---

Carlos Augusto de Medeiros

---

Eillen Pfeiffer Flores

A Menção Final obtida foi:

---

Brasília, Junho/2007

## Sumário

Resumo-----	iv
Introdução-----	01
Behaviorismo e Análise do Comportamento-----	06
Behaviorismo-----	06
Análise do Comportamento-----	09
Princípios Básicos da Análise do Comportamento-----	10
Regras E Auto-Regras: Definições e Controle Verbal-----	13
Definições-----	13
Controle Verbal e Uso de Regras-----	17
Implicações Comportamentais Envolvendo Regras-----	22
Terapia Analítico-Comportamental: Intervenções Verbais a Partir do Conceito de	
Regras-----	28
Conclusão-----	38
Bibliografia-----	42

## RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo, discutir o conceito de regras na visão analítico-comportamental, bem como suas implicações no comportamento humano e na clínica psicoterapêutica. Isso inclui como as regras são formuladas, problemas que ocorrem devido ao seguimento de regras, situações dentro da clínica que envolvem regras e intervenções que manipulam regras. Albuquerque (2001) define regras como estímulos antecedentes que podem descrever contingências e exercer múltiplas funções regras: estímulos antecedentes verbais, estímulos alteradores de função, operação estabelecadora. Como a terapia analítico-comportamental se trata de uma nova aprendizagem de comportamentos do cliente, deve-se considerar as duas maneiras principais de como essa aprendizagem ocorre: exposição às contingências e pelo seguimento de regras. Logo, há uma discussão bibliográfica importante na área, sobre qual seria a melhor estratégia adotada no consultório para a modificação do comportamento do cliente. O problema está em definir quando e como devem ser utilizadas técnicas de modificação de regras (depende da história de vida do cliente, das contingências envolvidas, reforçadores de dentro e de fora do setting terapêutico, etc) ou expor o cliente às contingências, e que o cliente siga as orientações do terapeuta em ambos os casos. Como combinar melhor então, esses dois processos de aprendizagem, uma vez que um interfere no funcionamento do outro? O que fazer quando o cliente mostrar-se resistente em seguir novas regras? Como lidar com os reforçadores mais poderosos existentes nas contingências fora do ambiente terapêutico? Um estudo detalhado sobre as regras, pode proporcionar material suficiente para esclarecer essas questões e outras mais.

Palavras-chave: regra, auto-regra, terapia, análise do comportamento

O homem como um dos seres mais desenvolvido na natureza, possui algumas vantagens biológicas que facilitam a sua preservação, diante das diversidades que a natureza apresenta. Essa vantagem biológica é traduzida no resultado da sua evolução, desde o homem primata até os dias de hoje. De acordo com as idéias de Darwin, propostas em 1859, essa evolução ocorreu com a seleção natural. Ou seja, aquelas características que melhor adaptavam o homem ao seu ambiente foram mantidas, enquanto que outras foram extintas. De maneira que os indivíduos que sobreviviam eram aqueles com essa característica adaptativa, logo ao procriarem entre si, essa característica era mantida e outras apareciam e eram submetidas ao mesmo processo de seleção natural. Mas o que realmente diferencia o homem dos animais irracionais? A partir da seleção natural, o equipamento humano, no caso, o cérebro mais desenvolvido, proporcionou ao homem, um maior repertório comportamental. Dentre esses comportamentos, está a capacidade de observar o mundo ao seu redor, de maneira que é possível fazer relações entre esses fatos observáveis, conseqüentemente acumular conhecimento. Mesmos os antepassados do homem já faziam isso. Desde a descoberta da pedra lascada até a invenção da escrita. E o fator que é determinante na diferenciação entre homem e animal “irracional”, é a capacidade de transmitir esse conhecimento acumulado.

Logo, a partir da seleção natural, o aparelho biológico do homem se desenvolveu o bastante para permitir uma maior variabilidade comportamental que também passou por um processo de seleção por conseqüências. Ou seja, da mesma maneira em que uma característica biológica passava por um procedimento de seleção, onde só a melhor característica permanecia, o comportamento que produzia a melhor conseqüência também era mantido, enquanto que aquele que não produzia uma conseqüência positiva ou produzia uma conseqüência aversiva, era extinto.

Dessa maneira, o homem começou a aprender qual seria a melhor maneira de se comportar diante de uma determinada situação, o que aumentou as suas chances de sobrevivência.

Em fase relativamente tardia em sua história, a espécie humana sofreu uma alteração notável: sua musculatura vocal foi posta sob controle operante, então, o homem que antes apenas se comunicava com gritos de alertas, brados ameaçadores e outras respostas inatas, teve a sua esfera de ação no ambiente ampliada com o comportamento verbal operante e com isso nasceu a linguagem (Skinner, 1974). Ou seja, se antes o homem apenas se comunicava para expressar medo, raiva e aptidão para procriar (comportamentos respondentes que se referem à condição para sobrevivência da espécie), com a linguagem o seu repertório comportamental aumenta, conseqüentemente aumenta também o seu relacionamento com outros membros da espécie. Com essa nova ferramenta, a linguagem, o homem pode agora se comunicar melhor, ou seja, traçar melhores estratégias de caça, bem como estratégias de fuga de predadores.

O homem passou então, a falar sobre o que faz, como faz e quando faz. Essa formulação de procedimentos é o que basicamente caracteriza uma cultura. Skinner (1993) afirma que o ambiente social em parte é resultado dos procedimentos do grupo que geram o comportamento ético e a extensão desses procedimentos aos usos e aos costumes. E esses procedimentos ou descrições das contingências no qual ele estava inserido, contribuíram para o aumento dos organismos, formando agora, uma sociedade.

E essa sociedade segue algumas normas que devem ser seguidas para que um indivíduo tenha sucesso vivendo nesse contexto. O autor também afirma que a sociedade não é organizada e por isso os seus procedimentos não são mantidos com regularidade. Para isso, existem algumas agências controladoras que manipulam variáveis particulares que envolvem o seguimento desses procedimentos pelo grupo. Dentro desse conjunto de agências controladoras, encontram-se o governo, religião, psicoterapia, economia, educação.

Cada uma dessas agências possui uma explicação própria para justificar o comportamento que ditam como certo ou errado e que deve ou não ser seguido pelos

membros do grupo (sociedade). De maneira geral, o controle exercido é praticado por meio de reforçamento e punição. Ou seja, quando o sujeito segue os procedimentos, ele tem o seu comportamento reforçado simplesmente por obedecer ao que foi imposto ou reforçado pela consequência obtida ao fazer o que foi imposto. E o seu comportamento é punido quando se recusa a fazer o que foi imposto. Pode-se dizer que essas agências controladoras formulam regras que devem ser seguidas pelos membros do grupo

De acordo com Todorov e Moreira (2004), quando os membros atuantes da sociedade entram em contato com essas regras e as seguem, repertórios de solução de problemas são selecionados e mantidos por contingências de reforçamento existentes na cultura. Essa afirmação remete a idéia de que mesmo classificadas como agências controladoras, o que sugere uma idéia de que o controlado não tem autonomia, as regras impostas ajudam o sujeito a se comportar da maneira aceita pela maioria.

Além dessas regras socialmente formuladas e que devem ser seguidas de maneira mais ampla, há também as regras formuladas por cada sujeito, a partir das suas próprias observações do ambiente. Logo, essas chamadas auto-regras auxiliam o sujeito a se comportar em um nível mais micro na sociedade. Refere-se à maneira como esse sujeito lida com situações normais do cotidiano, como o relacionamento com outras pessoas, a tomada de certas atitudes, formulação de idéias que o orientam.

Desde que o homem passou a observar o seu próprio comportamento e em que situações um determinado comportamento pode ser emitido com a finalidade de conseguir o que é desejado, ele se orienta a partir dessas reflexões. Com isso é possível perceber como há uma grande dependência das normas, leis, conselhos, procedimentos, instruções, ordens, explicações que direcionam o indivíduo ao que deve ser feito. Pois mesmo quando um comportamento é aprendido por exposição às contingências, uma regra é formulada para

descrevê-lo e com isso, auxilia o homem na próxima vez em que uma situação semelhante ocorrer.

A evolução do aparelho biológico humano gerou condições para que o organismo que se comporta passasse a formular essas regras. Porém, às vezes surgem incertezas diante de determinadas situações na qual o indivíduo se encontra. Talvez porque não tenha compreendido bem o que está acontecendo e com isso emite vários comportamentos que não o direcionam a consequência desejada e muitas vezes geram consequências que são aversivas tanto para o sujeito que se comporta quanto para os outros que vivem ao seu redor. Talvez porque ele simplesmente não consegue seguir a uma determinada regra já formulada para o tipo de situação no qual está envolvido no momento e é aí que uma outra agência controladora tem um papel importante: a psicoterapia.

Skinner (1993) afirma que a psicoterapia é a agência controladora que se preocupa com esse tipo de problema. Fala que ela não é uma agência organizada como governo e religião, mas sim uma profissão, que tem um papel importante na vida das pessoas, onde em muitos casos supera o controle de outras agências maiores e organizadas.

Autores como Jonas (2004), Guilhardi (1999), Meyer (2005), Baum (1999), defendem a idéia de que o papel do psicoterapeuta é de observar o contexto no qual o sujeito está inserido e que não encontra a melhor maneira de se comportar e a partir da formação e manipulação de regras, o paciente seja capaz de adotar outros comportamentos que o direcionem a consequência desejada. De maneira geral, isso significa dizer que o terapeuta ajuda o sujeito a perceber melhor o mundo em sua volta e como ele interage com esse mundo. Obviamente que, ao lidar com essas questões, em algum momento o processo psicoterápico pode se chocar com regras formuladas por outras agências controladoras ou por regras do próprio cliente. Ou ainda, com as contingências presentes na vida, que favorecem para uma perda de sensibilidade para as regras que seriam mais corretas naquela situação.

