

MODELO COMPORTAMENTAL DE ANÁLISE DOS SONHOS¹

Hélio José Guilhardil

Uma cliente, após a morte de um amigo muito querido, disse numa sessão: tenho sonhado demais com M. eu que não costumava sonhar... O que está acontecendo comigo? Respondi que ela tem pensado muito no M, tem sentido muito sua falta, tem falado muito sobre ele, tem lido suas cartas... que há de estranho em também ter sonhado com ele? O sonho é uma das muitas formas de se comportar em relação ao M. e mantê-lo vivo e presente na sua vida.

Alunos de Psicologia, e até mesmo profissionais, ao terem contato com a Análise Experimental do Comportamento e algumas versões do Behaviorismo, têm se perguntado o que a Terapia Comportamental faz com os eventos internos: como os conceitua e como lida com eles num contexto clínico? Respostas insatisfatórias a essas questões têm levado um importante contingente de estudiosos a se desinteressarem da proposta comportamental para atuação clínica, bem como têm produzido e sedimentado críticas, muitas infundadas, contra o behaviorismo. A posição de Skinner (1974) explicando que o behaviorismo radical, diferentemente de outras versões do behaviorismo, não ignora os eventos internos (pensamentos, fantasias, sonhos, etc) trouxe um alívio para seus seguidores, em particular àqueles que atuam em clínica.

Skinner escreveu extensamente sobre o comportamento humano complexo, elaborando intrigantes análises conceituais (que tem a ver com o que Harzem & Miles (1978) chamaram de "o comportamento lógico dos conceitos") e, seguramente, mais da metade dos seus textos referem-se a análises funcionais não experimentais, isto é, à identificação (ou tentativa de) de variáveis dependentes e independentes e de processos de interação em exemplos de comportamento humano (Todorov, 1982).

No entanto, Skinner não se propôs e não fez incursões sistemáticas pelo universo clínico, não fornecendo, portanto, um modelo teórico-experimental voltado à prática clínica. Sua proposta é mais abrangente e comporta a situação terapêutica se assim se desejar ou for necessário, de forma que a transposição das análises skinnerianas para o contexto terapêutico ficou como uma tarefa a ser desenvolvida por aqueles diretamente interessados nesse desafio. O presente texto representa um esforço nessa direção. Tem por objetivo explicitar como a análise de eventos internos, em particular os sonhos, pode ser formulada dentro do contexto do behaviorismo radical e apresenta um modelo preliminar de como a análise de sonhos pode ser incorporada ao conjunto de recursos terapêuticos disponíveis ao terapeuta comportamental com orientação behaviorista radical.

Ecletismo Teórico versus Ecletismo Técnico

Tem havido entre os terapeutas comportamentais uma crescente preocupação com temas ecléticos. Frases do tipo: "preciso aprender a analisar sonhos com os 'Freudianos', 'Junguianos'", "não há como negar a importância do fenômeno psicodinâmico de transferência e contra-transferência no processo terapêutico", revelam a crescente superposição de conceitos de diferentes linhas teóricas inflando o arsenal de recursos teóricos e práticos ao qual recorrem os terapeutas. Pode-se argumentar que a aproximação de terapeutas de diferentes orientações teóricas e práticas clínicas diversas é um progresso, pois favorece a mútua influência. Tem um apelo extremamente atraente para os alunos de psicologia, e parece ser a panacéia para as diversidades peculiares da disciplina psicológica. Esta tendência porém, é perigosa se não for adequadamente delimitada.

Que razões levariam o terapeuta comportamental a abraçar este tipo de ecletismo? Pressões por parte da comunidade profissional (terapeutas, pesquisadores, estudantes) e dos clientes têm forçado o terapeuta comportamental a enfrentar o desafio de explicar como tem lidado com os fenômenos comportamentais internos. Sua dificuldade (devido a treinamento terapêutico inadequado e embasamento teórico deficiente) para encontrar, dentro do seu próprio modelo conceitual, respostas para lidar com esses fenômenos psicológicos internos deixam-no desamparado para manejar concretamente boa parte do material trazidos pelos clientes. A busca de alternativas em outras propostas teóricas parece ser um comportamento do tipo fuga-esquiva em que se engaja o terapeuta diante da situação aversiva de ter que lidar com as pressões práticas, por parte do cliente; e conceituais, por parte da comunidade profissional.

O fato de ser difícil trazer para o contexto clínico a análise dos comportamentos encobertos não significa dizer que o behaviorismo radical não abrange a análise dos fenômenos com utilidade clínica. Compreende-se porém, a dificuldade. Basta observar o que é ensinado nos cursos de Psicologia para, facilmente, se constatar que o aluno não é preparado para tal nível de análise. Há carência de textos disponíveis e de centros de treinamento para os terapeutas comportamentais. Disso resulta um contexto peculiar: se, por um lado, o behaviorismo radical inclui a análise, compreensão e possível manejo dos fenômenos comportamentais internos, como e onde se aprende a fazer isso? Os cursos de treinamento e supervisão de terapeutas comportamentais deveriam incluir essa aprendizagem (Guilhardi, 1982). A situação hoje não é muito diferente da constatada por Swan e MacDonald (1978) que, ao questionarem 353 membros da AABT, concluíram que há uma perturbadora disparidade entre como a terapia comportamental é ensinada e pesquisada, por um lado, e

como a terapia comportamental é implementada na prática, por outro.

