

## O “Aparelho Mental”<sup>\*</sup>

Skinner (1972) escreveu que uma contribuição importante de Freud foi reduzir “a esfera do acaso e do capricho em nossas considerações da conduta humana” (p.239). Em outras palavras, Freud foi um determinista e Skinner concordou com o valor de sua abordagem. Freud analisou muitos comportamentos que, anteriormente, eram considerados muito insignificantes para serem considerados ou muito complexos para serem explicados. Ele encontrou razões para comportamentos menores como lapsos de linguagem, erros na escrita e o esquecimento de nomes ou compromissos, tanto quanto comportamentos mais dramáticos como desmaios, pesadelos, perda do uso de um membro apesar da ausência de um problema físico e medos incontroláveis de animais inofensivos ou objetos. Ele considerou que explicações naturalistas são possíveis. Ele não desistia facilmente e sua posição se expressa em sua frase: “Bem, eu acho que não existe uma maneira de explicar isso; é apenas algo misterioso que acontece.”

Embora, elogiando a determinação de Freud por encontrar as causas de vários comportamentos, Skinner sugeriu que ele gastou tempo exagerado olhando para o lugar errado. Segundo Skinner, o esforço desperdiçado por Freud foi determinado pela sua construção de um “aparelho mental” para explicar o comportamento. Este aparelho foi composto basicamente pela bem conhecida triade: id, ego e superego. O *id* se refere às tendências humanas primitivas: instintos básicos mais impulsos e desejos irracionais. O *ego* é o aspecto realista da personalidade. Tenta satisfazer as exigências do id, ao mesmo tempo que atende às exigências da realidade e das normas morais do *superego*, que inclui a consciência. Freud, freqüentemente, se refere a estes sistemas internos quando explica comportamento. Os instintos do id podem resultar em comportamento impulsivo, os processos realista do ego podem resultar em comportamento racional e o superego pode causar comportamento moralista.

Não é completamente claro como Freud propõe que estes mecanismos internos da personalidade possam ser usados. Ele próprio variou o uso que fez deles. Em alguns de seus escritos parece que o id estaria relacionado com a herança genética humana, enquanto que o ego e o superego se referem àquilo que as pessoas aprendem, enquanto são socializadas. Em outros trabalhos, Freud se afasta deste uso, e o id, ego e superego assumem uma realidade própria, como se eles de fato existissem dentro da pessoa e determinassem comportamento. (Talvez, pudessem ser melhor considerados como conceitos que representam os maiores aspectos da personalidade humana como os vê Freud).

De acordo com Skinner, existe um perigo inerente em usar conceitos mentalistas para explicar comportamento. Eles tendem a se tornar *as* explicações em si mesmas. Na verdade, eles nunca podem ser as explicações reais, porque eles mesmos precisam ser explicados. (Skinner chama tais conceitos de “ficções explicativas”: eles parecem explicar comportamento, mas na realidade não explicam nada). Se se diz que os indivíduos fazem coisas por causa de desejos irracionais do id, idéias racionais do ego ou valores moralistas do superego, permanece a questão de como os desejos, idéias e valores se originam. Esta questão conduz a explicação de volta as influências ambientais (alguma experiência ou conjunto de experiências que a pessoa teve) ou a algum fator genético. Para Skinner, experiências ambientais de alguém e dotação genética são os determinantes que tem que ser levados em conta e conceitos mentalistas obstruem o caminho da busca desses fatores críticos. (Embora tenha incluído fatores genéticos como determinantes comportamentais, o próprio Skinner se concentrou no estudo dos fatores ambientais atuais porque eles são mais diretamente observáveis e mais facilmente alterados).

Skinner propôs que a falha de Freud para aderir ao determinismo ambiental e seu compromisso com um determinismo que mistura conceitos mentalistas com fatores ambientais, resultou num considerável prejuízo: embora Freud parecesse, às vezes, reconhecer os perigos de usar conceitos tais como id, ego e superego, optou por usá-los assim mesmo. Como resultado, sua procura e de seus seguidores pelos

<sup>\*</sup>Nye, R. D. (1992) *The Legacy of B. F. Skinner*. Brooks Cole Publishing Co., Belmont, California, cap. 5, pp.76 a 79.