Nesse ponto, o terapeuta se esbarra em várias dificuldades que podem prejudicar o seu trabalho: resistência à mudança, competição de reforços. Tudo o que pode dificultar na aprendizagem do cliente de novos comportamentos mais funcionais. Como fazer então que o paciente perceba qual o melhor caminho que deve tomar? Que estratégias o terapeuta pode utilizar para o sucesso do seu trabalho? Como lidar com o comportamento do sujeito que procura ajuda dentro da terapia, que dificulta o trabalho? Essas questões são levantadas levando em conta o poder das regras e das contingências presentes no contexto em que o homem vive.

Quando o terapeuta deve quebrar regras do cliente e formular novas regras, quando o terapeuta pode simplesmente esclarecer as contingências ao cliente, ou coloca-lo em contato direto com uma contingência que o sensibilize para o que está acontecendo. Como lidar com o cliente, quando ele não aceita o que o terapeuta propõe, mesmo sabendo que isso é o certo?

O presente trabalho tem como objetivo, levantar algumas sugestões para as perguntas que foram apresentadas, a partir de uma discussão feita com a literatura existente sobre esses aspectos do comportamento humano dentro da psicoterapia. Partindo da premissa básica de que a terapia é construída somente a partir da fala e da escuta do terapeuta e do cliente, onde o cliente descreve os seus comportamentos e também as regras que segue e o terapeuta identifica as contingências a partir dessas descrições e manipula regras. Entender o funcionamento de regras e como elas influenciam na vida das pessoas é de extrema importância para o sucesso do trabalho do psicólogo analista do comportamento.

## Behaviorismo e Análise do Comportamento: Fundamentos e Princípios Básicos

### Behaviorismo

Como todas as ciências, a análise do comportamento teve suas raízes numa filosofia, a qual é chamada de behaviorismo. Segundo Baum (1999), essa filosofia do comportamento aborda tópicos que todas as pessoas se importam e se sensibilizam muito: por que fazemos o que fazemos, e o que devemos e não devemos fazer. Essa questão da psicologia como uma ciência, é cercada de várias discussões metodológicas desde os seus primórdios no século XIX até os dias atuais. No entanto, esse aspecto não será discutido no presente capítulo, pois o seu objetivo é explicar brevemente sobre o que é behaviorismo e como ele surgiu. É sabido que após a explosão das idéias de Watson nos Estados Unidos, surgiram vários laboratórios experimentais e vários behavioristas que se basearam nessas idéias e que conseqüentemente contribuíram para o seu aprimoramento. Porém, será aqui explicitado apenas o Behaviorismo Metodológico de Watson e o Behaviorismo Radical de Skinner.

O “behaviorismo” surgiu a partir das idéias de J. B. Watson (1878 – 1958), que se encontrava insatisfeito com tantas tentativas frustradas de tornarem a psicologia uma ciência, uma vez que sempre davam margem à introspecção e ao subjetivismo.

Em 1913, Watson publicou o artigo “Psychology as the Behaviorist Views It”, que rapidamente foi tomado como manifesto do incipiente behaviorismo. Guiado pela psicologia objetiva, Watson articulou a crescente insatisfação dos psicólogos com a introspecção e a analogia como métodos. Queixava-se de que a introspecção, ao contrário dos métodos utilizados pela física e pela química, era excessivamente dependente do indivíduo ( Baum, 1999, p. 27).

Foi criado então o chamado, behaviorismo metodológico, que tinha como objeto de estudo do comportamento do sujeito. Suas idéias partiram do Realismo como visão do

mundo. Ou seja, tudo aquilo que pudesse ser observado diretamente, objetivamente e explicado posteriormente podia ser estudado. O comportamento é aquilo que é real, aquilo que está por fora do sujeito. Essa foi a tentativa de Watson de eliminar de vez os termos mente e consciência da psicologia, uma vez que esses conceitos ou fenômenos não faziam parte do mundo externo observado. Conseqüentemente, Watson desconsiderou todas as características encobertas do sujeito (sentimento, pensamento, memória, etc) como não sendo objetos de estudo do comportamento humano, logo desconsiderou que os mesmos fossem comportamentos propriamente ditos.

Watson (1929, citado em Marx & Hillix, 1963) afirma que a psicologia era “aquela divisão da ciência natural que toma o comportamento humano – as ações e as verbalizações, tanto aprendidas como não-aprendidas, das pessoas como seu objeto de estudo”. De acordo com Marx e Hillix (1963), os principais pressupostos de Watson podem ser especificados na forma dos seguintes postulados:

1. O comportamento compões-se de elementos de respostas e pode ser cuidadosamente analisado por métodos científicos, naturais e objetivos.
2. O comportamento compõe-se inteiramente de secreções glandulares e movimentos musculares; portanto, é basicamente redutível a processos físico-químicos.
3. Existe uma resposta imediata, de alguma espécie, a todo e qualquer estímulo eficaz; toda e qualquer resposta tem alguma espécie de estímulo. Assim, existe no comportamento um rigoroso determinismo de causa-e-efeito.
4. Os processos conscientes, se é que existem, não podem ser cientificamente estudados; as alegações sobre a consciência representam tendências

sobrenaturais e como remanescentes das fases teológicas e pré-científicas da psicologia e devem ser ignoradas.

Anos depois, B. F. Skinner (1904-1990), um dos principais seguidores de Watson, chega com novas idéias que confrontam diretamente a característica mais marcante do behaviorismo metodológico: a negação dos eventos privados de serem observados cientificamente. Skinner defende a idéia de que mesmo esses eventos privados podem ser observados e estudados, pois eles fazem parte do comportamento humano. Ou seja, não considera esses eventos como causa de comportamento, mas sim como o próprio comportamento. “O mentalismo, ao fornecer uma aparente explicação alternativa, mantinha a atenção afastada dos acontecimentos externos antecedentes que poderiam explicar o comportamento” (Skinner, 1974, p. 19).

Ao contrário do behaviorismo metodológico, o behaviorismo radical não segue a visão de Realismo, mas sim do Pragmatismo. Isso quer dizer que esse novo modelo de behaviorismo, está mais interessado na descrição que melhor explica o comportamento (as razões), do que como o comportamento ocorre isoladamente.

Baum (1999) afirma que o Behaviorismo Radical, diferentemente do Behaviorismo Metodológico, não faz distinção entre mundos objetivo e subjetivo; se concentra em termos e conceitos, e o uso desses termos mudaram, à medida que a ciência progrediu.

Agora o fenômeno estudado engloba muitas outras variáveis do que antes. Se Watson propôs um trabalho que poderia reduzir o comportamento humano em algo bem mecanizado (relação estímulo-resposta), Skinner enriquece essa relação ao levar em consideração o contexto em que essa relação ocorre e o que ela produz (relação antecedente-estímulo-resposta-consequência).

Ou seja, o comportamento é fruto da interação do indivíduo com as contingências do ambiente, produzindo uma consequência que pode: aumentar ou diminuir a frequência desse

comportamento. Assim, é possível afirmar que o comportamento é fruto de uma seleção por conseqüências. Os comportamentos mais eficazes são mantidos, enquanto que os comportamentos falhos são abandonados.

A aplicação dos conceitos básicos do behaviorismo radical deu suporte para a construção da ciência do comportamento humano, a chamada Análise do Comportamento.

### Análise do Comportamento

Utilizando-se de uma metodologia científica e de experimentos em laboratórios, partindo das idéias básicas do Behaviorismo, foi possível chegar a uma ciência do comportamento. A análise do comportamento é o campo de estudo que se dispõe a entender o que o indivíduo faz, por que faz, quando faz e como faz.

A ciência comportamental surgiu no início do século XX como uma reação às teorias psicológicas introspectivas e não científicas daquela época. Desde o início, principal objetivo da ciência do comportamento tem sido desenvolver um estudo empírico do comportamento, baseado em observações objetivas tanto do comportamento, quanto de suas variáveis controladoras. (Baldwin e Baldwin, 1986, p. 3).

Por tratar-se do comportamento humano, pode parecer para muitos, que é quase impossível entender as causas do comportamento, uma vez que existe uma imensa gama de variáveis ambientais presentes no contexto de cada indivíduo. Contudo, as técnicas empregadas são suficientemente bem sucedidas no que se propõe a fazer.

Skinner (1993) chama atenção sobre a complexidade que é estudar o comportamento ao afirmar que esse fenômeno é uma matéria difícil, pelo fato de ser mutável, fluido e evanescente. Porém, o autor deixa clara a eficiência dos procedimentos científicos ao

complementar que não há nada essencialmente insolúvel nos problemas que surgem desse fato.

Os estudos desse campo da ciência geram os conhecimentos sobre o comportamento humano. Diante disso, são formados os chamados princípios básicos do comportamento. Tais princípios são aplicados na psicologia em todas as suas áreas: clínica, organizacional, escolar, hospitalar, etc.

#### Princípios básicos da análise do comportamento.

Skinner (2000), fala sobre a experiência de Thorndike, em 1898, com gatos. Nessa experiência, um gato era colocado num alçapão, onde ele só se livraria abrindo uma porta. Inúmeros comportamentos eram emitidos pelo animal, até que conseguisse abrir a porta. Thorndike observou que quando o gato já tinha sido colocado inúmeras vezes no alçapão, o comportamento que o levava a sair de lá passava a ocorrer mais rapidamente. Com isso ele concluiu que o comportamento se dava pela sua consequência. Ele deu a isso o nome de Lei do Efeito.

“... a lei do efeito. Esta lei é baseada na observação de que o comportamento voluntário é influenciado por seus efeitos” (Baldwin e Baldwin, 1986, p. 6)

Logo, o processo em que determinado comportamento é fortalecido por ser o mais bem-sucedido em determinada situação, é chamado de condicionamento operante. De acordo com Skinner (2000), o condicionamento operante caracteriza-se por tornar uma resposta mais provável ou de fato, mais freqüente.

Esse condicionamento depende da consequência do comportamento em questão. “As consequências que fazem um comportamento se tornar menos freqüente são chamadas de punidoras” (Baldwin e Baldwin, 1986, p. 7). Logo, seguindo o mesmo raciocínio,

conseqüências reforçadoras são aquelas que fazem um comportamento torna-se mais freqüente. Esse processo é chamado de reforçamento e punição.