O ecletismo teórico representa portanto, um exemplo de comportamento de fuga-esquiva que afasta o terapeuta comportamental do seu papel mais genuíno: trazer para a situação prática a proposta conceitual skinneriana de como lidar com os fenômenos internos. Uma proposta teórica só pode ser criticada e desenvolvida a partir do seu próprio referencial, isto é, o behaviorismo radical só pode crescer e se rever com o engajamento por parte de seus adeptos, na pesquisa e na reflexão crítica sobre seus conceitos. De nada adianta para o desenvolvimento de um corpo sistemático de conhecimentos a debandada para outras propostas teóricas, conceituais e práticas. Perde a abordagem, perde a Psicologia. Branch (1987) fez uma distinção útil entre ecletismo teórico (este inaceitável, já que uma posição teórica eclética equivale a ter os pés firmemente apoiado no ar...) e ecletismo tecnológico. Ecletismo pode parecer sedutor, mesmo parecer um exemplo de "mente aberta", mas é inócuo. "O desenvolvimento e a compreensão de uma posição teórica é uma tarefa árdua. mas é exatamente esse esforço que leva ao avanço científico (e portanto, tecnológico). Ter uma visão unificada promove consistência por parte do terapeuta e permite teste e refinamento (ou até mesmo abandono) de sua visão com a progressiva experiência. Assumir uma posição teórica faz com que o terapeuta se torne um participante pleno da empreitada a que chamamos ciência" (Branch, 1987).

Algumas conceituações teóricas sobre sonhos como eventos privados

Os sonhos sempre fascinaram as pessoas e estiveram envolvidos em ares místicos. Dois tipos de questões básicas surgem para aqueles que os estudam: o que é o sonho?, qual a sua natureza?, por um lado; e qual o seu significado?, o que representam?, por outro. Há fascinantes ensaios sobre os sonhos propostos por Freud e Jung para citar dois exemplos mais conhecidos e influentes.

Para o behaviorismo radical, sonhar é comportar-se. O sonho é conceituado como um comportamento como qualquer outro, sujeito, portanto, às mesmas leis que os comportamentos manifestos. Na sua manifestação encoberta ou interna só é acessível ao indivíduo que sonha. Para se ter acesso a ele e poder estudá-lo, há necessidade do uso da auto-observação (uma forma de introspecção) e o relato verbal. A introspecção aqui não é a mesma das escolas mentalistas porém, pois se questiona a natureza do que é introspeccionado. Não se trata da busca dos eventos mentais, o que se observa é o próprio organismo. Não se trata de uma pesquisa fisiológica, já que esse não é o objeto de estudo da Psicologia. O que o sujeito que sonha observa via

introspecção é uma manifestação, uma classe de comportamentos, emitida pelo seu próprio organismo.

O fato de um indivíduo se comportar durante o sono não deve causar estranheza. Há exemplos de discriminações durante o sono: uma mãe acorda com o balbuciar de seu filho (SD para o comportamento de atendê-lo) e não acorda diante de um ruído mais intenso que não tem função discriminativa para seu comportamento de acordar. As pessoas fazem discriminações temporais durante o sono e são capazes de acordar no mesmo horário sem o uso de despertadores, acordam mesmo em horários não usuais quando se propõem a fazê-lo, sem necessidade de relógios. O organismo durante o sono também se comporta. Não há razão para supor que os comportamentos durante o sono sejam regidos por leis diferentes daquelas que operam na vigília. A topografia e magnitude das respostas podem ser diferentes, mas não sua natureza. Os sonhos podem ser conceituados como comportamentos perceptivos que ocorrem durante o sono. Se esta conceituação estiver correta, então, o relato do sonho é um comportamento verbal, que descreve um comportamento que ocorreu no passado, sob controle de estímulos verbais e ambientais presentes no momento do relato.

Algumas questões conceituais precisam ser apresentadas para se entender melhor os comportamentos encobertos. À primeira vista, os sonhos podem ser entendidos como relatos na primeira pessoa ("sinto dor" tem o mesmo status conceitual de "na noite passada sonhei" de acordo com este pressuposto) e como tal, as considerações críticas de ordem metodológica que se faz aos relatos na primeira pessoa podem ser aplicadas aos relatos dos sonhos. Do ponto de vista do behaviorista radical, modelo de análise que se adotou neste texto, os sonhos não podem (e não devem) ser analisados como relatos na primeira pessoa. São relatos sim, mas que só podem ser entendidos à luz das contingências de reforçamento que os controlam.

O behaviorismo lógico (positivismo lógico), o behaviorismo metodológico, bem como o behaviorismo radical, concordam que o relato na primeira pessoa gera problemas teóricos e metodológicos fundamentais.

Para o behaviorismo lógico, o pressuposto do verificacionismo exige que o significado de uma afirmação seja encontrado nas condições para verificá-la. Assim, as pessoas podem fazer relatos na primeira pessoa sobre si mesmas, intuitivamente, sem observar seu próprio comportamento, mas o significado dessas observações envolve exclusivamente as condições publicamente observáveis que constituem a verificação dessas condições (Zuriff, 1985, p.227)

Malcolm (1959, *apud* Zuriff, 1985) ilustra o argumento verificacionista desta forma:

"É logicamente impossível verificar a ocorrência de um sonho que não seja através do relato na primeira pessoa. Portanto, o "critério" para se ter sonhado é contar o sonho. No entanto, o relato que alguém faz sobre suas experiências de sonhos não é um critério para afirmar que ele de fato teve aquelas experiências, já que estas podem ser distinguidas da possibilidade de ele simplesmente ter tido a impressão que teve tais experiências. Portanto, ter tido certas experiências durante o sonho não pode ser verificado logicamente, e a afirmação que um sonho consiste de certas experiências é sem sentido.

