

## Mudamos, em terapia verbal, o controle de estímulos?

*(Can we change, in verbal therapy, the stimulus control?)*

**Sonia Beatriz Meyer<sup>1</sup>**

Universidade de São Paulo

A análise funcional é o instrumento básico de trabalho de qualquer analista de comportamento, inclusive daquele que atua na clínica. É sua tarefa inferir que contingências estão operando no presente e quais as que possivelmente operaram no passado, ao ouvir a respeito de ou observar diretamente comportamentos, procurando também confirmar as inferências que faz através de teste das hipóteses clínicas levantadas na análise funcional (Sturmei, 1996) e deduzir predições verificáveis a partir destas hipóteses (Fernández-Ballesteros, 1994). Mudanças no comportamento só se dão quando ocorrem mudanças nas contingências. Por isso, a análise funcional é fundamental sempre que o objetivo seja o de predição ou controle do comportamento, o que certamente descreve a tarefa do psicólogo clínico (Meyer, 1997).

A contingência de três termos proposta por Skinner (1974) para analisar comportamentos operantes é constituída de um antecedente (o estímulo discriminativo), uma resposta e um estímulo conseqüente. Um comportamento que muda na medida em que muda o contexto está sob controle de estímulo, sendo que *estímulo* significa “contexto” e *controle* significa “mudar a frequência ou probabilidade de uma ou mais ações” (Baum, 1999). Mas será que a terapia, que é desenvolvida em consultório, e que envolve comportamentos verbais, é capaz de alterar algum dos três termos de contingências? Mais especificamente, é possível dizer que as funções de um estímulo antecedente são alteradas na comunidade verbal chamada “terapia”? É possível mudar uma contingência que ocorre fora da sessão terapêutica, dentro da sessão? Aparentemente sim, no sentido de que são observadas mudanças de comportamento durante o período da terapia. Mas quais são os processos comportamentais envolvidos nestas mudanças?

Um caso que atendi será usado como exemplo. Uma mulher veio procurar terapia por dificuldades num casamento recente. Queixava-se do marido que parecia estar

<sup>1</sup>Endereço: Av. Rouxinol 837 apto. 75.- 04516-001 – São Paulo – SP – Brasil.- Tel.: 542-0940

dedicando mais atenção à mãe dele do que a ela, que, afinal, dizia ela, era sua esposa. Ao lhe ser perguntado como ela lidava com esta situação, obtive como resposta que ela o acusava de não gostar suficientemente dela, o que costumava terminar em brigas. Enquanto terapeuta, eu podia optar por um trabalho de fortalecimento de diálogos com o marido, nos quais ela pudesse expor o que não lhe agradava e dar oportunidades a ele de expressar-se também. Mas constatei que este era um repertório que ela apresentava em outras ocasiões. Na situação descrita, ela sentia-se ameaçada pelo marido, isto é, os comportamentos dele funcionavam como estímulos discriminativos para o comportamento dela brigar. A análise que fiz era a de que, se ela se sentisse ameaçada, brigar seria um repertório adaptativo que não faria sentido mudar. Mas estes mesmos comportamentos do marido poderiam tornar-se estímulos discriminativos para outras atuações, como as de compreensão, aceitação e/ou negociação. Assim, pareceu que não haveria necessidade de alterar o padrão de respostas dela, ela deveria brigar caso estivesse se sentindo ameaçada. O que deveria ser alterado era o valor aversivo e ameaçador que a atenção que o marido dava para a mãe dele estava tendo para ela. E foi isto o que ocorreu. As mesmas ações do marido deixaram de ter a função de evocar reclamações, passando a evocar aceitação e negociação.

Poderíamos afirmar, então, que houve uma mudança na função do estímulo discriminativo? Este artigo pretende discutir se o que ocorreu neste caso, e em análises encontradas na literatura, foi de fato uma mudança na função do estímulo antecedente, ou se esta análise é uma generalização indevida dos estudos controlados feitos em laboratório. Afinal, a interação terapeuta-cliente é uma situação complexa, verbal, possivelmente composta de muitos estímulos, que se dão em condições não controladas.