Quando uma resposta tem como conseqüência um estímulo reforçador, esse processo é chamado de reforçamento positivo. Quando uma resposta tem como conseqüência a remoção de um estímulo aversivo, o processo é chamado de reforçamento negativo. “Enquanto que o reforçamento positivo traz bons efeitos e experiências agradáveis em nossas vidas, o reforçamento negativo ocorre quando escapamos ou evitamos experiências aversivas” (Baldwin e Baldwin, 1986, p. 17).

Quando uma resposta tem como conseqüência um estímulo aversivo, o processo é chamado de punição positiva. Quando a resposta tem como conseqüência a remoção de um estímulo reforçador, chamamos o processo de punição negativa.

Existem ainda estímulos que servem como sinalizadores de que resposta um organismo pode emitir em determinada situação. São os chamados estímulos discriminativos e o seu processo chama-se discriminação.

Quando um comportamento muda de “trabalhar” para “fazer compras” como resultado da mudança de “estar sem dinheiro” para “estar com dinheiro”, temos uma cadeia e uma discriminação. Se o comportamento muda quando o dia anoitece, trata-se não de uma cadeia, mas de uma discriminação ( Baum, 1999, p. 112)

Muitas vezes um comportamento apresentado em uma determinada situação, se repete em uma nova situação semelhante a anterior. A esse fenômeno, dá-se o nome de generalização. “A generalização ocorre sempre que uma velha resposta aparece em novas situações. Quanto maior a semelhança entre a nova situação e a situação em que o comportamento foi aprendido, maior a probabilidade do aparecimento desse comportamento” ( Baldwin e Baldwin, 1986, p. 73 ).

De acordo com Catania (1999), a extinção ocorre quando um comportamento que antes tinha uma determinada consequência como reforço, passa a não tê-la mais. Com isso, o comportamento tem sua frequência diminuída. O autor faz ainda uma observação sobre a taxa de resposta do indivíduo, ao afirmar que o responder é mantido apenas enquanto o reforço continua, e não depois que ele é suspenso.

Todas essas operações citadas fazem parte de um esquema de aprendizagem por contingências, ou seja, o sujeito é exposto a determinadas situações no meio, em que sofre diretamente as consequências dessa interação, sejam elas positivas ou negativas. Skinner (1966, citado em Castanheira, 2001) diz que contingência significa, na análise do comportamento, qualquer relação de dependências entre eventos ambientais ou entre eventos comportamentais e ambientais. Tudo o que o homem faz (comportamento) ou deixa de fazer por algum motivo é aprendido. Conseqüentemente, entender esses conceitos básicos é extremamente necessário para que o psicólogo possa compreender os comportamentos do homem e com isso, entender a sua origem, bem como maneiras de alterá-los, caso seja necessário. Um desses comportamentos é o comportamento verbal. De acordo com Skinner (1957/1978, citado em Faleiros, 2003) os comportamentos verbais são reforçados pela mediação de outra pessoa e só podem ser eficientes através dessa mediação. Ou seja, para que esse comportamento ocorra, é necessário um falante que emite um comportamento de falar, que serve de estímulo discriminativo para o ouvinte responder. Ao responder, o comportamento do emissor é reforçado pelo ouvinte por meio de atenção. Também é possível que um indivíduo faça o papel tanto do ouvinte, como do falante. Ainda sobre comportamento verbal, Catania (1999) afirma que uma das suas consequências é que, por meio dele, um falante pode mudar o comportamento de um ouvinte.

Logo, há um outro tipo de aprendizagem, aquela que ocorre por meio regras. Citando Baum (1999), dizer que um comportamento é governado por uma regra, é dizer que está sob o

controle de estímulo regra e que regra é um certo tipo de estímulo discriminativo (estímulo discriminativo verbal). Ou seja, o comportamento é controlado devido a algo que o sujeito ouviu ou leu. Isto ocorre, por exemplo, quando uma criança que está sendo educada pelos pais. O tempo todo o seu comportamento é controlado de acordo com o que os pais falam: o horário para dormir é 9 horas da noite, o horário do almoço é 12 horas da tarde, você só pode brincar após fazer o dever da escola, etc.

### Regras e Auto-Regras: Definições e Controle Verbal

#### Definições

Skinner (1974) afirma que as regras são particularmente valiosas quando as contingências são complexas, pouco claras ou, por qualquer razão, pouco eficazes. E como citado em Albuquerque (2001), Skinner descreve as regras como estímulos especificadores de contingências que funcionam como estímulos discriminativos, fazendo parte de um conjunto de contingências de reforço. Por essa definição, as regras são estímulos verbais que descrevem uma determinada relação de eventos, que devem ser seguidos pelo ouvinte e que no final o mesmo se beneficiaria com uma consequência reforçadora.

Albuquerque (2001) vai além da definição proposta por Skinner e sugere que as regras devem ser classificadas como estímulos antecedentes que podem descrever contingências e exercer múltiplas funções regras: estímulos antecedentes verbais, estímulos alteradores de função, operação estabelecadora.

O conceito de regras, como estímulos antecedentes verbais, foi proposto por Zittle e Hayes (1982, citado em Albuquerque, 2001). Para esses autores, esse conceito elimina o problema do que significa especificar contingências e engloba regras que não especificam contingências. Hayes, ainda especifica estímulo verbal como aquele que tem seus efeitos

discriminativo, estabelecedor, eliciador, reforçador, ou outros, devido a sua participação em quadros relacionais estabelecidos por uma comunidade verbal.

Sobre as regras definidas como estímulos alteradores de função, Albuquerque (2001), cita Schlinger e Blakely (1987) e Blakely e Schlinger (1987). Esses autores fazem uma diferenciação entre os efeitos das regras e os efeitos de estímulos discriminativos. Para eles o efeito das regras é atrasado, pois a regras não evoca o comportamento, mas sim descreve o estímulo que, quando apresentado, deverá evocar o comportamento especificado pela regra. Enquanto que os estímulos discriminativos evocam o comportamento imediatamente após a sua apresentação. Logo, a regra deve ter esse conceito porque ela muda a função do estímulo a que descreve. Assim, de acordo com os autores, a regra pode alterar também a função de operações estabelecedoras, estímulos punidores e reforçadores, desde que especifique pelo menos dois componetes da contingência.

Baseando-se no conceito de Michael (1982,1993) sobre operações estabelecedoras, no qual afirma que essas alteram, momentaneamente, a efetividade reforçadora de um estímulo e evocam o comportamento que no passado foi reforçado por produzir esse estímulo, Albuquerque (2001) propõe mais uma função da regra: como operação estabelecedora. Isso é possível porque uma regra também pode aumentar a efetividade de um estímulo e evocar um comportamento. Porém, algumas regras podem evocar comportamento, mas não mudam a efetividade de outros estímulos; outras alteram a função de estímulos, mas não evocam comportamento; outras evocam comportamento, alteram a função de outros estímulos, mas não alteram a efetividade reforçadora dos eventos (Albuquerque, 2001).

Desta maneira então, Albuquerque conclui que as regras podem exercer múltiplas funções e que não deve ser classificada por uma ou outra de suas funções, mas sim classificadas como estímulos antecedentes que podem descrever contingências e exercer várias funções regras.

Além dessas várias funções, as regras podem aparecer de diferentes formas: orientações, conselhos, avisos, ordem. Skinner (1974) conceitua a ordem como uma regra que descreve um ato e implica uma consequência aversiva executada pelo próprio emissor da regra; já no aviso, as consequências aversivas não são implicadas pela pessoa que emitiu a regra; o conselho especifica um comportamento e implica consequências reforçadoras que não foram ideadas pela pessoa que emitiu a regra; por fim, as orientações englobam ordens, conselhos, avisos e descrevem o comportamento a ser executado, expondo ou implicando consequências.

De acordo com Baum (1999), a regra possui sempre duas contingências, e cada uma delas tem o seu estímulo discriminativo e um reforçador para o comportamento. A contingência próxima, que ocorre em curto prazo e é o motivo pelo qual o comportamento é denominado controlado por regras. Ou seja, ele estabelece o contexto no qual o comportamento pode gerar um reforço próximo, que em geral é fornecido por outras pessoas, freqüentemente é o próprio falante (fornece algum tipo de aprovação, tanto verbal, por exemplo: “isso mesmo”, “parabéns”, “é assim que se faz”; ou não verbal: dinheiro, retirada de uma condição aversiva.). E a contingência última, que ocorre em longo prazo e justifica a contingência próxima porque incorpora uma relação entre comportamento e consequência que é realmente importante (se refere à saúde, sobrevivência, bem-estar a longo prazo dos descendentes e da família).

O seguinte exemplo ilustra as duas contingências de uma regra. A mãe fala ao filho: “Sempre escove seus dentes antes de dormir”. O estímulo discriminativo da contingência próxima é o estímulo verbal e o reforço é a aprovação da mãe. Já o estímulo discriminativo da contingência última é sujeira, mal-hálito, doenças, etc. O reforço último é saúde, reprodução, bem-estar.

Com o desenvolvimento da produção científica referente a regras, alguns autores em suas pesquisas, fizeram uma nova conceituação sobre os comportamentos governados por regras. É o caso de Hayes e Ju (1998) e Hayes, Zettle e Rosenfarb(1989), citados em Meyer (2005). Aqueles comportamentos que dependem das contingências sociais envolvidas, ou seja, adquirem o reforço apenas pelo simples fato de cumprir determinada regra, são chamados de aquiescência. Já aqueles comportamentos que dependem da relação entre regras e eventos ambientais, ou seja, adquirem o reforço pelo cumprimento específico da regra, são denominados de rastreadores (Meyer, 2005).

“Inúmeras vezes, as crianças fazem o que lhes mandam fazer e ganham doces, afeto, atenção e aprovação (...) Conseqüentemente, seguir regras torna-se uma categoria funcional, uma habilidade generalizada.” (Baum, 1999, p. 166).