O mesmo vale para afirmações sobre a duração, conteúdo ou tempo de ocorrência de sonho. Conseqüentemente, um relato na primeira pessoa sobre um sonho não é um relato sobre experiências privadas que tenham ocorrido durante o sonho. O behaviorismo lógico permite a introspecção como método de observação para a psicologia, mas nega que este método forneça conhecimento científico sobre os eventos privados. Fornece para a ciência a mesma informação sobre os eventos publicamente disponíveis que pode, em princípio, ser suprida por outras formas de observação."

O verificacionismo do behaviorismo lógico é basicamente o mesmo conceito do operacionismo do behaviorismo metodológico. "O operacionismo soluciona o problema posto pelos relatos na primeira pessoa, tratando-os como meras respostas verbais a serem explicadas como qualquer outro exemplo de comportamento, e não como indicadores de experiência privada" (Zuriff, 1985 p.228).

Para o behaviorismo radical, os relatos na primeira pessoa também são confiáveis. Skinner defende que os eventos encobertos ou "privados" são estímulos observados e não construtos hipotéticos inferidos. No entanto, ele de fato não faz uso dos relatos na primeira pessoa como relatos observacionais para uma ciência do comportamento porque os considera discriminações não confiáveis de eventos privados (Zuriff, p.234)

Skinner (1974) afirmou, porém, sobre o tratamento conceitual dos eventos privados:

"O behaviorismo metodológico e algumas versões do positivismo lógico excluem os eventos privados do âmbito da ciência, pois não pode haver concordância pública sobre sua validade. A introspecção não pode ser aceita como prática científica... O behaviorismo radical no entanto, adota uma posição diferente... não insiste na verdade pela concordância e pode, portanto,

considerar os eventos que ocorrem no mundo privado debaixo da pele. Não chama esses eventos de não observáveis, e não os descarta como subjetivos" (p.16) Decorre daí, que para entender a crítica de Skinner aos relatos na primeira pessoa há necessidade de se conhecer como ele explica a aquisição de respostas verbais aos estímulos encobertos, quando eles não são acessíveis à comunidade verbal. Para Skinner (1974), a aquisição da linguagem é fruto de um complexo processo de contingências sociais. Zuriff (1985, p.232) assim resumiu a teoria skinneriana da aquisição da linguagem:

"A linguagem é adquirida quando as comunidades verbais estabelecem contingências de reforçamento para as respostas verbais. Quando o reforçamento para uma resposta é contingente à presença de um estímulo público particular, aquele estímulo eventualmente passa a exercer um controle discriminativo razoavelmente preciso sobre a resposta, e a ocorrência da resposta verbal ou "tato" é um indicador confiável do estímulo. Para estabelecer contingências reforçadoras, a comunidade verbal tem de usar estímulos públicos, os únicos aos quais tem acesso. Portanto, ao ensinar respostas verbais a estímulos privados (por ex: "eu sinto dor"), a comunidade verbal tem que tornar os reforços contingentes aos acompanhamentos públicos da resposta encoberta. Estes incluem tanto os eventos ambientais (por ex: uma alfinetada no dedo) como o comportamento do próprio sujeito (por ex: chorar) que se correlacionam com os estímulos privados. Através deste método, a resposta verbal fica sob controle tanto dos estímulos privados como dos estímulos públicos concorrentes. Eventualmente, os estímulos privados sozinhos são suficientes para evocar a resposta verbal. Alternativamente, uma resposta verbal sob o controle dos estímulos públicos pode transferir seu controle para a estimulação encoberta, ou porque os estímulos encobertos compartilham componentes em comum com os públicos (por ex: o estímulo privado é produzido por uma versão em pequena escala de uma resposta pública) ou os dois são semelhantes."

Assim, a análise de Skinner começa com o comportamento em resposta ao mundo externo, e a resposta ao mundo interno dos estímulos privados é um produto posterior do treino social. Isso contrasta fortemente com as abordagens epistemológicas tradicionais que começam com conhecimento do self, a partir do qual o conhecimento do mundo externo é construído. Para Skinner, o auto-conhecimento (conhecimento que alguém tem de seus

próprios sentimentos, motivos, intenções, etc) é o resultado de uma longa história de treino discriminativo levado a cabo pela comunidade verbal.

Em casos mais complexos, auto-conhecimento não é uma simples discriminação de um evento encoberto. Se um estímulo encoberto é relatado como uma crise nervosa ou uma pontada de inveja, pode depender da discriminação do contexto em que o evento encoberto ocorre. Os aspectos mais importantes daquele contexto são as variáveis independentes que controlam o evento encoberto, bem como o comportamento manifesto, e as disposições comportamentais que surgem dele. Assim, o papel funcional de um evento encoberto pode determinar como aquele evento é descrito e conhecido. Fica então claro, onde está o problema da confiabilidade no relato feito na primeira pessoa. Segundo Zuriff (1985, p.234):

"na ausência de correlatos públicos, a comunidade verbal não pode ter certeza que o estímulo discriminativo privado para o relato na primeira pessoa é consistente. Sem estímulos públicos para servir como guias, a comunidade verbal não pode manter contingências para assegurar uma relação discriminativa rígida entre a resposta verbal e os estímulos privados. Portanto, a associação entre a resposta verbal e o estímulo privado não pode ser considerada confiável, e relatos na primeira pessoa não podem ser usados como relatos observáveis de estímulos privados."