Há diversos exemplos de intervenções terapêuticas encontrados na literatura que descrevem que o cliente passa a responder de forma diferente frente a uma situação similar. A pergunta que está sendo feita é se isto indica alteração da função do estímulo antecedente.

Guilhardi e Queiroz (1997) listam algumas falas de uma cliente atendida que foram consideradas como interpretações inadequadas que ela dava aos comportamentos do marido e em seguida as alternativas de interpretação propostas pelo terapeuta. Os autores consideraram estas alternativas como estímulos discriminativos para aumentar a probabilidade da cliente categorizar o comportamento do marido como adequado e reforçá-lo. Num destes exemplo, a cliente afirma que sentia raiva de seu marido quando este dizia que queria que ela fosse doméstica, para que não fosse cantada por ninguém. O terapeuta forneceu outra interpretação, isto é, ressaltou outros aspectos da situação, ao sugerir que o marido se preocupava com ela ao invés de desprezá-la.

No livro *Aceitação e Mudança* editado por Hayes, Jacobson, Follette e Dougher em 1994, análises de vários autores mostram como pode ocorrer mudança de controle

do estímulo antecedente. Para Hayes (1994) “quando se aceita de forma deliberada conteúdos difíceis, transformamos sua função de estímulo, de um evento que pode causar mudança ou esquiva para aquele de um evento que causa observação e abertura.”

Para Ellis e Robb (1994), durante o processo terapêutico pode ser alterada a interpretação de eventos, quando o cliente deixa, por exemplo, de considerar alguns acontecimentos como terríveis, passando a vê-los como chatos ou inconvenientes.

De acordo com Koerner, Jacobson e Christensen (1994), a maior parte das pessoas têm longas histórias de aproximar-se, confortar, sentir pena, e ajudar a aliviar o sofrimento de pessoas próximas. Assim, no contexto de uma briga, um comentário do terapeuta que ressalte ou mude certos aspectos da situação (por exemplo, tornando mais salientes as emoções que tendem a evocar simpatia) aumenta a probabilidade de que estes aspectos irão exercer controle sobre o comportamento. Quando o terapeuta é bem sucedido, é induzido um repertório já existente que bloqueia ou interfere no comportamento problemático.

Cordova e Kohlenberg (1994) analisaram o papel da auto-observação na mudança do controle exercido pelo estímulo antecedente. Consideram que ela ajuda os clientes a tolerar as emoções evocadas por estímulos aversivos ao mudar o contexto que era considerado previamente intolerável. A adição da auto-observação muda o contexto e permite a ocorrência de outros comportamentos além da esquiva, fuga ou ataque. Por exemplo, o cliente pode aprender a dizer certas coisas para si mesmo na presença de estímulos aversivos ajudando-o a tolerá-los melhor. Pode também observar sua reação e explicá-la, sem julgamentos. Desta forma ele irá entrar em contato com outros aspectos da situação, menos aversivos. Este contato adicional pode, por sua vez, tornar de fato a situação menos aversiva no futuro.

Na terapia comportamental-cognitiva, a técnica de reestruturação cognitiva pode ser entendida, talvez e parcialmente, como uma forma de alterar verbalmente o controle exercido pelo estímulo antecedente. De acordo com Rangé (1995), a reestruturação cognitiva propicia a correção de erros lógicos ou de conteúdo por meio de perguntas que conduzem o cliente a constatar seus erros. Respostas à pergunta “Há outras interpretações possíveis para esta situação?” evocam vários comportamentos encobertos que parecem indicar mudança de controle de estímulos antecedentes: “a) uma produção de interpretações alternativas; b) um descentramento/distanciamento do paciente em relação a si próprio e ao problema; c) um enfraquecimento da convicção do paciente em seus pensamentos automáticos pela mera constatação da possibilidade de interpretações alternativas; d) aumentos na perspectiva de se encarar a situação e e) uma reatribuição das relações de causalidade.” (Rangé, 1995).