O que Baum sugere ao fazer essa afirmação, é que questão de seguir regras depende da história de vida de cada indivíduo. Se ele foi fortemente reforçado ao seguir regras, que normalmente são emitidas pelos pais ou responsáveis, conseqüentemente a sua capacidade de seguir regras será bem mais forte do que em um sujeito que não foi bem reforçado quanto a isso. O que ocorre é um processo de modelagem do comportamento de seguir regras, ou seja, o sujeito aprende a seguir as regras.

Jonas (2004) reforça a concepção de Baum (1999), ao supor que as experiências idiossincráticas no passado (história de reforçamento) produzem diferenças individuais tanto para muito das conseqüências naturais do comportamento, quanto para o comportamento de seguir regra.

Uma pessoa pode fazer o papel de falante e ouvinte. Isso acontece quando ela fala consigo mesma, seja em voz alta ou apenas no pensamento. Logo, o próprio indivíduo pode ditar suas regras, de acordo com a contingência na qual está inserido. De acordo com Zettle (1990, citado em Castanheira, 2001), as auto-regras podem ser definidas como estímulos

verbais especificadores de contingências, produzidas pelo próprio indivíduo a quem essas contingências se aplicam. Quando exposto a uma determinada situação, o comportamento do sujeito gera uma série de estímulos verbais emitidos por ele mesmo, que aumentam ou diminuem a frequência do próximo comportamento a ser emitido por ele. De acordo com Baum (1999), uma pessoa que se senta silenciosamente e depois, soluciona um problema, pode ter passado por todo um processo de dizer coisas e visualizar resultados previamente, um após o outro e que esse processo, seja encoberto ou público, pode ser entendido como ação do sujeito como falante alternando-se com ação do ouvinte.

Mas para chegar nessa auto-regra, o sujeito passa por uma série de discriminações que o levam a um comportamento eficiente. Skinner (1969, citado em Baum, 1999) chamou a ação de falante que gera estímulos discriminativos, de comportamento precorrente, no sentido de que acontece antes da solução.

No exemplo citado acima, em que uma pessoa se senta e silenciosamente soluciona um problema, esses comportamentos seriam todas as ações envolvidas no processo de dizer coisas e visualizar resultados. Conseqüentemente, os estímulos gerados por esse comportamento são regras. De acordo com o pensamento de Baum (1999), ao afirmar que: se é aceito a idéia de que a mesma pessoa possa agir simultaneamente como falante e ouvinte, então a atividade precorrente se confirmaria à definição de comportamento verbal e os estímulos gerados seriam regras.

Ainda sobre as auto-regras, Jonas (1997, citado em Meyer, 2005) afirma que os seres humanos não apenas seguem as regras emitidas por outros, mas também formulam e seguem suas próprias regras, nesse caso uma parte do repertório do indivíduo afeta outra parte desse mesmo repertório e isso pode ser expresso tanto publicamente, quanto de modo encoberto.

### Controle Verbal e Uso de Regras

Considerando-se que o fato de seguir regras é um fator essencial para que o sujeito perceba de que maneira ele pode agir diante às situações da vida, a relação entre sujeito e regras, no que se referem a seguir regras, aprender regras, formular auto-regras, tem uma consequência importante na vida da pessoa.

Skinner (1974), diz que as regras tornam mais fácil tirar proveito das semelhanças entre as contingências. Isso porque com a regra, o indivíduo não precisa passar pela experiência de entrar em contato com determinada contingência para aprender o que deve fazer. Apenas com a aprendizagem de uma regra, o sujeito já sabe como se comportar em determinadas situações, mesmo sem nunca ter passado por nenhuma delas. E pode generalizar essa mesma regra a contingências semelhantes a que foi especificada anteriormente.

Porém, toda essa facilidade que as regras proporcionam ao sujeito não quer dizer que adotar o seguimento de regras seja sempre o melhor.

Pesquisas básicas têm confirmado que regras facilitam a aquisição de novos comportamentos, principalmente quando as contingências são complexas, imprecisas ou aversivas. Entretanto um dos resultados mais salientes dessas pesquisas tem sido a constatação que as regras podem produzir uma redução da sensibilidade comportamental das contingências (Madden, Chase e Joyce, 1998, citados em Abreu-Rodrigues e Sanabio, 2005 no prelo) (Meyer, 2005, p. 212).

De acordo com a explicação de Meyer (2005), essa sensibilidade seria a capacidade que o sujeito tem de mudar de comportamento diante nas mudanças das contingências de reforço e quando há uma insensibilidade, o comportamento permanece o mesmo diante dessas novas contingências. Albuquerque e Silva (2006) afirmam que as regras ampliariam o repertório comportamental do ouvinte, fazendo-o adquirir comportamentos novos sem manter contato direto com as contingências naturais, porém há uma desvantagem: o comportamento

por elas controlado tenderia a ser muito persistente e pouco adaptativo a novas contingências, principalmente quando essas contingências não são por elas descritas. E essa característica do comportamento controlado por regras tem sido chamada de insensibilidade às mudanças nas contingências (Albuquerque, Paracampo e Monteles, 2006).

Essas pesquisas ainda apresentam outros resultados sobre a relação entre regras e sensibilidade comportamental: a redução da sensibilidade não pode ser relacionada apenas pelo simples fato de seguir regras, mas também a outras causas mais específicas, como a extensão em que os comportamentos gerados pela regra entram em contato com a discrepância entre regra e contingência atual, conteúdo das regras, variabilidade comportamental, densidade de reforços e história de reforçamento.

Galizio (1979, citado em Meyer, 2005) conclui em um dos seus experimentos que, o contato do sujeito com essa discrepância entre a regra e a contingência, é necessário para a redução do controle exercido pela regra diante essa situação. Essa conclusão dá a idéia de que para o sujeito deixar de obedecer a uma regra que não produz um reforço adequado, ele precisa ter consciência de que há uma incoerência entre o seu comportamento controlado pela regra e a contingência. Ainda com relação à discrepância entre a regra e a contingência, Albuquerque, Paracampo e Monteles (2006) afirmam que, o comportamento de seguir regra tende a deixar de ocorrer quando o ouvinte é exposto a uma história de controle por esquema de reforço contínuo antes de ser exposto à regra. Ou seja, quando o reforço (que é consequência do comportamento governado pela regra) não é produzido, ocorre uma extinção desse comportamento.

Um outro fator que influencia na falta de sensibilidade às contingências é o conteúdo das regras. Outros estudos citados (Danforth et al., 1990; Dixon e Hayes, 1998; etc) concluíram que quando as regras são explicadas com exatidão a determinada contingência, as respostas ocorrem de maneira estereotipadas e com enorme insensibilidade comportamental.

Enquanto que regras mal explicadas, favorecem ao controle das contingências, conseqüentemente aumentam a sensibilidade comportamental. Albuquerque e Ferreira (2001), também abordaram em seus estudos sobre os efeitos de regras com diferentes extensões sobre o comportamento humano, o conteúdo das regras. Os autores levantam a hipótese de que quanto maior a extensão de uma regra (isto é, quanto maior o número de diferentes respostas descritas na regra) menor a possibilidade dessa regra ser seguida. Por outro lado, quanto menor a extensão de uma regra (isto é, quanto menor o número de diferentes respostas descritas na regra) maior a possibilidade dessa regra ser seguida. Ao final da experiência, sugere-se que quando humanos são confrontados pela primeira vez com uma regra, eles podem ou não emitir o comportamento especificado pela regra, dependendo, em parte, da extensão da regra, isto é, do número de diferentes respostas descritas na regra.

Com relação à variabilidade comportamental, o estudo citado é o de LeFrancois, Chase e Joyce (1998, citado em Meyer 2005). O seu resultado mostrou que participantes expostos a apenas uma regra e um esquema de reforçamento ficaram sob o controle das regras e os sujeitos que receberam várias regras e vários esquemas de reforçamento, apresentaram sensibilidade comportamental. Isso quer dizer que quanto maior o número de regras, maior será a compreensão da contingência, conseqüentemente, maior será a sensibilidade às novas contingências. Santos, Paracampo e Albuquerque (2004) também chegaram à mesma conclusão ao realizarem um estudo que investigou a sensibilidade do seguir regras às mudanças na contingência. Os autores sugerem que, a interação entre a história de variação comportamental, gerada por diferentes regras, e a sinalização da mudança nas contingências, pode tornar o comportamento instruído sensível a tal mudança.

O estudo de Newman Buffington e Hemmes (1995, citado em Meyer, 2005) mostra a importância da densidade de referço contingente à regra para sensibilidade comportamental. Quando o comportamento de seguir regras é reforçado, ele será fortalecido. Quando esse

reforço diminui ou é parcial, o comportamento de seguir regras diminui e aumenta a sensibilidade comportamental. O resultado reforça a idéia de que o comportamento de seguir regras é um operante mantido apenas quando há reforço.

Outro estudo de Martinez e Ribes (1996, citado em Meyer, 2005) identificou a importância da história de reforçamento como outra variável para o controle de sensibilidade comportamental. Foi concluído que há uma persistência em seguir regras, mesmo quando há um contato com a discrepância entre a regra e a contingência de reforço. Isso é atribuído a uma história de reforço no passado em seguir regras. Nesse experimento, os participantes foram submetidos a uma condição de seguimento de regra falsa. Aqueles que haviam passado anteriormente pela condição de seguimento de regras verdadeiras seguiram muito mais as regras falsas do que aqueles que não passaram por essa história prévia. Albuquerque, Souza, Matos e Paracampo (2004) concluíram em sua investigação do controle por regras e do controle por histórias de reforço sobre o comportamento humano que em uma situação experimental, ao apresentar um arranjo em que o comportamento de acordo com regras seja mais freqüentemente reforçado do que o comportamento diferente do instruído, os indivíduos responderão de acordo com as regras; se for arranjada uma história na qual o responder não instruído seja mais freqüentemente reforçado que o seguimento de regras, pode-se supor o efeito oposto.