*Texto traduzido por Hélio José Guilhardi e Patrícia B. P. de S. Queiroz.*

<sup>1</sup> *Nota dos tradutores:* compare com a frase de Skinner: “Os cientistas descobriram também o valor de ficar sem uma resposta até que uma satisfatória possa ser encontrada. É uma lição difícil. Requer considerável treino evitar conclusões prematuras, deixar de fazer afirmações onde as provas sejam insuficientes e de dar explicações que sejam puras invencionices”. (Skinner, B.F. (1967) *Ciência e Comportamento Humano*. Ed. Universidade de Brasília, p.16).

determinantes ambientais de comportamento foi seriamente mascarado. Skinner explicou isso comentando que o sistema explicativo freudiano envolve três passos: (1) um evento ambiental externo (alguma experiência) produz (2) um estado mental interno (como uma emoção, idéia ou conflito) que resulta em (3) algum comportamento observável. Por exemplo, determinados eventos ambientais traumáticos na primeira infância podem produzir conflitos internos duradouros que podem causar comportamentos neuróticos no adulto.

O que há de errado nessa cadeia causal de três elos? Skinner ilustrou o problema com um exemplo de punição do comportamento sexual infantil, que produz ansiedade ou culpa, que, então, supostamente causa comportamentos sexuais não usuais no adulto. Ele acreditava que o elo intermediário não é necessário e, além disso, causa confusão. Para ele, a explicação real para os comportamentos sexuais não usuais no adulto é o incidente punitivo, não a ansiedade ou culpa (elas também seriam causadas pela punição; elas próprias não são causas, mas efeitos). Através da introdução do elo intermediário de ansiedade ou culpa, a atenção tende a se desviar do evento ambiental significativo (punição).

Também, Skinner chamou a atenção que estados internos como ansiedade ou culpa tem a tendência a roubar todo o show. Não apenas prejudicam a investigação de eventos ambientais, mas eles obscurecem o estudo detalhado dos efeitos comportamentais desses eventos. Em outras palavras, ansiedade ou culpa se tornam tão centrais que a questão importante de exatamente o que a pessoa está fazendo (ou não) fica desprezada. Especialmente, em nosso exemplo, é importante saber precisamente quais são os comportamentos sexuais não usuais, com que frequência ocorrem e sob quais circunstâncias. Este tipo de informação clarifica o problema. Se ansiedade, culpa, ou algum outro estado interno se torna o centro da atenção, é fácil esquecer de observar os detalhes do comportamento problema.

Skinner se preocupa com nossa tendência de olhar para dentro na busca de respostas para nossos problemas comportamentais e ele acreditava que Freud contribuiu muito para essa tendência. Quantas vezes você ouviu alguém discutir ansiedades, medos, conflitos internos e assim por diante? Nós frequentemente usamos esses tipos de conceitos para explicar nossos próprios comportamentos, bem como os de outras pessoas. Mas, nós estamos mesmo explicando alguma coisa, ou estamos usando “ficções explicativas”? Não seria mais esclarecedor e útil focalizar os comportamentos específicos observáveis que indicam o que nós chamamos de ansiedade, medo ou conflito, ao invés de nos referirmos a algum estado interno vago e não observável? E mais, não seria benéfico considerar como o ambiente pode ser alterado para produzir mais comportamentos desejáveis? Skinner defendeu este processo de dois passos, ao invés do processo de três passos de Freud. Para Skinner, é essencial identificar as relações entre condições ambientais e comportamentos (as contingências de reforçamento). Ele acredita que Freud confundiu as coisas pela insistência em um aparelho mental intermediário.

Isto significa que Skinner ignorou nossos processos mentais e negou que nós sentimos, pensamos, temos dúvidas, sofremos de ansiedade e culpa e assim por diante? A resposta, como foi deixado claro antes, é “não”.

Ele reconheceu que experienciamos estes estados, mas ele não os vê como parte da cadeia causal. Eles são efeitos, não causas. As condições que sentimos e pensamos são controlados pelas condições ambientais, assim como os são comportamentos manifestos observáveis.

Skinner chamou a atenção para dois importantes problemas que aparecem se conceitos mentalistas são considerados como explicações de comportamento. Primeiro, como estados mentais podem ser observados? Eles não podem ser estudados objetivamente. Isto é uma séria questão no desenvolvimento de uma ciência de comportamento. Por certo, processos mentais podem ser inferidos daquilo que as pessoas dizem estar pensando ou sentindo, mas tais afirmações freqüentemente são inconsistentes e tem duvidosa precisão.