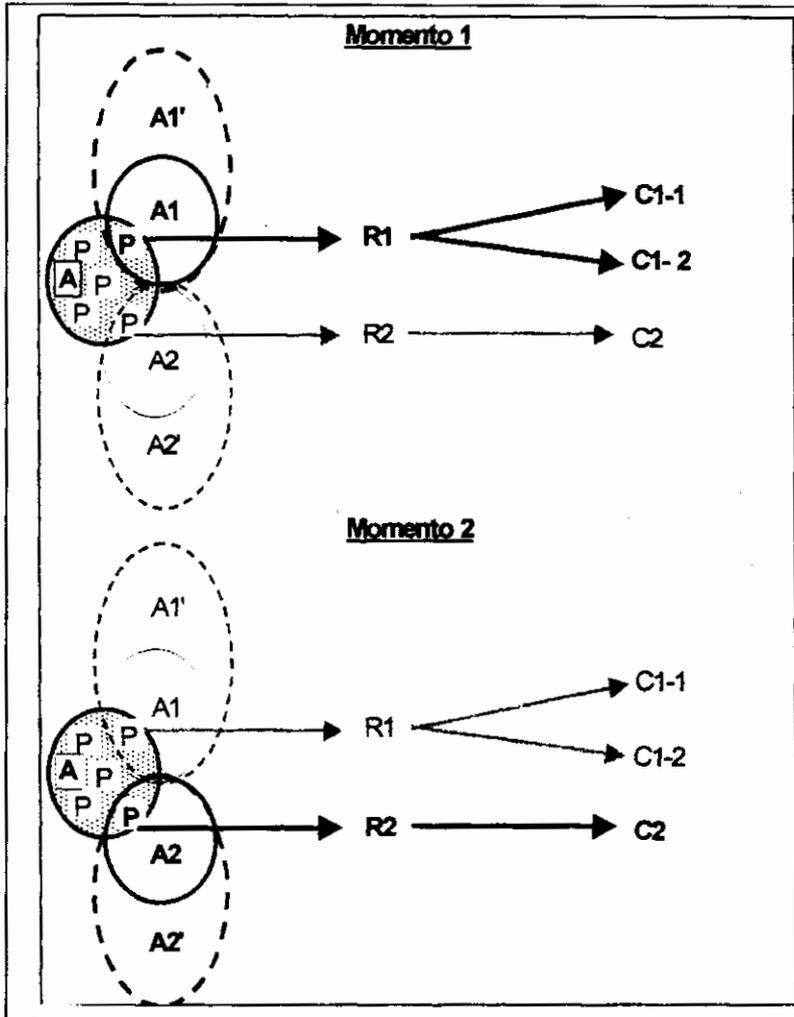
Sob a designação de “distorções cognitivas” terapeutas cognitivo-comportamentais descrevem categorias de verbalizações que estão associadas a formas de ação

consideradas inadequadas, e cuja mudança favorece a alteração destas ações. A análise das “distorções cognitivas” revela que, especialmente a abstração seletiva (a tendência a focalizar apenas um detalhe retirado de um contexto, ignorando outros aspectos também importantes, e conceber a totalidade da experiência com base no fragmento [Rangé, 1995]), se refere a processos verbais relativos à função de estímulo antecedente. Na linguagem de controle de estímulos, podemos dizer que apenas uma propriedade do estímulo antecedente está controlando discriminativamente o comportamento da pessoa no contexto apresentado.

