



## **O Mundo Dentro da Pele<sup>1 2</sup>** **B. F. Skinner**

Uma pequena parte do universo está contida dentro da pele de cada um de nós. Não há razão de ela dever ter uma condição física especial por estar situada dentro desses limites, e eventualmente haveremos de ter uma descrição completa dela, descrição que nos será fornecida pela Anatomia e pela Fisiologia. Todavia, no momento, não dispomos de uma descrição satisfatória e por isso parece ser mais importante que entremos em contato com ela de outras maneiras. Nós a sentimos e, num certo sentido, a observamos e seria loucura negligenciar tal fonte de informação só por ser a própria pessoa a única capaz de estabelecer contato com meu mundo interior. Não obstante, nosso comportamento, ao estabelecer esse contato, precisa ser examinado.

Respondemos ao nosso próprio corpo com três sistemas nervosos, dois dos quais estão particularmente relacionados com traços internos. O chamado sistema interoceptivo transmite a estimulação de órgãos como a bexiga e o aparelho digestivo, as glândulas e seus canais, e os vasos sanguíneos. É de fundamental importância para a economia interna do organismo. O chamado sistema proprioceptivo transmite a estimulação dos músculos, articulações e tendões do esqueleto e de outros órgãos envolvidos na manutenção da postura e na execução de movimentos. Usamos o verbo “sentir” para descrever nosso contato com esses dois tipos de estimulação. Um terceiro sistema nervoso, o exteroceptivo,

---

<sup>1</sup> Skinner, B. F. (1974) *Sobre o Behaviorismo*. Tradução: Maria da Penha Villalobos, Editora Cultrix – SP. Cap. 2, pp.23-32.

<sup>2</sup> *Texto selecionado por Hélio José Guilhardi para uso exclusivo do Instituto de Análise de Comportamento de Campinas.*

está basicamente envolvido no ver, ouvir, degustar, cheirar as coisas do mundo que nos cerca, mas desempenha também papel importante na observação de nosso próprio corpo.

### **Observando e descrevendo o mundo dentro da pele**

Os três sistemas nervosos provavelmente evoluíram até sua condição atual porque desempenhavam importantes funções biológicas, mas acabaram por desempenhar outra função com o surgimento do comportamento verbal. As pessoas faziam às vezes perguntas a outras pessoas cujas réplicas exigiam uma forma diferente de resposta ao corpo. Perguntas como “Você está com fome?”, “Tem dor de cabeça?”, “O que é que está fazendo?”, “O que pretende fazer amanhã?”, “O que foi que você fez ontem?” e “Por que está fazendo isso?” suscitam respostas que são úteis para a previsão e preparação daquilo que uma pessoa irá fazer e parecem proporcionar informação acerca de um mundo situado além do alcance de outras pessoas.

Seria de esperar que isso ocorresse porque uma pessoa tem contato tão íntimo com seu próprio corpo que deve ser capaz de descrever-lhe particularmente bem as condições e os processos: todavia, a própria intimidade que parece conferir um privilégio especial ao indivíduo torna difícil à comunidade ensiná-lo a fazer discriminações. A comunidade pode ensinar uma criança a nomear as cores de várias maneiras. Pode, por exemplo, mostrar-lhe objetos coloridos, pedir-lhe que responda com os nomes das cores, e elogiá-la ou corrigi-la quando suas respostas correspondem ou deixam de corresponder às cores dos objetos. Se a criança tem visão normal das cores, esperamos que aprenda a identificá-las corretamente. No entanto, a comunidade não pode seguir a mesma prática para ensiná-la a descrever os estados de seu próprio corpo porque não dispõe das informações necessárias para poder elogiá-la ou corrigi-la.

### **Relatando coisas sentidas**

Felizmente, não se segue daí que não possamos aprender a descrever alguns dos estados de nosso próprio corpo, de vez que a comunidade verbal pode, em certa medida, solucionar o problema da privacidade. Pode, por exemplo, ensinar respostas descritivas das condições internas usando condições públicas correlatas. Algo dessa maneira ocorre quando um professor que apenas vê os objetos ensina um cego, que os sente pelo tato, a

nomeá-los. O professor pode elogiá-lo ou corrigi-lo porque os estímulos tátil e visual são quase perfeitamente correlatos. A comunidade verbal adota uma prática bastante semelhante quando ensina a uma criança uma expressão como “Dói”. Quando a criança sofre um golpe ou corte forte, o golpe ou corte público pode ser correlacionado de maneira assaz fidedigna com os estímulos privados gerados por ele. A comunidade verbal usa a informação pública, mas a criança pode eventualmente dizer “Dói” quando responde apenas ao acontecimento privado. Ela aprendeu a descrever um estímulo privado com uma precisão que depende apenas do grau de concordância entre os acontecimentos públicos e privados.