Descrédito de relatos na primeira pessoa advém também do fato que, como todas as respostas, os relatos na primeira pessoa são afetados por outras variáveis além do estímulo discriminativo. Por ex: uma pessoa que relata ter uma dor de cabeça pode ganhar certos benefícios na forma de atenção e fuga das responsabilidades. Por isso, relatos de dor de cabeça podem estar sob controle dessas condições de recompensa, e não dos eventos privados que se assume serem os estímulos discriminativos para esses relatos. Na ausência de critérios públicos, a comunidade verbal tem apenas controle limitado sobre estas distorções no controle discriminativo dos relatos na primeira pessoa.

Uma outra razão para o descrédito behaviorista nos relatos na primeira pessoa é que eles freqüentemente representam erroneamente o papel causal dos eventos privado. Para aquele que relata, os eventos privados, aos quais respondem nos relatos na primeira pessoa, parecem ser a maior causa do comportamento manifesto. Na conversação do dia-a-dia alguém pode dizer: "eu gaguejei porque me senti ansioso", explicando desta forma o comportamento manifesto como efeito de certos sentimentos. No entanto, muitos behavioristas negam que os eventos privados

atuando como estímulos discriminativos para relatos na primeira pessoa são as causas do comportamento manifesto. Argumentam que estes eventos privados são meros efeitos secundários do comportamento manifesto. Tanto os eventos encobertos como o comportamento manifesto são o efeito das mesmas variáveis ambientais independentes e são, assim, "subprodutos colaterais" (Skinner, 1974, p.17) destas variáveis ao invés de relacionadas causalmente um com outro.

Há outras possibilidades teóricas em relação aos relatos na primeira pessoa. Podem ser conceituadas como discriminação. Segundo Zuriff (1985, p.229):

"relatos na primeira pessoa podem corresponder de alguma maneira aos objetos ou eventos que parecem relatar. Muitos behavioristas interpretam esta relação, entre relato na primeira pessoa e o objeto do relato, como a relação entre uma resposta verbal e o estímulo discriminativo para aquela resposta. A natureza exata do estímulo discriminativo depende das circunstâncias e há várias teorias para incluir as diferentes possibilidades."

Os estímulos discriminativos aos quais a pessoa responde quando faz um relato na primeira pessoa podem ser classificados em duas amplas categorias: (a) aspectos do comportamento, e (b) eventos encobertos como estímulos discriminativos. Para maiores detalhes, que fogem ao objeto do presente texto, Zuriff (1985, p.229 a 232) deu uma clara ilustração dessas duas possibilidades.

Sonhos (bem como alucinações e imagens de memória) podem ser explicados como decorrentes de respostas perceptuais na ausência dos estímulos externos. Skinner (1963) ilustrou essa conceituação da seguinte forma:

"o núcleo da posição behaviorista sobre a experiência consciente pode ser sintetizada desta forma: ver não implica alguma coisa vista. Adquirimos o comportamento de ver sob a estimulação oriunda dos objetos reais, mas ela pode ocorrer na ausência desses objetos sob o controle de outras variáveis... também adquirimos o comportamento de ver-que-estamos-vendo quando estamos vendo os objetos reais, mas este comportamento também pode ocorrer na sua ausência." (p.955)

Assim, perceber é um tipo de comportamento que, aprendido, normalmente ocorre na presença do objeto distal. No entanto, **como aquele comportamento é uma função de um número de outras variáveis independentes**, ele pode ocorrer na ausência do objeto distal e diz-se que a pessoa está tendo uma "imagem".

O sonho pode ser descrito como função de uma simples discriminação de eventos encobertos. Mas, compreendê-los

(determinar de quais contingências ele é função) envolve mais que isso. É necessário colocá-lo num contexto, como explicitado acima, de onde serão detectadas as variáveis independentes que determinam tanto os eventos encobertos, como os manifestos. O cliente sozinho não consegue fazer essa discriminação. Cabe ao terapeuta auxiliá-lo nesta tarefa. Quando juntos logram fazê-lo, pode-se dizer que o cliente está atingindo o auto-conhecimento (por hora ainda sob influência da comunidade verbal, em particular, o terapeuta). Pode se concluir, portanto, que os sonhos não podem ser compreendidos simplesmente, ou reduzidos ao relato na primeira pessoa. Há necessidade de colocá-lo no contexto em que ele aparece, em última análise como um elo numa cadeia comportamental extremamente complexa.

A determinação do seu significado não se baseia necessariamente no relato de suas relações funcionais feita pelo sujeito. mas nas relações funcionais percebidas pelo terapeuta (e, eventualmente, pelo próprio cliente) dentro dessa cadeia. Ou seja, segundo Skinner (1974, cap.8), para investigar como...

"... uma situação parece a determinada pessoa, ou como ela a interpreta, ou que significado tem para ela, precisamos examinar-lhe o comportamento em relação à situação, inclusive suas descrições dela, e só poderemos fazer isso em termos de suas histórias genética e ambiental e quando pessoas vêem coisas diferentes frente a um mesmo estímulo, esta diferença no perceber se deve ao fato de que elas foram expostas aos mesmos estímulos, mas as contingências eram diferentes.