Em suma, parece que só o que podemos afirmar em relação à mudança do controle de estímulos, em terapia verbal, é que identificamos uma propriedade do estímulo discriminativo que controla uma resposta e tornamos mais salientes outras propriedades do mesmo estímulo físico, que já controlam outras respostas. Quando isto acontece, o cliente pode dizer “Estou enxergando as coisas diferentemente”. Ou seja, não se trata de um único estímulo antecedente, mas de uma situação complexa composta de muitos estímulos. Numa situação composta de vários estímulos, podemos reagir a diferentes aspectos da situação, dependendo das características dos próprios estímulos e da nossa história de reforçamento anterior. As instruções do terapeuta para o cliente prestar atenção a outros aspectos da mesma situação pode aumentar a probabilidade de que novos aspectos passem a controlar o comportamento do cliente. Isto não quer dizer que mudou a função do estímulo, pois, na realidade, diferentes propriedades da mesma situação complexa funcionam como estímulos diferentes. Interpretar de uma forma diferente a mesma situação aumenta a probabilidade de ocorrência de respostas diferentes. No caso do atendimento realizado, as propriedades do estímulo podem ter sido “marido não gosta de mim” e “marido é um bom homem”. “Marido não gosta de mim” provavelmente vai sempre controlar respostas emocionais. Interpretar a situação da segunda forma aumentou a ocorrência de comportamentos que não traziam consequências tão aversivas.

Esta situação está representada graficamente na Figura 1.

Esta figura indica que no momento 1, anterior à terapia, um estímulo antecedente (A) controlava uma resposta (R1), motivo da procura pela terapia, que tinha, como geralmente é o caso, duas consequências (C1-1 e C1-2): Uma consequência aversiva, que fazia com que a resposta (R1) fosse considerada problemática, e outra consequência reforçadora, que impedia que a aversividade da outra consequência enfraquecesse a resposta. O estímulo antecedente é composto de várias propriedades (P), e a análise conduzida em terapia revela que é apenas uma das propriedades deste estímulo que controla a resposta (esta propriedade é o estímulo antecedente A1). Este estímulo A1 geralmente faz parte de uma classe de estímulo mais ampla (A1') que tem história de controlar respostas do tipo R1.



Onde:

- A- Antecedente.
- A1- Classe de antecedentes que compartilha uma propriedade de estímulo com A.
- A1'- Classe de antecedentes que compartilha pelo menos uma propriedade de estímulo com A1.
- A2- Classe de antecedentes que compartilha outra propriedade de estímulo com A.
- A2'- Classe de antecedentes que compartilha pelo menos uma propriedade de estímulo com A2.
- P- Propriedade do estímulo antecedente
- R- Resposta
- C- Consequente