A prática explica por que os termos que descrevem dores quase sempre lhes descrevem também as causas públicas. A palavra inglesa *pain* [dor] deriva do termo grego e do latino para punição. Uma dor aguda é a produzida por um objeto pontiagudo e uma dor surda é a provocada por um objeto rombo. As dores podem ser de arranco ou penetrantes; uma dor de cabeça pode latejar; e o adjetivo “excruciante” se relaciona com crucificação. Frequentemente perguntamos acerca de sentimento dizendo “Como é que você se sente?” e a resposta comumente se refere a uma condição pública, a qual produz amiúde um efeito privado semelhante. Assim, uma pessoa que teve um golpe de sorte pode dizer: “Sinto-me como se tivesse ganho um milhão de dólares”. Uma prática literária comum consiste em descrever os sentimentos relatando condições capazes de produzir sentimentos semelhantes. Keats contou o que sentiu quando leu pela primeira vez a tradução de Homero feita por Chapman, da seguinte maneira:

*Then felt I like some watcher of the skies  
When a new planet swims into his Ken;  
Or like stout Cortez, when with eagle eyes  
He star'd at the Pacific.*

Então eu me senti como alguém que, esquadrihando os céus, / Visse um novo planeta entrando em sua órbita; / Ou como o intrépido Cortez quando, com olhos de águia, / Contemplou o Pacífico.

A comunidade verbal pode também contornar as restrições impostas pela privacidade utilizando respostas colaterais aos estímulos que uma pessoa deve aprender a identificar ou descrever. Por exemplo, pode observar não apenas que a criança recebe uma pancada dolorosa, mas que se põe a chorar. Os estímulos privados que vêm a controlar a resposta “Dói”, então, não serão provavelmente descritos com termos descritivos, em primeira instância, de estímulos públicos. De modo semelhante, embora a comunidade possa ensinar uma criança a dizer “Estou com fome”, porque sabe que a criança não come há muito tempo, é muito mais provável que tire partido do comportamento colateral: observa que a criança responde prontamente ou come vorazmente quando lhe dão comida. A comunidade diz então à criança que ela está com fome; e a criança pode adquirir a expressão “Estou com fome” no tocante a estímulos privados colaterais aos quais a comunidade não tem acesso.

Os termos que se referem a estados emotivos ou motivadores freqüentemente mostram alguma conexão com as circunstâncias externas responsáveis por eles. Por exemplo, sentimo-nos tristes [*sdd*] no sentido original de fartos, saciados [*sated*], ou excitados [*excited*] no sentido de provocados, instigados, mas estas expressões talvez sejam apenas metáforas. Não nos sentimos tensos no sentido literal de estar sendo distendidos, ou deprimidos no sentido literal de vergados sob um peso. Podemos ter adquirido tais palavras em circunstâncias que não têm conexão alguma com comportamento ou sentimentos. Quase todos os termos que descrevem emoções e que fazem referência direta a condições estimuladoras foram originariamente metáforas.

Embora a comunidade verbal solucione o problema da privacidade dessa maneira e consiga ensinar uma pessoa a descrever muitos de seus estados orgânicos, as descrições nunca são totalmente precisas. O médico admite uma considerável amplitude da linguagem quando um paciente lhe descreve suas dores e achaques. A dificuldade não advém de o paciente não estar sendo estimulado de forma perfeitamente clara, mas tão-só de ele nunca ter estado exposto a condições de instrução e que aprendesse a descrever adequadamente os estímulos. Além do mais - e este é um ponto da maior importância, ao qual voltarei mais tarde - , as funções biológicas originais responsáveis pela evolução do sistema nervoso não produziram o sistema de que a comunidade verbal precisa. Como resultado disso, tendemos particularmente a suspeitar de relatos acerca da estimulação privada, especialmente quando

a descrição tem outras conseqüências - como, por exemplo, quando a pessoa finge de doente para faltar ao trabalho.