Quando uma pessoa lembra algo que viu alguma vez, ou se entrega a fantasias ou sonhos, certamente não está sob controle de um estímulo presente. Novamente, devemos voltar-nos para sua história ambiental à procura de uma resposta. Após ouvir várias vezes uma peça musical, uma pessoa poderá ouvi-la mesmo quando não está sendo tocada, embora, provavelmente, não de forma tão completa ou clara. Tanto quanto sabemos ela está simplesmente fazendo, na ausência da música, algumas das coisas que fez na presença dela. Ver na ausência da coisa vista é uma experiência familiar a todos nós. Tendemos a agir no sentido de produzir estímulos que são reforçadores quando vistos. Se gostamos de uma cidade (Ela nos é reforçadora), podemos ir visitá-la para sermos reforçados. Se não pudermos ir, podemos ver um postal dela ou ler um livro a seu respeito. Nesse caso, podemos vê-la lendo a seu respeito (visualizamos enquanto lemos, adquirimos um repertório visual sob controle de

estímulos verbais impressos). Sem nenhum suporte externo, podemos simplesmente "ver" a cidade porque somos reforçados ao fazê-lo. Podemos também ver uma coisa ausente, não porque sejamos imediatamente reforçados quando o fazemos, mas porque nos tornamos capazes de nos empenharmos num comportamento que será subsequentemente reforçado.

O ver na ausência da coisa vista é exemplificado de maneira dramática nos sonhos durante o sono. A estimulação visual exerce controle mínimo, e a história da pessoa e os dados resultantes da privação e emoção tem sua oportunidade. Sonhar é um comportamento perceptivo e a diferença entre o comportamento durante a vigília e durante o sono constitui simplesmente uma diferença nas condições de controle.

É possível discriminar entre coisas vistas que estão presentes ou ausentes. O homem sedento não estende a mão para pegar o copo de água imaginário, o homem que sonha não sabe, porém, que aquilo que vê "não está realmente ali", e responde com toda a intensidade de que é capaz uma pessoa adormecida. (O conhecimento introspectivo do sonho é fraco ou deficiente porque também não são as condições necessárias para a auto-observação, e quando tal auto-conhecimento sobrevive no estado de vigília, seu desaparecimento é, no geral, tão rápido quanto o esquecimento dos sonhos.)

Relato verbal do sonho e auto-conhecimento

Na sua expressão pública, o sonho torna-se um exemplo de comportamento verbal. O relato feito pelo cliente diz que se refere ou descreve o que foi sonhado. Do ponto de vista metodológico não dá para afirmar se o cliente emite um comportamento que descreve algo que ocorreu no passado (na noite em que sonhou, por exemplo, ou "apenas" emite um comportamento, no momento, sob controle da situação terapêutica. Do ponto de vista prático, essa distinção é complexa, pois o comportamento a que o terapeuta tem acesso e com o qual lida é aquele expresso no momento pelo cliente e inclui o que o cliente relata ("na noite passada eu sonhei...", por exemplo) e exclui o que o cliente não relata (por exemplo, o cliente pode estar pensando "vou inventar um relato e dizer para meu terapeuta que foi um sonho..."). O relato do sonho, neste sentido, não tem status diferente de qualquer outro comportamento relatado pelo cliente. Ele pode mentir ou omitir voluntariamente qualquer aspecto da realidade por ele narrada.

O terapeuta tem como função auxiliar o cliente a chegar ao seu auto-conhecimento. Não lhe compete ficar discutindo se o cliente

mentiu ou não, mesmo porque até esse comportamento, precisa ser analisado. "O auto-conhecimento é induzido pela comunidade verbal (no caso específico da terapia, pelo terapeuta) quando ela repetidamente questiona seus membros sobre o comportamento em que estiveram engajados, estão engajados e se engajarão, e as variáveis das quais seu comportamento é função. As descrições verbais de contingências que são oferecidas em resposta a tais questionamentos subsequentemente podem vir a controlar o comportamento do narrador "(Skinner, 1969)

Para Skinner, "o auto-conhecimento é sinônimo de consciência, podendo haver diferentes graus de consciência correspondendo à quantidade e ao tipo de elementos na descrição. Esses diferentes graus teriam como extremos, de um lado, o comportamento modelado e mantido por suas conseqüências imediatas que seria "não só inconsciente", mas também irracional, irrazoável, não planejado e, de outro, o "auto-governo", quando "fazemos nossas próprias regras e a seguimos". Com isso, abre-se a possibilidade, apesar de todas as dificuldades, de um jeito consciente e, inclusive por isso, passível de ser conhecido" (Micheletto & Sérió,1992)

Os sonhos são um dos instrumentos a partir dos quais o terapeuta conduz o cliente ao auto-conhecimento. O sonho, como qualquer comportamento, é em última análise, modelado por contingências. Como se sabe, "o comportamento modelado por contingências é "inconsciente", uma vez que o organismo que se comporta pode não ter conhecimento do próprio comportamento e das variáveis das quais ele é função" (Zettle,1990). Neste nível de controle, o indivíduo será capaz de relatar seu sonho (tem "consciência" apenas de um elemento da tríplice contingência, ou seja, a ação do organismo), mas não estará apto a "interpretá-lo" (descrever as contingências das quais ele é função). Quando é capaz de descrever as contingências, ou seja, quando o cliente faz uma interpretação adequada de seu sonho, fala-se que ele é consciente de seu comportamento e do que o controla. Desta maneira, o cliente que dá uma interpretação adequada para o seu sonho tem um grau mais desenvolvido de auto-conhecimento (descreve as contingências das quais seu comportamento é função) do que aquela que não consegue dar a interpretação. Neste caso, o terapeuta deve auxiliá-lo neste processo. A interpretação do sonho por parte do terapeuta é um modo de contribuir para o desenvolvimento do auto-conhecimento por parte do cliente. Para fazer a interpretação o terapeuta precisa observar, entre outras coisas, a que classe de comportamentos (em geral públicos) o sonho pertence. Ao fazer essa generalização, o terapeuta está em melhor condição de relacionar o que significa o sonho, já que dispõe de conhecimentos sobre o que controla outros comportamentos da mesma classe. O cliente, ao ficar sob controle da análise do terapeuta, está mudando a relação que