Em um outro estudo sobre o efeito de conseqüências sociais sobre o seguir regras, Albuquerque, Paracampo e Monteles (2006), concluem que o comportamento de seguir regras pode estar sob o controle de duas variáveis distintas: as conseqüências mediadas socialmente para o responder de acordo com regras e as conseqüências atuais que seguem o comportamento de seguir regras. Assim, a insensibilidade do seguimento de regras às contingências tenderia a ocorrer quando, em uma determinada situação, prevalecesse o controle pelas conseqüências mediadas socialmente para o responder de acordo com regras.

Essas pesquisas mostram o quanto é importante entender como que as regras são incorporadas no repertório comportamental do indivíduo. Saber como as regras se instalam, é saber como é adquirido na história de vida de um sujeito, o comportamento de seguir regras. Isso é importante para entender como o comportamento do sujeito foi modelado e reforçado. Porém, inúmeros comportamentos inapropriados podem ser ensinados a partir de regras. Logo, é importante também entender quais são os possíveis problemas comportamentais que envolvem o seguimento de regras.

#### Implicações comportamentais envolvendo regras.

O comportamento de seguir regras, como já foi comentado antes, pode ser reforçado de duas formas básicas: reforço social (aquiescência) e reforço contingente diretamente ao comportamento (rastreamento). Porém, deve-se ficar claro que o simples fato da regra ser mantida por reforço social ou contingencial, não significa dizer que a regra é correta, levando-se em consideração a moral, as leis, e a saúde do indivíduo.

Thorndike (1898, citado em Skinner, 2000) afirma que o comportamento se dá pela sua consequência. Logo, o comportamento governado por regras não foge a esse princípio. As regras só exercem um controle discriminativo sobre o comportamento, e não um controle de causa e efeito (Medeiros, 2002). Dizer que um estímulo exerce um controle discriminativo, é dizer que no passado, um comportamento foi reforçado após a aparição desse estímulo. Os estudos de Newman (1995, citado em Meyer, 2005) sobre a importância da densidade do reforço como variável para a sensibilidade as contingências, reforçam a afirmação de Thorndike e Medeiros, ao concluir que o comportamento de seguir regras é mantido apenas quando há reforço, caso contrário a regra não terá mais valor algum. Conseqüentemente,

inúmeros problemas com relação à formação e seguimento de regras irão acontecer na história de vida do indivíduo.

De acordo com Hayes, Kohlenberg e Melancon (1989, citados em Meyer, 2005) algumas desordens clínicas são relacionadas a problemas do cliente na formulação de auto-regras; problemas nas regras aprendidas; problemas no não-seguimento de regras e problemas no seguimento excessivo de regras. E para entender como esses problemas surgem, é necessário entender também quais são as variáveis envolvidas no controle do aquiescer e do rastrear.

Com relação às variáveis envolvidas no controle do seguimento de regras do tipo aquiescer, Meyer (2005) cita: (a) A habilidade ou a capacidade do agente social de monitorar o comportamento de seguir regras. Quanto maior o controle social sobre o comportamento do sujeito, maior será a sua habilidade de monitoramento, pois assim, o sujeito poderá ser reforçado congruentemente pelo seu comportamento emitido, não possibilitando o reforço de um comportamento controverso ao da regra ou deixando de reforçar quando o comportamento fosse emitido, o que poderia gerar uma incompatibilidade nos padrões de reforço; (b) A habilidade ou capacidade do agente social de realmente poder cumprir com as conseqüências previstas. Mais uma vez é esclarecida a importância do reforço para a manutenção do comportamento de seguir regras. Caso o reforço não aconteça, esse comportamento pode passar por um processo de extinção e conseqüentemente, caso o reforço não volte a aparecer, o comportamento de seguir regras desse sujeito e nessa determinada situação irá desaparecer do seu repertório; (c) A importância das conseqüências previstas ou a magnitude do reforço. Essa importância depende das necessidades do sujeito, que variam de acordo com a privação de determinados reforços. Se o agente social for capaz de suprir essas necessidades do sujeito, maior será o reforço emitido e o comportamento de seguir regras será fortalecido, caso contrário, o trabalho despendido pelo sujeito (comportamento de seguir regras) não será

devidamente compensado, portanto não será mais emitido; (d) A história de confiabilidade do agente social. Refere-se a todas as três primeiras variáveis: se o agente social tem conhecimento do que o sujeito faz, se ele realmente reforça quando o comportamento é emitido e se ele reforça adequadamente de acordo com as necessidades do sujeito. Se esses aspectos foram mantidos no passado, o sujeito tem uma certeza de que o reforço será obtido, caso ele siga a determinadas regras; (e) A importância das conseqüências previstas para outros comportamentos que não seja o de seguir regras. Seriam as conseqüências aversivas obtidas pelo sujeito, caso ele não cumpra com as regras impostas socialmente. Nesse caso específico, o reforçamento seria negativo.

Já às variáveis envolvidas no controle de seguimentos de regras do tipo rastreamento, estão ligadas diretamente à concordância entre a regra e a contingência: clareza e precisão da regra; conseqüência de outros comportamentos não instruídos, a importância ou magnitude da conseqüência prevista na própria regra. As variáveis são semelhantes aos do seguimento de regras do tipo de aquiescência, porém o reforço não é emitido pelo agente social, mas sim fruto da própria contingência.

Considerando como origem de algumas desordens clínicas citadas acima, Meyer (2005) afirma que com relação à formulação de auto-regras, essas desordens ocorrem pelo menos de duas maneiras: a pessoa pode falhar na formulação de regras, quando seria vantajoso fazê-lo e a pessoa pode formular regras, mas o faz de maneira imprecisa ou não-realista. A autora sugere, na primeira maneira, que nesses casos o sujeito não possui um conhecimento sobre as contingências ambientais no qual está inserido. Isso abre espaço para a não percepção sobre quais conseqüências podem ser obtidas em determinada situação e o que fazer para obter essas conseqüências. Pois se o sujeito ao observar essas relações, poderia formular regras que realmente dizem respeito a determinada situação e com isso aumentaria a probabilidade de sucesso dos comportamentos emitidos diante das mesmas.

Já sobre a segunda maneira, Meyer indica que muitas vezes o sujeito pode sim formular suas auto-regras, porém não observa as contingências como deveria. Se no primeiro caso o sujeito não tem percepção alguma da relação entre o ambiente, seu comportamento e a consequência obtida, nesse caso o sujeito tem essa percepção, porém ela não é formulada corretamente. De maneira que ele não consegue identificar qual comportamento específico foi emitido na situação e que reforço específico ele obteve. Sendo assim, o indivíduo formula sua auto-regra correlacionando eventos, que na verdade não possuem nenhum tipo de relação real. Sobre a formulação inadequada de auto-regras, Castanheira (2001) afirma que há situações em que o indivíduo formula regras para si, que são inadequadas, ambíguas, imprecisas, irreais e impossíveis de seguir, e que muitas vezes, as auto-regras passam a controlar o comportamento de maneira mais efetiva do que as próprias contingências.

Podem existir também problemas na formulação de regras pelo grupo. Como foi visto acima, a maioria dos comportamentos aprendidos são aprendidos quando um sujeito observa o outro ou quando recebe instruções sobre (regras). Essa observação e aquisição de regras podem ser emitidas por uma cultura específica. Meyer (2005) afirma que nesses casos, culturas particulares e subculturas podem falhar no desenvolvimento de regras adequadas ou desenvolver regras imprecisas. A autora cita o exemplo de uma religião que pode promover uma regra que diz que seus adeptos quando doentes, podem ser curados apenas pela fé e que por causa disso, eles não precisam de uma assistência médica especializada. Nesse caso, fica clara a constatação de Madden, Chase e Joyce (1998, citado em Meyer, 2005) que as regras podem produzir uma redução na sensibilidade comportamental às contingências. No exemplo citado, o sujeito não percebe que nessa situação, o mais adequado seria que ele procurasse uma ajuda médica. Fica evidente que há um grande controle social quando o que está em jogo é a aceitação de um grupo. Conforme Skinner (2000):

No campo do comportamento social dá-se importância especial ao reforço com atenção, aprovação, afeição e submissão. Esses importantes reforçadores generalizados são sociais porque o processo de generalização geralmente requer a mediação de um outro organismo. O reforço negativo – particularmente como uma forma de punição – é mais frequentemente administrado por outros na forma de estimulação aversiva incondicionada ou de desaprovação, desprezo, ridículo, insulto, etc.

A proposição de Skinner facilita entender porque um seguimento de regras de um grupo, que mesmo mal formulado e não condizente com a realidade, é seguido pelos seus integrantes.

Mesmo que as regras sejam formuladas adequadamente, isso não garante que o sujeito vá segui-las. É fácil entender essa afirmação ao considerar a concorrência entre o reforço imediato obtido na interação com a contingência e o reforço que uma regra pode produzir. Os conceitos de contingência próxima e contingência mínima propostos por Baum (2001), que fazem parte das contingências de regras, ajudam a melhor compreensão da afirmação feita acima. A contingência próxima e contingência última da regra estariam competindo com a contingência próxima de não seguir a regra. No exemplo a seguir fica fácil a compreensão desse argumento. Uma mãe fala para o filho a regra “não brinque antes de fazer o dever de casa”. Nesse caso, o brincar estaria competindo com a regra. Há o reforço imediato do brincar (diversão, alegria) versus o reforço próximo da regra (dever resolvido) e reforço último (boas notas, férias).

Meyer (2005) afirma que além de formular as regras é necessário aprender a entendê-las. Pode-se entender que essa afirmação se refere mais as regras em que a sua contingência e conseqüências estão subentendidas no contexto do sujeito. No exemplo citado pela autora: “Não às drogas”, tem a função de favorecer uma insensibilidade comportamental diante de

contextos onde há drogas. Porém, essa regra pode competir com outros reforçadores obtidos com o uso de drogas: aceitação social e efeitos químicos próprios do uso da droga. Sobre isso, a autora cita Hayes (1989), que diz que sem um padrão suficientemente forte de seguimento de regras, é mais provável que a pessoa tenha seu comportamento controlado pelas contingências imediatas, mesmo o resultado sendo destrutivo.