### **Relatando o comportamento**

*Comportamento atual.* A pergunta “O que é que você está fazendo?” pede uma informação que pode ser de veras pública, mas que, no momento, está fora do alcance de quem pergunta, o qual pode estar falando por telefone, por exemplo, ou no escuro, ou ainda, na virada da esquina. O vocabulário em que a resposta é dada pode ser adquirido quando o comportamento é visível a todos e a comunidade verbal, por conseguinte, não sofre limitações. As descrições podem limitar-se à topografia (“Estou agitando a mão”) ou podem incluir efeitos sobre o ambiente (“Estou bebendo um copo d’água” ou “Estou pregando um botão na camisa”). Os estímulos proprioceptivos são os dominantes quando uma pessoa descreve seu próprio comportamento no escuro, mas relacionam-se de perto com os estímulos públicos no ensino pela comunidade verbal. Perguntas desse tipo são feitas porque as respostas são importantes para a comunidade, mas, como veremos mais tarde, tornam-se também importantes para o próprio falante e de maneiras que tendem a manter-lhes a precisão.

*Comportamento provável.* “Você está inclinado a fazer o quê?” é uma pergunta metafórica para a qual uma resposta metafórica poderia ser “Eu me sinto inclinado a ir”. *Tender* a fazer algo é também uma metáfora que sugere estar-se sendo empurrado ou forçado. As respostas dependem presumivelmente de estimulação gerada por condições relacionadas com uma acentuada probabilidade de ação. Quando acontece algo engraçado numa ocasião solene, podemos dizer “Tive vontade de rir” ou “Eu queria rir” ou ainda “Mal pude conter o riso”. A estimulação assim descrita presumivelmente esteve presente em casos anteriores em que o riso ocorreu e se adquiriu um vocabulário apropriado.

*Comportamento perceptivo.* Pode-se perguntar a uma pessoa “Você vê aquilo?” ou menos vernaculamente “Está vendo aquilo?” e a resposta pode ser conferida pedindo-se o nome ou uma descrição daquilo que é visto.

*Comportamento passado.* Respostas a perguntas como “O que você fez ontem?” ou “A quem viu você?” podem usar um vocabulário adquirido em conexão com o comportamento atual. Uma pessoa fala a partir de um ponto especialmente vantajoso: ela

esteve necessariamente lá. Tais perguntas pouco diferem de outras como “O que aconteceu ontem?” (A questão de se é mais fácil descrever o comportamento de ontem se a pessoa também o descreveu ontem assume certa importância. Já se sugeriu, por exemplo, que não nos lembramos do que ocorreu na infância porque, na época, não éramos capazes de o descrever [“infante” já significou “incapaz de falar”]; todavia não descrevemos constantemente o comportamento em estamos empenhados, embora possamos descrevê-lo mais tarde. Não obstante, a rapidez com que esquecemos sonhos e pensamentos passageiros que não foram claramente “percebidos” sugere que uma descrição comum fluente é o melhor meio de nos assegurarmos de que o comportamento poderá ser descrito mais tarde.)

*Comportamento encoberto.* Uma pergunta muito mais fácil é “Em que é que você está pensando?”, onde “pensando” refere-se a um comportamento executado em escala tão pequena que não é visível aos outros. Ao descrever o comportamento encoberto, podemos estar descrevendo comportamento público em miniatura, mas é mais provável que estejamos descrevendo condições privadas relacionadas com comportamento público, mas não necessariamente geradas por ele. O comportamento verbal pode facilmente tornar-se encoberto quando não requer apoio ambiental. “Eu disse a mim mesmo...” é usado como sinônimo de “Eu pensei...”, mas não dizemos “Eu nadei a mim mesmo”.

O comportamento perceptivo encoberto é especialmente intrigante. Imaginar ou fantasiar, como meios de “ver” algo na ausência da coisa vista, é presumivelmente uma questão de fazer aquilo que se faria quando o que se vê está presente.

A comunidade verbal pode recorrer a uma ampliação instrumental, como a da atividade dos músculos, e assim, num certo sentido, tornar público o comportamento encoberto e encorajar uma volta ao nível ostensivo, como quando se pede a uma pessoa que “pense em voz alta” e ela não pode manter a precisão do comportamento encoberto. Todavia, não há problema no tocante a procedência do vocabulário. As palavras usadas para descrever o comportamento encoberto são palavras adquiridas por ocasião do comportamento público.

*Comportamento futuro.* Outra pergunta difícil é “O que é que você vai fazer?”. A resposta não é, evidentemente, uma descrição do próprio comportamento futuro. Pode ser um relato de energético comportamento encoberto a ser provavelmente emitido de público quando a ocasião surgir (“Quando eu o vir, lembrá-lo-ei de que me deve dez dólares”).

Pode ser uma previsão de comportamento baseada em condições usuais com que o comportamento está amiúde relacionado (“Quando as coisas são assim, eu geralmente desisto” ou “Estou com fome e vou procurar alguma coisa para comer”). Pode ser ainda o relato de uma farta probabilidade de assumir-se determinado comportamento.