controla seu comportamento: do controle por contingências para controle por regras. Por sua vez, as regras (estímulos verbais que especificam contingências; Hayes, 1987) facilitam a "conscientização" e conduzem o cliente para um outro nível de controle de comportamento, quando passa por auto regras (estímulos que especificam contingências produzidos pelo comportamento verbal da própria pessoa).

Seu grau de auto-conhecimento evoluiu quando atingiu este estágio. Quando o terapeuta apresenta uma análise de contingências, na verdade ele está apenas sugerindo, a partir de suas observações, uma possibilidade. Não está fazendo uma análise experimental do comportamento, mas propondo uma análise comportamental, isto é, está descrevendo possíveis relações funcionais na forma de contingências de comportamento.

Uma interpretação para ser bem sucedida precisa ser correta e aceita pelo cliente. Para ser aceita não basta ser enunciada de forma clara pois, se a análise do terapeuta for aversiva para o cliente ele poderá se engajar em comportamentos de fuga-esquiva, tais como não concordar com a análise ou não entendê-la. O terapeuta deve ter a sensibilidade de introduzir a informação de modo gradual (fading in) e até mesmo pode ter a necessidade de modelar alguns padrões de comportamento no cliente de modo a ampliar seu repertório de pré-requisitos para vir a compreendê-la.

Se a análise do terapeuta está correta ou não, é um problema empírico. Na análise comportamental, qualquer evento deve ser entendido e mesmo definido através de uma análise contextual (ato em contexto). A contingência de três termos do behaviorismo radical é uma unidade contextual, dinâmica, espaçotemporal: nenhum dos termos pode ser definido independentemente de qualquer um dos outros (Hayes & Brownstein, 1968). O critério de verdade subjacente ao contextualismo é "trabalho bem sucedido" ou pragmatismo (Pepper, 1942). Trabalho bem sucedido envolve predição e controle. A análise feita pelo terapeuta envolve descrição das contingências provavelmente em operação; como tal, dela deriva a previsão de comportamento e seu controle. A previsão sozinha fornece alguma confirmação do valor de uma análise, mas só o controle a prova. Uma análise só pode ser considerada correta quando comprovada pelo controle. Desta forma, antes de observar os resultados (mudanças efetivas no repertório do cliente) e correlacioná-los funcionalmente com a análise e manejo das contingências, não se pode dizer que foram corretas. Na situação clínica típica é possível observar, dentro de algum tempo, mudanças comportamentais possivelmente decorrentes das análises terapêuticas e do auto-conhecimento adquirido pelo cliente. Muito difícil porém, é demonstrar relações de causalidade. Assim, o terapeuta faz sua

interpretação e o cliente pode, então, testar as hipóteses do terapeuta, observando mais acuradamente seu comportamento e seu contexto de vida: pode até mesmo alterar alguns aspectos das contingências para verificar o efeito dessas mudanças. Os novos dados são apresentados ao terapeuta e, desse processo interativo entre o cliente e o terapeuta, surge afinal, alguma conclusão mais definitiva. Pode-se atingir então, o ponto em que a análise daquele comportamento é satisfatória para os objetivos da terapia.

A posição conceitual aqui definida é de que o sonho é material clínico comportamental com o mesmo status de outros conteúdos trazidos pelo cliente. Ele se incorpora ao conjunto de dados e tem significado dentro desse contexto. Da mesma maneira, a interpretação dos sonhos por parte do terapeuta tem o mesmo status que outras intervenções terapêuticas e se incorpora ao conjunto das intervenções. Num contexto clínico, é praticamente impossível atribuir a este ou aquele dado, a esta ou aquela intervenção, o papel de mais relevante, ou mesmo sugerir relações causais, a menos que se faça controle sistemático de variáveis. Às vezes, o terapeuta considera uma tal intervenção particularmente oportuna e significativa, mas pode se surpreender ao descobrir que o cliente deu importância a outros aspectos que o terapeuta considerou secundários. A aura misteriosa que cerca os sonhos dá-lhes um papel motivacional particular, o que pode eventualmente, propiciar uma influência maior sobre o cliente. No entanto, isto precisa ser demonstrado.

Análise de sonhos como um modelo de análise de comportamentos encobertos.