Isso explica a enorme dificuldade que as pessoas encontram ao tentar parar de usar drogas, manter uma dieta saudável (exemplo de regra: não coma alimentos gordurosos), ter uma vida sexual saudável (exemplo de regra: se não tiver camisinha, não faça sexo). Em todos esses exemplos, foi observado que há uma regra bem formulada, mas mesmo assim essa regra compete com reforços da contingência imediata. É por isso que o sujeito deve entender bem as regras para que não ocorram padrões desordenados de comportamento (Meyer, 2005).

Ainda sobre problemas que envolvem regras, podem ocorrer problemas no seguimento excessivo de regras. Dependendo da relação que o sujeito teve entre seguir regras e reforço durante a sua história de vida, esse comportamento pode ter tanta presença, que acaba prejudicando o sujeito. Os comportamentos são tão intensos que os sujeitos são caracterizados como obsessivo, ansioso, dependente, insensível ou rígido, descreve Meyer (2005).

Jonas (2004) especula que pessoas com padrões de respostas “rígidos” ou “neuróticos” possam ser bons seguidores de regras por causa de sua história de punição por não seguir regras que, no passado, descreviam comportamentos corretos em uma determinada situação. Ainda complementa (citando Zettle e Hayes, 1982), explicando que isso poderia acontecer porque essas histórias de vida poderiam produzir uma tendência para responder a instrução, apenas por ser uma instrução e não pelo fato de que as conseqüências especificadas pela instrução poderiam funcionar como reforçadores.

Nesses casos, é possível inferir que o que ocorre é o contrário das falhas em seguir regras. Enquanto que naquele caso o sujeito não segue a regra por não conhecer sua utilidade

e nem entender a sua importância, no caso de seguimento excessivo de regras, o sujeito segue uma regra, mesmo sem saber qual o reforço que ele terá a segui-la.

Catania (1999) afirma que quando se trata de comportamentos habilidosos, ou seja, comportamentos sensíveis às suas consequências momento a momento (por exemplo, um jogador de futebol que se antecipa aos movimentos do adversário), é preferível que esse comportamento seja modelado pelas contingências, uma vez que o comportamento modelado por regras pode ser insensível às consequências. O autor sugere então, que o indivíduo, na tentativa de realizar aqueles comportamentos que apresentam maiores sutilezas na sua execução, podem não ter sucesso, caso esse comportamento seja descrito em forma de regra.

#### Terapia Analítico-Comportamental: Intervenções Verbais a Partir do Conceito de Regras

Kohlenberg, Tsai e Dougher (1993, citado em Meyer, 2005) afirmam que na maioria das terapias com adultos, o terapeuta não tem controle direto das contingências que o cliente tem contato fora do ambiente terapêutico e que a conversa é o principal instrumento para fazer a intervenção. E essa conversa é o que auxilia o cliente a lidar com as questões de sua vida fora do ambiente terapêutico. Baseando-se nas idéias de Skinner (1974) sobre as orientações, é possível supor que essa conversa do terapeuta pode envolver tais orientações, o que significa dizer que o terapeuta utiliza-se de ordens, conselhos, avisos e descrevem o comportamento a ser executado, expondo ou implicando consequências. Ou seja, utiliza-se de regras para formular e executar suas intervenções.

Jonas (2004) afirma que a intervenção terapêutica pode ser considerada como um tipo de comportamento verbal, logo é um conjunto de regras (no sentido de as intervenções serem consideradas como descrições de contingências) que são apresentadas ao cliente, tendo em

vista a alteração ou manutenção de determinados comportamentos. E que ao apresentar essas regras ao cliente, o terapeuta procura estabelecer elementos que auxiliem o cliente a discriminar as contingências do seu comportamento, seja ele funcional ou disfuncional.

Abreu-Rodrigues e Sanabio-Heck (2004) identificam que na terapia, o cliente se comporta em relação ao terapeuta da mesma forma que se comporta em relação a outras pessoas fora do ambiente de terapia, logo propicia ao terapeuta uma oportunidade de promover novos repertórios sociais adaptativos para o cliente. E com isso é esperado que o cliente possa emitir esses novos comportamentos aprendidos na terapia, no seu ambiente social.

Para Guilhardi (2002), o terapeuta deve manejar novas contingências, de maneira direta ou por sugestões, na forma de regras, que possam atuar sobre o cliente para produzir uma nova interação entre contingências passadas e atuais, com benefícios a curto e a longo prazo. Para o autor, esse manejo significa fornecer contingências comportamentais ao cliente que o auxiliem na mudança de comportamento. Tais contingências são expressas através de classes de comportamentos. Dentre elas estão: descrever contingências para o cliente (especificar regras); enunciar instruções verbais para ações específicas; punir auto-regras do cliente avaliadas como “inadequadas” pelo terapeuta; aplicar procedimentos de discriminação entre as auto-regras do cliente e as novas regras do terapeuta apresentadas em oposição a tais auto-regras.

Matos (2001, citado em Meyer, 2005) afirma que a habilidade de lidar com comportamento verbal humano é a grande arma dos terapeutas e a garantia do sucesso de suas práticas, logo quando os terapeutas orientam seus clientes a respeito de algo, estão verbalizando regras que podem ou não, serem seguidas pelo cliente.

Para Poppen (1989, citado em Medeiros, 2002) as formulações de regras na terapia variam de devolução da análise funcional, previsão acerca do comportamento do cliente frente

às contingências, sugestões, dever de casa, até discussão das regras disfuncionais que têm controlado o comportamento do cliente.

Esses autores passam a importância das regras e auto-regras no contexto terapêutico, pois sendo a comunicação verbal o único meio possível que o terapeuta tem (seja ele falando ou o cliente falando) de obter informações e de passar informações sobre as contingências existentes do ambiente do indivíduo, pode-se inferir que basicamente o terapeuta terá que manipular regras no contexto de terapia.

Porém, é possível levantar algumas questões há respeito de como a mudança ocorre na terapia e qual melhor estratégia a ser tomada pelo terapeuta. Meyer (2005) traz essa questão à tona, ao questionar se essas mudanças comportamentais que ocorrem na terapia são modeladas por contingências na relação terapêutica ou se são governadas por novas regras produzidas na terapia.

Levando em consideração esse questionamento, é possível identificar que na terapia, o psicólogo clínico pode encontrar várias barreiras que dificultem a identificação da melhor estratégia a ser tomada. Por um lado ele pode utilizar de regras para instalar mais facilmente um comportamento no sujeito, porém essas regras podem gerar uma falta de sensibilidade comportamental ao cliente. Para que o terapeuta possa usar adequadamente as regras, de modo que elas realmente façam algum efeito, ele deve saber como que as variáveis reforçadoras de seguir regras fizeram parte na vida do cliente, bem como o tipo de problema existente no repertório de formar e seguir regras e auto-regras do cliente.

A partir da exposição feita acima sobre as variáveis que existem entre regras e sensibilidade comportamental, é possível identificar as várias maneiras que o terapeuta pode lidar com questões de regras e modelagem de comportamento dentro do consultório.

Abreu-Rodrigues e Sanabio-Heck (2004) afirmam que a mudança terapêutica pode ser efetuada, dentre outras maneiras, por meio de modelagem ou uso de instruções e que, se o

objetivo da terapia é ensinar o cliente a identificar as variáveis de controle de seu comportamento, o terapeuta pode: modelar os comportamentos do cliente ou formular regras que deve ser seguidas pelo cliente. A modelagem é um processo mais demorado e mais difícil de ser colocado em prática pelo terapeuta. Já as regras podem ser usadas em situações que exijam comportamentos inexistentes no repertório do cliente ou quando é importante explicar as conseqüências a longo prazo de determinadas contingências.

Ainda com relação às regras, os autores afirmam que quando terapeuta aponta as variáveis de controle do comportamento de maneira clara e sugere um comportamento alternativo específico, esse novo comportamento é rapidamente instalado no repertório do cliente, porém isso pode causar o que os autores chamam de uma estereotipia comportamental. Ou seja, um novo comportamento é adquirido, porém a sua função nem sempre é favorável à contingência e, caso o cliente não seja capaz de identificar e discriminar as contingências, esse comportamento será mantido, mesmo que seja disfuncional. Mais uma vez, fica explícita a facilidade da regra para causar uma insensibilidade comportamental.

Como mostrado acima, podem existir falhas em seguir regras. Tanto o cliente pode seguir uma regra disfuncional, não seguir regras funcionais ou seguir excessivamente algumas regras.

Meyer (2005) cita que pessoas que possuem falhas ao não seguir regras, geralmente são classificadas como impulsivas. Nesses casos, o grande desafio do terapeuta é conseguir competir com os reforços imediatos recebidos pelo cliente, quando não cumpre as regras. Quando uma mãe fala para o filho que ele não deve brincar antes de fazer o dever de casa, a mãe pode ser comparada ao terapeuta, que emite uma regra para o cliente, porém o contato direto com a contingência proporciona um reforço mais imediato quando ele ignora a regra. No caso a criança não segue a regra e é reforçada ao brincar. Meyer (2005) também cita o exemplo da regra “Não às drogas!” e afirma que mesmo o adolescente sabendo que ao tomar

drogas pode ficar viciado e sofrer conseqüências desagradáveis no futuro, os efeitos imediatos da contingência (efeitos da droga e aceitação social), são mais fortes do que o valor de seguir a regra. A autora sugere que nesses casos, o terapeuta deve tentar estabelecer um maior grau no seguimento de regras. Isso pode ser obtido, reforçando o cliente quando esse seguir regras, conseqüentemente o aumento do comportamento do cliente de seguir regras, irá proporcionar uma insensibilidade comportamental das conseqüências indesejáveis e imediatas de determinada contingência (brincar antes de realizar o dever, usar drogas).

Guilhardi (2004) também comenta sobre esse confronto de controles que ocorre entre a conseqüência natural reforçadora imediata e a descrição das conseqüências a longo prazo através de uma regra. Para o autor, o que o terapeuta deve fazer é possibilitar ao cliente conhecer as contingências aversivas vigentes, de modo que o cliente identifique e discrimine essas contingências quando começarem a operar. Deve auxiliar também o cliente a desenvolver novos comportamentos preventivos de contra-controle, pois que apenas identificar essas contingências aversivas, não é suficiente para o cliente mudar, é preciso ele aprender novos comportamentos para lidar com essas contingências.