Enunciados acerca do comportamento futuro freqüentemente envolvem a palavra “sinto”. Talvez “Sinto vontade de jogar cartas” possa ser traduzido por “Sinto-me como costumava sentir-me quando comecei a jogar cartas”. “O que é que você quer fazer?” pode referir-se ao futuro no sentido de perguntar acerca da probabilidade de comportamento.

Uma atitude (“Você realmente quer fazer o que está fazendo?” ou “Você realmente quer ir para a praia nas férias?”) pode ser parte da metáfora da inclinação ou tendência.

Em geral, a comunidade verbal pode verificar a precisão dos enunciados relativos a inclinações e tendências, pelo menos de forma estatística, observando o que acontece, e a precisão do controle mantido pelos estímulos privados é assim assegurada, em certa medida. Veremos que o comportamento autodescritivo também serve ao próprio indivíduo e, quando serve, tende a manter-se preciso.

*Traduções múltiplas.* As condições relevantes para o comportamento são relatadas de acordo com as circunstâncias em que foram adquiridas, e isto significa que uma expressão pode ser traduzida de várias maneiras. Consideremos a informação “Eu estou, estava ou estarei com fome”. “Estou com fome” pode ser equivalente a “Tenho tanta fome que chega a doer” e, se a comunidade verbal dispuser de algum meio de observar as contrações do estômago associadas com as dores, poderá ligar a resposta exclusivamente a esses estímulos. Pode também equivaler a “Estou comendo ativamente”. Uma pessoa que se observe a comer vorazmente pode dizer “Estou realmente com fome” ou, em retrospecto, “Eu estava com mais fome do que pensava”, rejeitando outros indícios como indignos de confiança. “Eu estou com fome” pode também ser equivalente a “Há muito tempo que não como nada”, embora a expressão seja mais comumente usada na descrição do comportamento futuro: “Se eu perder o jantar, ficarei com fome”. “Estou com fome” pode também equivaler a “Sinto vontade de comer” no sentido de “Eu me senti assim antes, quando comecei a comer”. Pode ser equivalente a “Estou dissimuladamente empenhado num comportamento semelhante ao de conseguir e consumir alimento” ou “Imagino que estou comendo” ou “Estou pensando em coisas que gosto de comer” ou “Eu estou

‘comendo para mim mesmo’’. Dizer “Estou com fome” pode relatar todas essas condições ou várias delas.

### **Identificando as causas do comportamento de alguém**

“O que é que você está fazendo?” é freqüentemente um pedido de maiores informações. A pergunta pode ser feita a alguém que esteja remexendo numa caixa de pequenos objetos e uma resposta característica poderia ser “Estou procurando meu velho canivete”. A palavra “remexendo” descreve um tipo particular de comportamento; além de uma topografia particular, implica uma razão. Uma pessoa que esteja “remexendo” está procurando alguma coisa, e a ação de remexer cessará quando tal coisa for encontrada. Uma pergunta diferente, “O que é que você está procurando?” restringe o campo e “Meu velho canivete” identifica o objeto procurado, cujo encontro determinará o fim do comportamento. Uma questão adicional “Por que é que você está procurando seu velho canivete?” poderia suscitar a resposta “Porque eu o quero”, a qual comumente significa mais do que “Porque preciso dele”.

Uma pergunta mais direta acerca de causas é: “Por que você está fazendo isso?” e a resposta é em geral uma descrição de sentimentos: “Porque estou com vontade”. Tal resposta é amiúde aceitável mas, se a comunidade verbal insistir em algo mais, poderá perguntar “Por que você está com vontade de fazer isso?” e a resposta será então uma referência a outros sentimentos ou (finalmente) a circunstâncias externas. Assim, em resposta a “Por que você está mudando sua cadeira de lugar?”, uma pessoa pode dizer “A luz estava fraca” ou “Para ter luz melhor para ler”.

Perguntas desse tipo nem sempre são corretamente respondidas, de vez que nem sempre sabemos por que agimos de determinada forma. Apesar da aparente intimidade do mundo dentro da pele, e apesar da vantagem de que a pessoa goza como observador de sua história pessoal, outra pessoa poderá saber melhor por que a primeira se comporta de determinada forma. O psicoterapeuta que tenta levar seu paciente a compreender-se está presumivelmente salientando relações causais de que este ainda não havia tomado consciência.

Quando não sabemos por que agimos, tendemos a inventar causas: “Eu o fiz; devo então ter pensado que ajudaria”. É possível que muitos mitos não sejam senão causas inventadas para o comportamento supersticioso, aparentemente sem causa.