Como já enfatizamos, do ponto de vista do behaviorismo radical, o sonho é um comportamento como qualquer outro. Sujeito portanto, às mesmas leis que os comportamentos manifestos. Sua peculiaridade se restringe ao acesso que o observador tem para captá-lo: só é acessível a quem se comporta através da introspecção, e para outrém através de comportamentos manifestos. O sonho é comportamento e só isso. Não é expressão de entidades subjacentes. Não compartilha, como em outras propostas teóricas, de significados simbólicos, nem místicos. A análise dos sonhos deve-se ater pelo menos aos seguintes itens:

- 1- O sonho deve ser visto como um exemplo de comportamento funcional, não uma manifestação de estruturas da personalidade, traços de caráter ou outros conceitos equivalentes. Assim o sonho deve ser visto como parte do repertório do indivíduo em função das contingências de reforçamento às quais responde no momento, bem como das contingências que o modelaram durante sua história da vida. Na prática, isto equivale a dizer que cada interpretação do sonho só pode ser feita para aquele cliente

particular, de acordo com seu contexto de vida. O terapeuta precisa conhecer o cliente para fazer uma interpretação funcional do seu sonho. Não há significados universais, nem há resposta única para a questão: "o que significa isto ou aquilo..." num sonho. Em geral, as verbalizações do cliente são utilizadas pelo terapeuta como metáforas. Interpretar um sonho sem conhecer a história do cliente não é fazer uma análise funcional. Do ponto de vista do behaviorismo radical, isso seria sem sentido.

2- A interpretação do sonho (identificação das contingências de reforçamento das quais o sonho é função) deve buscar integrar o sonho com outros comportamentos que o cliente emite. Ou seja, o terapeuta deve perseguir uma regularidade, um princípio integrador que sintetize as peculiaridades do cliente. O sonho é mais um dado, ou conjunto de dados de comportamento, que permite ao terapeuta chegar a generalizações de como o cliente funciona. O cliente tem a oportunidade de discriminar a que está respondendo quando sonha e relacionar esta classe de comportamentos com outras classes e chegar a generalizações sobre as contingências que modelam e/ou mantêm seu repertório comportamental como um todo.

3- A interpretação deve prover estímulos discriminativos para o cliente, alterando a probabilidade de emissão de comportamentos na direção esperada pelo terapeuta, em função das dificuldades por ele identificadas no cliente. Assim, após a interpretação o terapeuta deve ficar atento aos resultados a curto e a médio prazo decorrentes de sua intervenção. Como já foi enfatizado, dentro do contexto clínico é muito difícil estabelecer relações de causalidade e demonstrá-las. Os paradigmas de linha de base múltipla intra-sujeito (o que ocorre com o mesmo cliente após cada análise de sonhos sucessivos?) e linha de base múltipla inter-sujeitos (o que ocorre com diferentes clientes após a análise de seus respectivos sonhos?) parecem perfeitamente adequadas como formas de controle experimental num contexto clínico-terapêutico. Em geral, esses estímulos discriminativos aparecem na forma de regras e o que se espera é que o terapeuta coloque o cliente sob o controle das regras por ele formuladas (as regras, em geral, aparecem na forma de conselhos, avisos, instruções ou outras formas de comportamento verbal, que no caso da terapia, aparece como análise de contingências, previsão de comportamento, etc.)

4- A análise do sonho é um recurso para auxiliar o cliente no seu processo de auto-observação e auto-conhecimento. De certa forma, todos nós respondemos ao ambiente pelo menos de duas formas: como pesoa (e nesse sentido não tendo necessidade de sermos conscientes das contingências) e como eu (conscientes das contingências que controlam nosso comportamento). Essa

conscientização é o resultado da influência da cultura, que produz um conjunto de estados internos que acompanham o comportamento, passíveis de serem observados somente através dos sentimentos ou da introspecção (o eu é o que a pessoa pensa a respeito de si mesma). O auto-conhecimento e o desenvolvimento do eu só são possíveis através da linguagem. Somente através das contingências sociais verbais, que produzem os estímulos verbais suficientes, a discriminação do eu poderá ocorrer e tornar viável o auto-conhecimento.

5- Decorrente do item acima, pode-se dizer que a interpretação dada pelo próprio cliente é um indicativo do seu grau de auto-conhecimento. Principalmente no início do processo terapêutico, o cliente tem dificuldades para interpretar seu sonho: ora prende-se a aspectos isolados do conteúdo do sonho, ora não consegue propôr interpretação alguma. Progressivamente, o cliente consegue identificar melhor as relações funcionais que definem seu comportamento como fruto da intervenção terapêutica. Da mesma maneira, passa a dar interpretações para seus sonhos: relaciona seu conteúdo com outros aspectos de sua vida, consegue sugerir que contingências estão, provavelmente, operando na determinação do conteúdo do sonho. Neste ponto, pode-se dizer que melhorou sua auto observação e seu auto-conhecimento. Porque o cliente sonha ao invés de relatar diretamente sua experiência ou fantasia? A análise das contingências que controlam a classe de comportamentos de sonhar ao invés de outras classes pode lançar luzes sobre a dinâmica comportamental do cliente. Além de que, as diferentes classes de comportamento não são mutuamente exclusivas. Elas se completam. Certamente há razões para que um determinado conteúdo comportamental apareça na forma de sonho e não de outra maneira. Resta determinar estas razões. Como os sonhos muitas vezes se manifestam numa linguagem metafórica, isto favorece a expressão por parte do cliente das idéias, sentimentos e fantasias que lhe seriam aversivas se fossem comunicadas de outra maneira. Neste sentido, o comportamento de sonhar seria um exemplo de fuga-esquiva. Quando este for o caso, o terapeuta deve ter a sensibilidade de ser criterioso na análise do sonho para não provocar exatamente a situação aversiva que o cliente procurava evitar. Não se deve supor porém, que o cliente "consciente" escolhe um jeito de se comunicar com o terapeuta. O controle do comportamento de sonhar segue os mesmos mecanismos de outras classes de comportamento, e muitas vezes a pessoa não sabe porque se comporta de determinada maneira. Os comportamentos são emitidos sob controle de contingências, conhecidas ou não, sejam na forma de sonho ou de outras formas. Ao lado disso, há também as motivações do cliente e dos terapeutas em lidar com sonhos. Os terapeutas podem estimular seus clientes a sonharem e/ou

trazerem seus sonhos para a situação terapêutica. Pode-se supôr que o comportamento de relatar sonhos possa ser modelado e mantido pelo terapeuta ou, inversamente, ser colocado em extinção. A demonstração empírica dessa possibilidade exigiria uma avaliação sistemática voltada para esse objetivo.