Skinner sugeriu que cientistas comportamentais deveriam olhar diretamente para as condições ambientais que afetam comportamento, ao invés de procurar causas na experiência interna dessas condições. De acordo com seu ponto de vista, pessoas reagem ao ambiente, não a seus estados internos. Processos internos existem, mas eles também são influenciados ambientalmente.

Segundo, como estados mentais podem ser alterados diretamente? Esta é uma importante pergunta para psicanalistas e outros terapeutas, uma vez que eles freqüentemente se concentram na mudança dos sentimentos, pensamentos, expectativas e outros estados internos de seus pacientes. (Por exemplo, Freud enfatizou a necessidade do desenvolvimento da qualidade interna de “um ego forte”.) No ponto de vista de Skinner, não existe mudar diretamente um estado interno. Se paciente desenvolve sentimentos melhores e pensamentos mais claros, é porque suas condições ambientais e comportamentos mudaram, independente do que o terapeuta ou o paciente acreditam ser a causa de sua melhora. Sessões de terapia por si mesmas

podem prover uma mudança ambiental e terapeutas podem sugerir coisas, adicionalmente, que pacientes podem fazer em suas vidas cotidianas para alterar suas situações (portanto, encorajando comportamento governado por regras). O raciocínio de Skinner sugere que estas mudanças, verdadeiramente, são os fatores que produzem resultados terapêuticos, mesmo que eles possam parecer de importância incidental ou secundária para o objetivo do terapeuta de trabalhar os sentimentos ou processos de pensamento do paciente.

Seguindo o conselho de Skinner, seria mais eficiente ir diretamente às condições ambientais e aos comportamentos, ao invés de complicar o processo terapêutico pela tentativa de lidar com os estados internos do paciente. “Cuide do ambiente e do comportamento da pessoa, e sua condição interna irá tomar conta de si mesma” é uma maneira de colocar o tema de Skinner. Quando usam técnicas baseadas nas idéias de Skinner, terapeutas comportamentais ajudam seus clientes a melhorar suas circunstâncias, comportamentos e conseqüências comportamentais (isto é, eles tentam mudar as “contingências de reforçamento”). Quando isso melhora, melhores sentimentos e pensamentos são também mais prováveis de ocorrer. Como um exemplo simples, receber reforçamento positivo (como aprovação do terapeuta ou outros) não apenas pode modelar e fortalecer comportamentos melhorados, mas também pode produzir “bons sentimentos”. Enquanto o cliente progride, mais e mais comportamentos eficazes se desenvolvem; estes

comportamentos e as conseqüências que eles produzem, ajudam a manter a “saúde mental e o estado emocional” do cliente.

As críticas que Skinner faz do uso dos conceitos mentalistas de Freud não pretendem negar completamente as realizações de Freud. Freud fez muitas observações interessantes que ligaram experiências infantis a comportamentos adultos e Skinner reconheceu a importância dessas observações. Também, ele reconheceu que pacientes algumas vezes melhoram durante a psicanálise e terapias relacionadas. Entretanto, ele sugeriu que, ao invés de serem explicados por noções psicanalíticas, esses sucessos são relacionados à alterações no ambiente e comportamento do paciente. Por exemplo, pela primeira vez o paciente pode estar numa situação na qual ele ou ela pode dizer qualquer coisa sem ser criticado ou julgado; medos suprimidos podem ser expressos e, eventualmente, extinguidos porque eles não produzem conseqüências negativas ou nem outras conseqüências no ambiente terapêutico protetor. O fato que o analista provê uma “audiência não punitiva” pode ser um fator ambiental crítico que determina a “cura” do paciente.

O ponto principal de Skinner foi que Freud teria sido mais eficiente tanto teorizando quanto fazendo terapia, e suas idéias teriam produzido menos confusão e desperdiçado menos esforço, se ele nunca tivesse usado conceitos mentalistas. Na opinião de Skinner, Freud deveria ter se fixado no estudo dos detalhes do comportamento (como, quando e onde ele ocorre) e das conseqüências desses comportamentos. (Na essência, Skinner estava dizendo que Freud deveria ter sido um behaviorista.)