Rodrigues e Heck (2004) salientam o questionamento de vários terapeutas sobre o porquê dos clientes seguirem regras disfuncionais. E que o reforçamento de seguir essas regras, muitas vezes dificulta o contato com a discrepância entre a regra e a contingência. E mesmo quando há esse contato, a regra se mantém. Essa afirmação pode ser entendida como um sintoma que aparece dentro da terapia, que é conseqüência das falhas de regras formuladas pelo grupo.

Para o terapeuta decidir qual a melhor atitude a ser tomada, é necessário que ele tenha um grande conhecimento das variáveis que contribuem para a falta de sensibilidade comportamental do cliente. Ou seja, compreender todos os fatores, dentro da vida do cliente, que influenciam no seguimento ou não de regras. Poppen (1989, citado em Abreu-Rodrigues

e Sanabio-Heck, 2004) também formulam uma série de variáveis que determinam a importância do comportamento de seguir regras para um indivíduo: uma história passada de reforçamento por seguir regras e punição por não segui-las; reforços como atenção, simpatia, apoio, contingentes ao insucesso do comportamento de seguir regras; e reforços sociais por seguir regras.

Meyer (2005) afirma que quando a formulação e/ou seguimento de regras é muito forte, o comportamento pode ser descrito como obsessivo, ansioso, dependente, insensível ou rígido e que nesses casos, o ensino de formulação de regras ou o aumento da insensibilidade às contingências diretas podem piorar o problema. Rodrigues e Heck (2004) concordam com essa afirmação ao dizer que tentar enfraquecer o controle exercido por regras inadequadas simplesmente substituindo-as por outras mais adequadas pode ser inútil, pois o comportamento-problema pode ser justamente o de seguir regras indiscriminadamente.

Quanto a isso, tanto Hayes e Ju (1998, citado em Meyer, 2005) quanto Abreu-Rodrigues e Sanabio-Heck (2004), concordam que a melhor solução nesses casos é diminuir ou evitar o controle por regras, treinando o cliente a discriminar entre regras que devem ou não ser seguidas, o que pode ser feito por meio de reforçamento diferencial de seus comportamentos intra-sessão.

Skinner (2000) conceituou reforço diferencial de respostas que possuem propriedades especiais como a contingência que aperfeiçoa a habilidade. Afirma ainda que esse reforço da habilidade deve ser imediato, caso contrário a precisão do efeito diferencial se perde. Logo, o terapeuta deve ser muito habilidoso ao tentar promover um reforçamento diferencial. Para isso, ele deve antecipadamente prever as contingências nas quais terão reforçamento diferencial e qual será a consequência reforçadora.

Meyer (2005) sugere ainda que quando o controle por regras é indesejável, as melhores estratégias são: evitar o controle verbal (evitar a regra) ou alterá-lo a fim de diminuir

os efeitos de produção de insensibilidade. Sugere também dois tipos de modelos de terapia que ilustram essas estratégias: terapia de aceitação e compromisso (ACT), proposta por Hayes, Stroschl e Wilson (1999), que atuaria para alterar o contexto em que as regras são formuladas, e não as regras em si; já a psicoterapia analítica funcional, proposta por Kohlenberg e Tsai (1991/2001), o terapeuta deve priorizar a modelagem direta dos comportamentos clinicamente relevantes que ocorrem na sessão (reforçamento diferencial).

No que se refere a auto-regras, deve-se considerar este, um fator extremamente importante dentro do ambiente terapêutico. “Quando um sujeito segue as próprias descrições verbais das contingências (auto-regras), eles está mais bem preparado para responder às exigências da seqüência pensamento-ação. Quando um cliente adquire comportamento de seguir regras e auto-regras, ele está mais bem preparado pra lidar com o mundo” (Jonas, 2004, p.189).

Abreu-Rodrigues e Sanabio-Heck (2004) concordam com a citação, ao dizerem que um dos principais objetivos do terapeuta é estabelecer uma correspondência entre o que o cliente diz na terapia e o que ele fala fora dela (esse “dizer sobre” do cliente deve ter função de auto-regra). Contudo, apenas formular uma auto-regra, não significa afirmar que o cliente a segue “(...) a formulação de instruções não é uma condição necessária para que as contingências exerçam o controle sobre o comportamento” (Meyer, p. 215, 2005). Quando um terapeuta formula as regras e simplesmente as sugere ao cliente, elas podem ser apenas verbalizadas na terapia de forma a receber reforço do terapeuta, e não são seguidas fora do ambiente terapêutico (Hamilton, 1988, citado em Medeiros, 2002).

Logo, de acordo com os autores citados acima, o terapeuta como parte da comunidade que pode reforçar os comportamentos de seguir regras e formular regras para o cliente, deve programar contingências (com ajuda ou não de pessoas que fazem parte da vida do cliente)

que favoreçam a esse reforçamento. Ou seja, o cliente é modelado a formular suas regras de maneira adequada e a segui-las corretamente de acordo com a realidade das contingências.

A ausência de correspondência entre dizer-fazer do cliente, é um dos problemas mais comuns encontrados na prática clínica e isso pode ser resultante de um controle de contingências discrepantes, dizem Abreu-Rodrigues e Sanabio-Heck (2004). O que os autores sugerem, é que existem duas contingências na vida do cliente, onde uma é contrária à outra. Se no consultório, o comportamento do cliente é reforçado pelo terapeuta quando esse elabora uma regra e o mesmo confirma que irá utilizá-la em outro contexto favorável a ela, ao entrar em contato com esse contexto, o cliente sofre uma série de estímulos discriminativos e evocativos (privadamente) e conseqüentemente a regra não controla o seu comportamento. Por exemplo: um cliente se queixa de que é incapaz de iniciar um diálogo com uma garota na qual tem um interesse particular. Nesse caso é possível pensar numa regra do tipo “quando eu estiver interessado por uma garota, não posso demonstrar isso a ela, pois no futuro ficarei muito magoado”. No caso, o terapeuta pode formular com o cliente uma nova regra: “quando estiver interessado por uma garota, procurarei me aproximar, sem colocar em jogo os meus sentimentos”. O cliente satisfeito afirma ao terapeuta que colocará sua nova regra em prática. Porém, diante do contexto, ao ver uma mulher interessante, o cliente sofre uma série de eventos privados evocativos, pois no passado já sofreu várias decepções amorosas e com isso desfrutou de vários sentimentos aversivos. O comportamento do cliente então é reforçado negativamente ao não entrar em contato com a mulher e a nova regra que é reforçada no ambiente terapêutico, perde o seu valor fora da terapia.

Nesse caso descrito, é observado uma competição entre a regra (aproximar da garota sem colocar em jogo meus sentimentos) formulado pelo terapeuta versus a auto-regra (não devo me aproximar de garotas) do cliente. Esse exemplo, também nos remete a um outro fator importante que ocorre na prática terapêutica: resistência à mudança.

De acordo com Skinner (1974/1982, citado em Meyer, 2005), um comportamento modelado por contingências pode passar a ser, em parte, controlado por sua descrição, uma vez que a regra produzida pode facilitar o desempenho.

“Clinicamente falando, contudo, podemos considerar que nem sempre o que o cliente diz, descreve as reais contingências em operação. Uma vez que o cliente está envolvido diretamente nas contingências, suas discriminações a respeito dela pode ser parcial, equivocada, ou nem existir” (Jonas, 2004, p.189).

Para Beck, Rush, Shaw e Emery (1997, citados em Guilhardi, 2002) as crenças irracionais são um conjunto de auto-regras inadequadas, pois não descrevem as contingências corretamente. De acordo com esses autores, a auto-regra nesse caso é uma descrição inadequada, supersticiosa, da realidade e quando as auto-regras controlam comportamentos que são mantidos por reforçamento negativo, esses se tornam pouco sensíveis a mudança.

Conseqüentemente, para Guilhardi (2002), essas auto-regras inibem o contato do indivíduo com outras possibilidades de comportamentos, que poderiam ser seguidos de novos reforços positivos. É o caso do exemplo citado acima. Para o autor, dificuldade do terapeuta aparece quando há um confronto entre as novas regras propostas por ele e as auto-regras do cliente.

De acordo com Poppen (1989, citado em Medeiros, 2002) cabe ao terapeuta discutir com o cliente se tais regras descrevem de forma real as contingências às quais se referem, por meio da argumentação, principalmente em relação às conseqüências a longo prazo de seguir as regras disfuncionais e modificação das regras que controlam o comportamento do cliente, substituindo-as por regras mais adaptativas.

O terapeuta, nesses casos, pode também utilizar de outras estratégias (Rodrigues e Heck, 2004): o cliente pode ser treinado a implementar o novo comportamento gradualmente; terapeuta pode evocar e reforçar o comportamento durante a sessão e ao mesmo tempo

promover controle pelas conseqüências intrínsecas do novo comportamento. Ou seja, na medida em que o sujeito segue uma regra do tipo de aquiescência, o seu contato com as contingências farão com que ele passe a seguir regras do tipo rastreamento.

É importante salientar que em alguns casos, a sinalização de que o cliente terá que alterar o modo como se comporta (seguir novas regras formuladas na terapia) em determinada situação, pode desencadear uma série de respostas ou comportamentos privados como: ansiedade, medo, raiva, desespero, nervosismo. Cabe ao terapeuta, identificar esses comportamentos quando necessário e no momento adequado, utilizando-se de outras técnicas, tratar esses comportamentos de forma que no futuro, o paciente possa colocar as novas regras em prática.

## Conclusão

As ações do homem são comportamentos que são aprendidos. O processo de aprendizagem pode ocorrer tanto por exposição do sujeito às contingências ou pela aquisição de regras ou formulação de auto-regras.

Regras essas que têm a função de descrever o comportamento, evocá-lo ou mudar sua função, dependendo do modo como é enunciada pelo emissor (tanto uma pessoa que fala para o ouvinte, quanto o próprio ouvinte que fala para si).