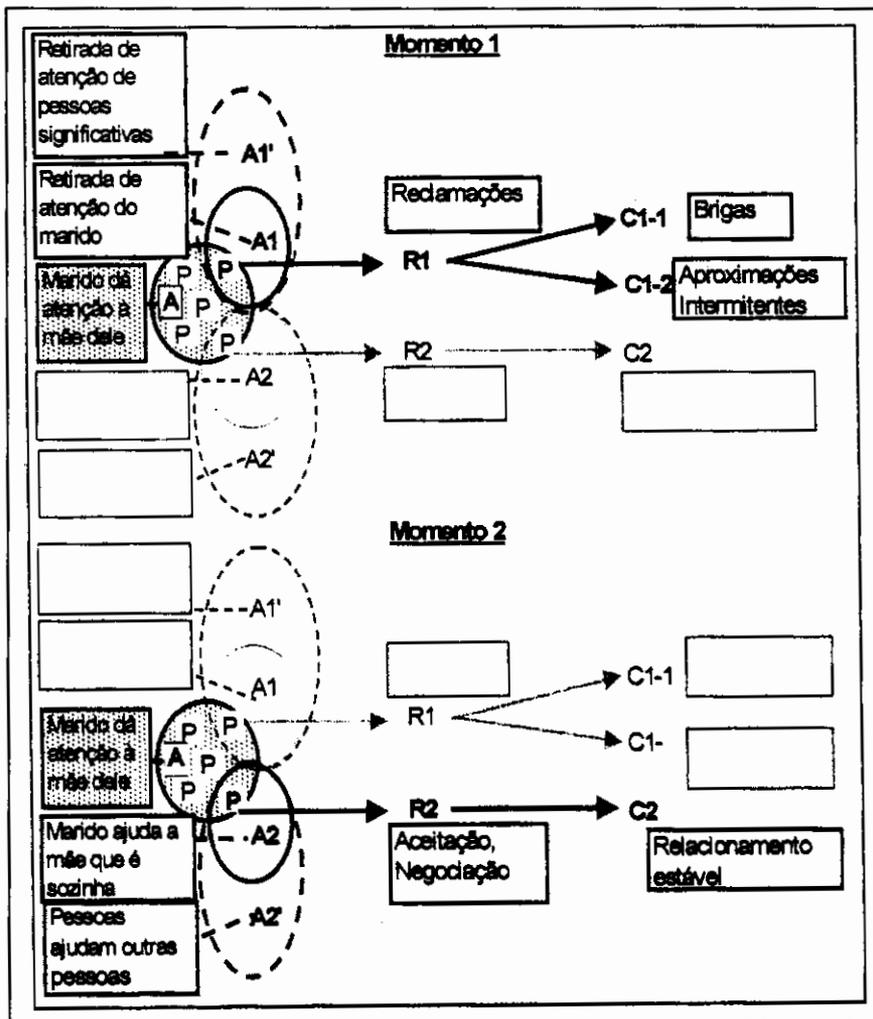
Figura 1- Representação gráfica da Mudança de Controle de Estímulos em Terapia Verbal.

No momento 2, resultante da intervenção terapêutica, outra propriedade (P) do mesmo estímulo antecedente (A) foi tornada mais saliente. Esta propriedade é o estímulo antecedente A2. Este antecedente controla uma outra resposta (R2), que não é considerada problemática, que tem uma consequência reforçadora (C2) e não mais uma consequência aversiva. O estímulo A2 geralmente faz parte de uma classe estímulo mais ampla (A2') que tem história de controlar respostas do tipo R2.

A figura 2 mostra esta representação gráfica aplicada no caso atendido exemplificado anteriormente, o da mulher que veio procurar terapia por dificuldades em seu casamento.

No momento 1, anterior à terapia, o estímulo antecedente (A) era a atenção que o marido dava à mãe dele. Nestas ocasiões ela reclamava disto e brigava com o marido (R1), o que produzia dois tipos de consequência. Uma consequência eram brigas e desentendimentos entre ela e o marido, que foi o que a trouxe à terapia (C1-1). Mas seus comportamentos também produziam intermitentemente aproximações do marido, que dizia que a amava muito e que não queria brigar com ela; nestas ocasiões faziam programas a dois muito agradáveis (C1-2). Possivelmente a consequência C1-2 estava mantendo R1 num esquema de reforçamento intermitente. Mas era a retirada de atenção do marido (A1), a propriedade (P) da situação antecedente (A), que estava controlando sua resposta R1. Conforme foi verificado em terapia, existiu um histórico de pessoas significativas que retiraram sua atenção em favor de outros (por exemplo, uma avó que durante a infância da cliente passou a cuidar e se preocupar mais com outra neta que ficou doente, e um noivado rompido às vésperas do casamento) que havia modelado respostas agressivas, ao lhe possibilitar maior controle sobre situações similares que vieram a ocorrer. Ou seja, respostas agressivas tornaram-se uma forma de esquiva da condição aversiva de uma possível retirada de atenção. Portanto A1 fazia parte de uma classe de antecedentes constituída de retirada de atenção de pessoas significativas (A1').