As explicações do comportamento variam de acordo com os tipos das respostas aceitas pela comunidade verbal. Se um simples “Estou com vontade” for suficiente, nada mais surgirá. Freud exerceu grande influência na mudança dos tipos de respostas freqüentemente dadas à pergunta “Por que você está fazendo isso?”. Ele dava ênfase aos sentimentos, mas levava em conta a história pessoal. A análise experimental do comportamento vai diretamente às causas antecedentes que estão no ambiente.

### **O autoconhecimento**

Estive até agora salientando uma diferença existente entre sentimentos e relatos acerca daquilo que se sente. Podemos tomar o sentimento como simples resposta a estímulos, mas seu relato é o produto de contingências verbais especiais, organizadas por uma comunidade. Há uma diferença semelhante entre o comportamento e o relato do comportamento ou das suas causas. Ao organizar as condições em que uma pessoa descreve o mundo público ou privado onde vive, uma comunidade gera aquela forma muito especial de comportamento chamada conhecimento. Responder a um estômago vazio obtendo ou ingerindo comida é uma coisa; saber que se está com fome é outra. Caminhar sobre um terreno acidentado é uma coisa; saber que se está fazendo isso é outra coisa.

O autoconhecimento é de origem social. Só quando o mundo privado de uma pessoa se torna importante para as demais é que ele se torna importante para ela própria. Ele então ingressa no controle de comportamento chamado conhecimento. Mas o autoconhecimento tem um valor especial para o próprio indivíduo. Uma pessoa que se “tornou consciente de si mesma” por meio de perguntas que lhe foram feitas está em melhor posição de prever e controlar seu próprio comportamento.

Uma análise behaviorista não discute a utilidade prática dos relatos acerca do mundo interior, o qual é sentido e observado introspectivamente. Eles são pistas (1) para o comportamento passado e as condições que o afetaram, (2) para o comportamento atual e as condições que o afetam, e (3) para as condições relacionadas com o comportamento futuro. Contudo, o mundo privado dentro da pele não é claramente observado ou conhecido.

Mencionei já duas razões, às quais terei muitas oportunidades de voltar: ao ensinar o autoconhecimento (1) a comunidade verbal tem de haver-se com sistemas nervosos bastante primitivos, e (2) não pode solucionar completamente o problema da privacidade. Há um velho princípio segundo o qual nada é diferente enquanto não fizer diferença e, no que diz respeito aos acontecimentos do mundo dentro da pele, a comunidade verbal não foi capaz de tornar as coisas suficientemente diferentes. Daí resulta haver margem para a especulação, a qual tem mostrado, ao longo dos séculos, a mais extraordinária diversidade.

Diz-se que Platão descobriu a mente, mas seria mais acertado dizer que ele inventou uma versão dela. Muito antes de sua época, os gregos haviam construído um minucioso sistema explicativo, uma estranha mistura de Fisiologia e Metafísica. Não tardou muito para que surgisse o puro mentalismo, o qual acabou por dominar o pensamento ocidental durante mais de dois mil anos. Quase todas as versões sustentam que a mente é um espaço não-físico no qual os acontecimentos obedecem a leis não-físicas. A “consciência” que se diz à pessoa possuir tornou-se de tal forma um elemento componente do pensamento ocidental que “toda a gente sabe o que significa ser consciente” e o behaviorista que levanta o problema é considerado sorrateiro, como se estivesse recusando-se a admitir o testemunho de seus sentidos.

Mesmo aqueles que insistem na realidade da vida mental geralmente concordam em que pouco ou nenhum progresso foi feito desde os tempos de Platão. As teorias mentalistas estão sujeitas a mudanças da moda e, como na história da arquitetura ou do vestuário, basta esperar tempo suficiente para ver ressurgir uma concepção pregressa. Tivemos revivescências aristotélicas e diz-se que agora estamos voltando a Platão. A Psicologia moderna pode sustentar que foi muito além de Platão no que diz respeito ao controle dos ambientes de que as pessoas se dizem conscientes, mas ela não lhes melhorou muito o acesso à própria consciência porque não foi capaz de aperfeiçoar as contingências verbais em que os sentimentos e os estados mentais são descritos e conhecidos. Basta olhar meia dúzia de teorias mentalistas atuais para ver quanta variedade é ainda possível.

O behaviorismo, por outro lado, avançou. Aproveitando-se dos recentes progressos da análise experimental do comportamento, examinou ela mais de perto as condições em que as pessoas respondem ao mundo no interior de suas peles, e pode agora analisar, um

por um, os termos-chaves do arsenal mentalista. O que se segue é oferecido como um exemplo.