A interpretação do sonho não é correta ou incorreta em si mesma. Há várias alternativas possíveis, pois o que importa é a função que a interpretação tem. A interpretação é preliminarmente uma hipótese a ser testada, como já se viu. Deve integrar os dados disponíveis mas, em última análise, seu valor preditivo só pode ser avaliado empiricamente. Ela integrou o sonho com outras classes comportamentais? Ela facilitou a generalização por parte do cliente daquilo que controla o seu comportamento? Ela estimulou a emissão de novos comportamentos que levam o cliente a melhor discriminar as contingências a que responde, e a controlar tais contingências? Ajudou o cliente no desenvolvimento do seu eu, aprimorando seu auto-conhecimento? Se as respostas forem afirmativas, a interpretação cumpriu o seu papel. Caso contrário, precisa ser reavaliada. O próprio cliente faz parte do processo da avaliação da interpretação. Se ele a rejeitar, a interpretação é, no mínimo, prematura, senão inadequada ou incorreta para aquele caso particular.

As propostas teóricas relatadas poderão ser melhor entendidas e avaliadas num contexto prático. Seguem-se alguns sonhos como ilustração de como o modelo de análise pode ser aplicado na situação clínica.

O modelo de apresentação que adotamos decorre do posicionamento técnico apresentado e segue o procedimento adotado na terapia.

Assim:

1-CLIENTE:

Sob este título cabem todas as informações que o terapeuta coletou sobre o cliente, tudo que ele "sabe" a seu respeito. Inclui os dados relatados, observados diretamente e as sistematizações que o terapeuta fez de todas essas informações. É este corpo de conhecimentos que sintetizam os dados de história de vida, as contingências a que o cliente respondeu e seu contexto atual, sem os quais a análise do sonho é impossível. No presente texto foi apresentado um resumo dos itens essenciais do cliente para compreensão do caso. O terapeuta, é claro, usou nas suas intervenções todas as informações disponíveis.

2- SONHO:

Conforme relatado pelo cliente. O terapeuta após a narrativa do sonho, se necessário pode fazer questões de esclarecimento sem apresentar suas interpretações. O cliente é estimulado a escrever seu sonho.

3- INTERPRETAÇÃO DADA PELO CLIENTE:

Solicita-se que o cliente dê sua interpretação do sonho, o que significou para ele e que emoções despertou. O objetivo da investigação é tentar captar como o cliente integra os dados do sonho com sua história de vida e seu contexto atual. Serve também para observar até que ponto a análise que o terapeuta vem fazendo através das sessões o influencia. Em suma, a interpretação dá uma medida da capacidade de auto-análise e grau de auto-conhecimento (consciência das contingências a que responde, em última análise) a que o cliente atingiu.

4- INTERPRETAÇÃO DADA PELO TERAPEUTA:

O terapeuta pode apresentar sua interpretação, isto é, como sistematiza e integra os dados oriundos do sonho com outros dados trazidos pelo cliente. Interpretação aqui significa integração de dados, busca de ordem e regularidade no comportamento do cliente. Além disso, o terapeuta busca dar SDs para o cliente compreender as contingências de reforçamento que estão possivelmente em operação. Também esta intervenção deve estar integrada com outras intervenções, mas de modo que o comportamento de analisar do terapeuta também seja sistemático, ordenando e regular. Finalmente, o terapeuta deve prover SDs para a ação do cliente, de modo que este possa testar a realidade, isto é, entrar em contato com as contingências de reforçamento de sua vida (o que serve de teste para verificar se as contingências referidas na análise tem a ver com as contingências reais). Desta forma, o cliente não fica exclusivamente sob controle de regras (análise do terapeuta), nem exclusivamente sob controle de contingências (sem consciência do controle a que responde). Integra regras (que descrevem possíveis contingências) com teste de contingências, o que produz auto-conhecimento e daí auto-governo. Eventualmente, o terapeuta pode não ter clareza do processo para fazer uma interpretação. Neste caso, aguarda-se mais dados ou o terapeuta e o cliente chegam a ela juntos através de influência recíproca.

RESULTADO:

Há resultados a curto prazo (por ex., o que ocorre na própria sessão) e a médio prazo. Uma análise adequada deve incluir previsão e controle do comportamento. Em última análise, são os resultados que comprovarão a utilidade e adequacidade de uma interpretação. A

questão que pode ser feita é: o que a interpretação produziu no cliente?, em que ele se modificou? Como a interpretação do sonho é uma dentre muitas variáveis manejadas no processo terapêutico típico de uma situação clínica, é impossível atribuir a ela uma exclusiva função de causalidade. Pode-se, porém, detectar "influências" que a análise do sonho tem sobre o comportamento do cliente. Num contexto clínico, essas prováveis relações de causalidade são muito úteis, embora lhes falte o status de causalidade científica comprovada.

Texto original: capítulo do livro: Bernard Rangé (org.) Psicoterapia comportamental e cognitiva de transtornos psiquiátricos