No momento 2, resultante da intervenção terapêutica, outra propriedade (P) do mesmo estímulo antecedente "marido dá atenção à mãe dele" (A) foi tornada mais saliente. A propriedade tornada mais saliente foi o fato do marido ser uma das poucas pessoas que queriam ajudar a mãe viúva e morando sozinha. Esta foi uma análise que a própria cliente fez em terapia. Esta propriedade é o estímulo antecedente A2. Este antecedente evocava outras respostas, como entendimento e aceitação desta situação, o que permitia que ela negociasse com o marido intercalar finais de semana em companhia da mãe dele, quando ela também a ajudava, com finais de semana sozinhos (R2). Desta forma a consequência era um relacionamento mais estável, isto é, sem brigas (C2). O estímulo A2 "marido ajuda a mãe que é sozinha" fazia parte de uma classe estímulo mais ampla "pessoas ajudam outras pessoas" (A2'), que tinha história de controlar um repertório de respostas também muito desenvolvido, que era o dela ajudar outras pessoas.



Onde:

A- Antecedente

A1- Classe de antecedentes que compartilha uma propriedade de estímulo com A.

A1' - Classe de antecedentes que compartilha pelo menos uma propriedade de estímulo com A1.

A2 - Classe de antecedentes que compartilha outra propriedade de estímulo com A.

A2' - Classe de antecedentes que compartilha pelo menos uma propriedade de estímulo com A2.

P- Propriedade do estímulo antecedente

R- Resposta

C- Consequente

Figura 2- Representação gráfica da Mudança de Controle de Estímulos em Terapia Verbal do caso exemplificado.

Todos os casos e procedimentos que foram descritos indicam claramente que as mudanças de controle de estímulos são produzidas verbalmente, o que tornou necessária uma leitura dos escritos de Skinner sobre seus conceitos acerca do comportamento verbal, para buscar um entendimento comportamental deste fenômeno.

Skinner (1957), em seu livro *Comportamento Verbal*, afirma que falamos sobre comportamento estando sob controle discriminativo de um estímulo, mas que este controle não é muito preciso. Se a resposta é reforçada em uma dada ocasião ou classe de ocasiões, qualquer característica desta ocasião ou comum a esta classe parece ganhar alguma medida de controle.

Existem várias formas em que um estímulo novo pode se parecer com um estímulo presente previamente quando uma resposta foi reforçada, e, assim, existem vários tipos do que é chamado, por Skinner (1957), de tatos estendidos, que se referem à ocorrência de mesmas respostas frente a novos estímulos.

Há três tipos de extensão de tatos: 1) Extensão genérica: Resposta aprendida previamente ocorre na presença de um estímulo novo que tem todas as características relevantes do estímulo que previamente controlava a resposta; 2) Extensão metafórica: Resposta aprendida frente a um estímulo novo que tem algumas, mas não todas, as características relevantes do estímulo prévio; 3) Extensão metonímica: Resposta aprendida frente a um estímulo novo, que não tem nenhuma das características relevantes do estímulo prévio, mas que ocorre frequentemente junto a esse estímulo prévio. A extensão metonímica pode nos ajudar a entender de que forma estímulos pouco usuais, bizarros e distorcidos, chegam a controlar uma resposta.

O conceito de Estimulação Suplementar apresentado por Skinner no livro *Comportamento Verbal* (1957) é capaz de responder a questão apresentada “mudamos, em terapia verbal, o controle de estímulos?”

Para Skinner (1957) sob certas circunstâncias, uma resposta, adquirida previamente na presença de um dado estímulo discriminativo, pode não ser evocada no momento pela presença de tal estímulo. Há muitos fatores que enfraquecem temporariamente a eficácia de um dado estímulo para aumentar a probabilidade de uma dada resposta. Estes incluem passagem de tempo, outros estímulos intervenientes, um estímulo que tem apenas poucas características em comum com o conjunto de estímulos sob os quais a resposta foi adquirida, doença, e o efeito de drogas.

Ao apresentar uma variável controladora adicional, a resposta pode ser evocada. A variável controladora adicional não é suficiente para evocar a resposta, mas passa a sê-lo quando combinada aos efeitos de outras condições do estímulo.