Quando um sujeito procura a terapia, o faz porque precisa de ajuda em alguns aspectos da sua vida. Ou seja, há vários acontecimentos que produzem sofrimento ao cliente, isso porque o sujeito não sabe como se comportar em determinada situação para obter um determinado reforço, ou se comporta de uma maneira disfuncional que não produz o reforço necessário.

A terapia analítica-comportamental tem, então, a função de ensinar o cliente a adquirir novos comportamentos, afim de que consiga conseguir reforços, dos quais se está privado, o que gera sofrimento. Como a terapia se trata basicamente de uma nova aprendizagem do cliente, o terapeuta comportamental pode dirigir o seu trabalho de duas maneiras: formular regras (descrição de contingências, comportamento a ser emitido e possíveis conseqüências) a serem seguidas pelo cliente ou expor o cliente às contingências dentro do ambiente terapêutico. Entender esse questionamento é extremamente importante para o sucesso do terapeuta, uma vez que essas são as duas formas as quais o homem adquire novos comportamentos, que são mantidos pela sua conseqüência reforçadora.

Para que o terapeuta possa utilizar-se adequadamente das regras ou das contingências, é necessário entender como elas são formuladas (no caso das regras) ou como ocorrem (no caso das contingências) na vida do cliente. O terapeuta deve investigar também como o

sujeito se comporta em relação ao seguimento de regras ou em determinada situação. Conseqüentemente é importante conhecer tecnicamente as funções das regras e quais as conseqüências do seu seguimento para o sujeito.

Sobre isso, podem-se pontuar algumas características referentes aos processos de aprendizagem. Quando as contingências parecem um pouco confusas ao cliente, a aprendizagem do comportamento por regras se torna bem mais fácil. Porém, quando as regras são mal elaboradas e geram dúvidas ao cliente, o contato com a contingência descrita por essa regra tem maior poder de modelagem do comportamento.

Expondo-se as contingências, o indivíduo pode ter uma modelagem de comportamento mais lenta, uma vez que isso dependerá dos vários comportamentos que o sujeito irá emitir diante determinada situação e dos vários reforços e/ou punições conseqüentes desses comportamentos de exploração. Porém, esse contato direto pode favorecer uma maior sensibilidade comportamental do sujeito, caso a contingência sofra algum tipo de alteração.

Já pelo seguimento de regras, o sujeito pode ter a aquisição de um novo comportamento de maneira bem mais rápida, uma vez que ele é dito pelo emissor e a contingência na qual ele deve ser emitido é descrita. O fato do cliente já saber o que fazer quando exposto a determinada situação, evita que ele precise emitir várias respostas diferentes para conseguir o reforço. Isso implica no fato de que quando a contingência em questão sofrer algum tipo de alteração, a sensibilidade do cliente para perceber essa mudança pode ter sido diminuída, ou seja, ele continuará emitindo os mesmos comportamentos ditados pela regra, mesmo que a contingência não seja mais a mesma.

Essa diminuição da sensibilidade depende de algumas características: contato com a discrepância entre regra e contingência; variabilidade comportamental; densidade de reforços conquistados ao seguir a regra; história de reforçamento do sujeito ao seguir regras.

Logo, quando o terapeuta escolher a utilização de regras para ensinar novos comportamentos ao cliente, é necessário que ele entenda como foi constituída (reforçamento e/ou punição) a história de vida do sujeito em relação ao comportamento de seguir regras; entender bem as contingências que terá que descrever, bem como o reforço a ser recebido e reforçar o comportamento do cliente de seguir regras.

Um outro papel do terapeuta, além de ensinar novos comportamentos ao cliente, é de proporcionar uma maior sensibilidade às contingências, de forma que no futuro o cliente tenha essa capacidade de percepção da relação entre ambiente, comportamento e consequência.

No que se refere aos problemas relacionados ao seguimento e à formação de regras, há de considerar o comportamento do cliente de seguir regras (não segue regras ou segue regras excessivamente) e os comportamentos descritos por regras mal formuladas (descrições que não tem relação com a realidade das contingências).

Quanto ao primeiro problema, o terapeuta deve considerar todas as possibilidades possíveis: competição de reforços entre seguir regras e consequências imediatas quando não as segue; história de reforçamento/punição do comportamento de seguir regras; história de reforçamento das regras seguidas. As estratégias do terapeuta, nesses casos, consistem em trabalhar o valor de seguir regras para o cliente. Deve-se reforçar o comportamento de seguir regra quando esse for ausente ou enfraquecer e esclarecer as contingências quando esse for excessivo.

Com relação ao segundo problema, deve-se ensinar o cliente a formular as regras de maneira com que ele entre em contato direto com as consequências naturais da contingência.

Há ainda o problema de resistência do cliente em seguir novas regras formuladas pelo terapeuta. Seja por essas entrarem em conflito com regras já formadas pelo cliente, ou seja, porque essas novas regras coloquem o cliente em contato com uma contingência aversiva.

Nesse caso, cabe ao terapeuta identificar o nível de ansiedade do paciente e tratar desses comportamentos em um momento oportuno, utilizando-se de outras técnicas. Todo esse conhecimento é necessário para melhor auxiliar o trabalho no analista do comportamento, uma vez que na terapia, o cliente está constantemente emitindo comportamentos verbais que descrevem os seus comportamentos, sejam eles sentimentos, pensamentos, regras, auto-regras, etc. E a partir daí, é possível que o terapeuta encontre a melhor maneira para atingir os objetivos traçados com o cliente.

O modo como o terapeuta deve lidar com problemas de comportamento (déficit e aquisição), não depende de qual procedimento é melhor, rápido ou mais fácil de ser aplicado, mas sim qual deles é melhor de acordo com a particularidade de cada caso. Entre regras e exposição às contingências, o melhor é saber sobre a história de vida do cliente, o seu contexto atual e a partir daí traçar a melhor estratégia. O mais importante do que definir qual das estratégias é a melhor, é entender a importância dos procedimentos de aprendizagem tanto para orientar um melhor trabalho clínico como também entender o homem em um aspecto geral.

## Bibliografia

- Abreu-Rodrigues, J e Sanabio-Heck, E. (2004). Instruções e Auto-instruções  
Contribuições da Pesquisa Básica Em: Abreu, C. N. e Guilhardi, J. H. (orgs.), Terapia  
Comportamental e Cognitivo-comportamental - práticas clínicas. São Paulo: Editora  
Roca.
- Albuquerque, L. C. (2001). Definições de Regras Em: Guilhardi, H.J & colaboradores.  
(Orgs.), Sobre Comportamento e Cognição – *Expondo a variabilidade*, vol. 7, Santo  
André: ESETec Editores Associados.
- Albuquerque, L. C. e Silva, F. M. (2006). Efeito da Exposição à Mudanças Nas  
Contingências Sobre o Seguir Regras. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*.v.22, n.1, jan/abr,  
101-112.
- Albuquerque, L. C.; Matos, M. A.; Souza, D. G.; Paracampo, C. C. P. (2004).  
Investigação do Controle por Regras e do Controle por Histórias de Reforço Sobre o  
Comportamento Humano. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. v.17, n.3, 395-412.
- Albuquerque, L. C. e Ferreira, K. V. D. Efeitos de Regras com Diferentes Extensões  
Sobre o Comportamento Humano. (2001). *Psicologia: Reflexão e Crítica*. v.14, n.1, 143-  
155.
- Baldwin, J. D. & Baldwin, J. I. (1986). Princípios do comportamento na vida  
diária. Universidade da Califórnia, Santa Bárbara.
- Baum, W. (1999). Compreender Behaviorismo – Comportamento, Cultura e Evolução.  
Porto Alegre. Editora Artmed.
- Castanheira, S. S. (2001) Regras e Aprendizagem por Contingências: Sempre e Em  
Todo Lugar Em: Guilhardi, H.J; Madi, M. B. B. P.; Queiroz, P. P.; Scoz, M. C.  
(Organizadores). Sobre Comportamento e Cognição: Expondo a Variabilidade, Vol. 7.  
Santo André: ESETec Editores Associados.
- Catania, A. C. (1999). Aprendizagem: Comportamento, Linguagem e Cognição. Porto  
Alegre: Editora Artmed.
- Chaguiboff, J. (1979). Watson Em: Editora Verbo. Os 10 Grandes da Psicologia. São  
Paulo: Editora Verbo.

- Chaguiboff, J. (1979). Skinner Em: Editora Verbo. Os 10 Grandes da Psicologia. São Paulo: Editora Verbo
- Guilhardi, J. H. (2002). A Resistência do Cliente a Mudanças Em: Ghilhardi, H. J.; Medi, M. B. B. P.; Queiroz, P. P; Scoz, M. C. (orgs.), Sobre Comportamento e Cognição: Contribuições para Construção da Teoria do Comportamento. Santo André: ESETec Editores Associados.
- Jonas, A.L. (2004) Regras e Auto-regras No Contexto Terapêutico. *Revista Integração*. n.37, abr/mai/jun, 187-190.
- Marx, M. H. e Hilix, W. A. (1973). Sistemas e Teorias em Psicologia. São Paulo: Editora Cultrix.
- Meyer, S. B. (2003) Regras e auto-regras no laboratório e na clínica Em: Abreu-Rodrigues, J. e Ribeiro, M. R. (orgs.), Análise do Comportamento – Pesquisa, teoria e aplicação. Porto Alegre: Editora Artmed.
- Monteles, K. M. C.; Paracampo, C. C. P.; Albuquerque, L. C. (2006). Efeitos de Uma História de Reforço Contínuo e De Conseqüências Sociais Sobre o Seguir Regras. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. v.19, n.2, 186-196
- Santos, J. G. W.; Paracampo, C. C. P.; Albuquerque, L. C. (2004). Análise dos Efeitos de Histórias de Variação Comportamental Sobre o Seguimento de Regras. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. v.17, n.3, 413-425.
- Skinner, B. F. (1974). Sobre Behaviorismo. São Paulo: Editora Cultrix.
- Skinner, B. F. (1993/2000). Ciência e Comportamento Humano. São Paulo: Editora Martins Fontes.