O que o terapeuta fala em terapia talvez possa ser considerado estimulação suplementar. Pode-se concluir que terapeutas *não* alteram controle de estímulos e funções de estímulos que foram adquiridos durante a história de vida do indivíduo sob controle

de eventos ambientais, principalmente quando estes eventos não estão presentes durante a terapia. O processo comportamental envolvido parece ser verbal. As coisas ditas em terapia podem ter a propriedade de fornecer estimulação suplementar para que respostas já existentes no repertório do cliente aumentem sua probabilidade de ocorrência.

Estudos em equivalência de estímulos (Dougher, Augustson, Markman, Greenway, e Wulfert, 1994, Forsyth, e Eifert, 1996, Smith e Iwata, 1997) indicam que um aspecto particularmente interessante da equivalência de estímulos é a transferência de funções através de classes de equivalência de estímulos. Transferência de funções refere-se à aquisição de função de estímulo em virtude dele ser membro de uma classe de equivalência. Assim, equivalência de estímulos também parece explicar como comportamentos podem ficar sob controle de novos estímulos antecedentes. Comparando o processo de equivalência de estímulos com o de tato estendido não fica claro se os dois tratam de processos totalmente diferentes. Estudos visando comparar as duas formulações deveriam ser realizados.

## REFERÊNCIAS

- Baum, W. M. (1999) *Comprender o Behaviorismo: Ciência, comportamento e cultura*. Porto Alegre: Artmed.
- Cordova, J. V., e Kohlenberg, R. J. (1994) Acceptance and the therapeutic relationship. Em S. C. Hayes, N. S. Jacobson, V. M. Follette, e M. J. Dougher (Eds.) *Acceptance and change: Content and context in psychotherapy*. Reno, Nevada, Estados Unidos: Context Press, 125-142.
- Dougher, M. J., Augustson, E., Markman, M. R., Greenway, D. E., e Wulfert, E. (1994) The transfer of respondent eliciting and extinction functions through stimulus equivalence classes. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 62, 331-351.
- Ellis, A., e Robb, H. (1994) Acceptance in rational-emotive therapy. Em S. C. Hayes, N. S. Jacobson, V. M. Follette, e M. J. Dougher (Eds.) *Acceptance and change: Content and context in psychotherapy*. Reno, Nevada, Estados Unidos: Context Press, 91-102.
- Fernández-Ballesteros, R. (1994). El proceso en evaluación conductual. In R. Fernández-Ballesteros (Ed.), *Evaluación conductual hoy: un enfoque para el cambio en psicología clínica y de la salud*. Madrid: Pirámide, 111-158.
- Forsyth, J. P., e Eifert, G. H. (1996) The language of feeling and the feeling of anxiety: Contributions of the behaviorisms toward understanding the function-altering effects of language. *The Psychological Record*, 46, 607-649.
- Guilhardi, H. J. e Queiroz, P. B. P. S. (1997) A análise funcional no contexto terapêutico: O comportamento do terapeuta como foco da análise. Em M. Delitti (Org.) *Sobre comportamento e cognição. A prática da análise do comportamento e da terapia cognitivo-comportamental*. Santo André, SP: ARBytes Editora, 45-97.
- Hayes, S. C. (1994) Content, context, and the types of psychological acceptance. Em S. C. Hayes, N. S. Jacobson, V. M. Follette, e M. J. Dougher (Eds.) *Acceptance and change: Content and context in psychotherapy*. Reno, Nevada, Estados Unidos: Context Press, 13-35.

- Hayes, S. C., Jacobson, N. S., Follette, V. M. e Dougher, M. J. (Eds.) *Acceptance and change: Content and context in psychotherapy*. Reno, Nevada, Estados Unidos: Context Press.
- Koerner, K., Jacobson, N. S., e Christensen, A. (1994) Emotional acceptance in integrative behavioral couple therapy. Em S. C. Hayes, N. S. Jacobson, V. M. Follette, e M. J. Dougher (Eds.) *Acceptance and change: Content and context in psychotherapy*. Reno, Nevada, Estados Unidos: Context Press, 109-118.
- Meyer, S. B. (1997) O Conceito de Análise Funcional. Em M. Delitti (Org.) *Sobre Comportamento e Cognição: A Prática da Análise do Comportamento e da Terapia Cognitivo-Comportamental*, Santo André: ARBytes Editora, 31-36.
- Rangé, B. (1995) Psicoterapia cognitiva. Em B. Rangé (Org.) *Psicoterapia comportamental e cognitiva. Pesquisa, prática, aplicações e problemas*. Campinas: Editorial Psy, 89-107.
- Skinner, B. F. (1957) *Verbal behavior*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Skinner, B. F. (1974) *Ciência e comportamento humano*. São Paulo: Edart. Publicado originalmente em 1953.
- Smith, R. G., & Iwata, B. A. (1997) Antecedent influences on behavior disorders. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 30, 343-375.
- Sturme, P. (1996). Process issues II: developing and using a functional analysis. In P. Sturme (Ed.), *Functional analysis in clinical psychology* Chichester: John Wiley & Sons, 176-203.

## RESUMO

A análise funcional, que é feita no decurso da terapia comportamental, procura identificar uma ou mais classes de respostas que estão trazendo problemas para o cliente, seus antecedentes e seus consequentes. Pode-se portanto, focar o trabalho terapêutico na mudança do próprio comportamento, na mudança de seus antecedentes, ou na de seus consequentes. Neste artigo, a mudança dos antecedentes do comportamento foi analisada. É possível alterar uma contingência, que ocorre fora da sessão terapêutica, dentro do consultório? Podemos afirmar que as propriedades de um estímulo antecedente mudam numa situação terapêutica? Trata-se de um processo verbal. A mudança nos antecedentes do comportamento, em terapia, ocorre quando identificamos a existência de uma propriedade do estímulo discriminativo que controla uma resposta ou classe de respostas, e, verbalmente, tornamos mais salientes outras propriedades do mesmo estímulo, que, por sua vez, controlam outras respostas que já existem no repertório do cliente. O conceito de 'estimulação suplementar' apresentado por Skinner em seu livro "Comportamento Verbal" (1957) é usado para explicar esta função da Terapia Comportamental. Foram analisados exemplos de intervenções terapêuticas encontradas na literatura e um exemplo de intervenção terapêutica feita pela autora.

Palavras-chave: Terapia comportamental; Controle de estímulos; Comportamento Verbal; Estimulação suplementar; Análise funcional.

## ABSTRACT

The functional analysis, carried out during behavior therapy, aims at identifying one or more classes of behavior that cause problems for the client, its antecedents and its consequences. Following the functional analysis we can focus the therapeutic work on changing the behavior patterns themselves, on changing its antecedents, or its consequences. In this article, the change of behavior antecedents is analyzed. One

can ask if it is possible to alter a contingency, which occurs outside the therapeutic session, in a clinic session. Can we affirm that the properties of an antecedent stimulus changes in a purely verbal therapeutic situation? Seemingly yes, but what are the behavioral processes involved in those changes? It is a verbal process. The change in the antecedents of the behavior, in therapy, happens when we identify the existence of a property of the discriminative stimulus that controls the response or class of responses that brought the client to therapy, and, verbally, we highlight other properties of the same stimulus, which control other responses that already exist in the client's repertoire. The concept of "supplementary stimulation" presented by Skinner in his book "Verbal Behavior" (1957) is used to explain this function of the Behavior Therapy. Examples of therapeutic interventions found in the literature and an example of therapeutic intervention carried out by the author were analyzed.

**Key words:** Behavior Therapy; Stimulus control; Verbal behavior; supplementary stimulation; functional analysis.