

Princípios da Análise do Comportamento (ABA)

A Análise do Comportamento Aplicada (ABA) é comprovadamente eficaz para construir repertórios socialmente relevantes e reduzir comportamentos-problema em indivíduos com autismo e/ou desafios similares. E por isso, se tornou muito popular na área do autismo, sendo inclusive a abordagem indicada pela Organização Mundial de Saúde para a intervenção com crianças com Transtorno do Espectro Autista. A Academia do Autismo é uma instituição séria e comprometida com a ciência e, portanto, tem na ABA a base do seu programa de intervenção, que consiste em avaliação individualizada, bom vínculo construído com o paciente(cliente), planejamento, aplicação de estratégias para estimular habilidades e diminuir comportamentos indesejáveis e coleta de dados para estudo.

Mas você sabe o que é a Análise do Comportamento Aplicada?

A Análise do Comportamento é a ciência que estuda as variáveis que afetam os comportamentos e a terapia ABA (Applied behavior analysis) é a aplicação dos princípios da Análise do Comportamento na resolução de problemas. A ABA não é, portanto, um método e nem se aplica somente ao Transtorno do Espectro Autista.

Skinner é considerado o pai da análise do Comportamento (Sugiro ler “Ciência e Comportamento Humano” e “Sobre o Behaviorismo”), mas foi Lovaas, na década de 1980, que conduziu estudos na área do autismo e comprovou a eficácia da ciência para este público.

Os principais conceitos da Análise do Comportamento são:

Comportamento: Relação do organismo (resposta) com o contexto (antecedentes e consequências). Pode ser uma ação, uma omissão, um pensamento, um sentimento...

Antecedente: O que ocorre antes e aumenta ou diminui as chances de um comportamento ocorrer.

Consequência: O que ocorre após o comportamento e aumenta ou diminui as chances de um comportamento ocorrer novamente no futuro.



Dentre as consequências que influenciam o comportamento, temos:

Reforço: Aumenta as chances de um comportamento ocorrer de novo. O reforço pode ser social (elogio), comestível (chocolate), sensorial (sentir o vento ao correr) ou tangível (brinquedo). O reforço é sempre individual (o que reforça uma pessoa pode não reforçar outra) e varia conforme o contexto (se estou privado de comida, esta tem um peso maior como reforçador).

Além disso, o reforço pode ser positivo (+) ou negativo (-). Este conceito nada tem a ver com bom ou ruim e sim com o acréscimo ou retirada de algo do contexto. Se eu acrescento algo que a criança gosta após determinado comportamento e isto aumenta as chances dela se comportar daquela forma, esta relação é chamada de reforço positivo. Já se eu retiro algo que estava aversivo para a criança, e este alívio aumenta as chances de o comportamento ocorrer novamente, chamamos de reforço negativo.

A importância do reforço está em garantir a repetição de determinadas respostas e é a relação mais usada na terapia comportamental. Esta visa uma aprendizagem mais leve e agradável e por isso evita o uso de punições.

Punição: Diminui a ocorrência de um comportamento. Não é necessariamente ruim (punição não significa castigo, recriminação, violência). O olhar do professor para os alunos que estão conversando é um exemplo de punição pois faz com que o comportamento de conversar reduza.

A punição também pode ser positiva ou negativa (da mesma forma que o reforço). Quando retiramos algum reforço da pessoa, chamamos de punição negativa. Quando acrescentamos algo aversivo no contexto e isso diminui a resposta, chamamos de punição positiva.

A outra relação estudada é a extinção. Retirada do reforço que mantém a resposta. Por exemplo, se falta energia em casa, as chances de eu apertar o botão de ligar da TV vai reduzir e cessar, pois a relação que mantém esse comportamento foi quebrada. A extinção deve ser usada com cuidado e sob a orientação profissional pois tem como efeitos a variação comportamental, o aumento da resposta inadequada (inicialmente) e respostas emocionais.



Inverdades sobre a Análise do Comportamento

A terapia ABA vem mostrando excelentes resultados no desenvolvimento de crianças com Transtorno do Espectro Autista e vem sendo a primeira opção de tratamento em diversos países. Apesar disso, ou por causa disso, sofre diversas críticas. Acusam-na de ser fria, anti-ética, robotizadora, controladora, simplista, reducionista, desumana e cruel. Ouço tais analogias desde o primeiro semestre da faculdade de Psicologia e sabem porque escolhi essa ciência para aplicar nos meus filhos? Pois todas essas críticas são inverdades! E de onde isso saiu? Como começou tal confusão?

Com a palavra, Skinner (SKINNER, B. F. Sobre o Behaviorismo. São Paulo: Cultrix, 1974. pág. 7-11. Introdução). Ele é considerado o pai da Análise do comportamento e sua filosofia, o behaviorismo (Posteriormente, Lovaas aplicou os princípios Skinnerianos em crianças com TEA).



B.F. SKINNER

“O Behaviorismo não é a ciência do comportamento humano, mas, sim, a filosofia dessa ciência. Algumas das questões que ele propõe são: É possível tal ciência? Pode ela explicar cada aspecto do comportamento humano? Que métodos pode empregar? São suas leis tão válidas quanto as da Física e da Biologia? Proporcionará ela uma tecnologia e, em caso positivo, que papel desempenhará nos assuntos humanos? São particularmente importantes suas relações com as formas anteriores de tratamento do mesmo assunto. O comportamento humano é o traço mais familiar do mundo em que as pessoas vivem, e deve ter dito mais sobre ele do que sobre qualquer outra coisa. E de tudo o que foi dito, o que vale a pena ser conservado? Algumas dessas questões serão eventualmente respondidas pelo êxito ou pelo malogro das iniciativas científica e tecnológica, mas colocam-se alguns problemas atuais, os quais exigem que respostas provisórias sejam dadas de imediato. Muitas pessoas inteligentes acreditam que as respostas já foram encontradas e que nenhuma delas é promissora. Eis, como exemplo, algumas das coisas



comumente ditas sobre o Behaviorismo ou a ciência do comportamento. Creio que são todas falsas.

- 1. O Behaviorismo ignora a consciência, os sentimentos e os estados mentais.*
- 2. Negligencia os dons inatos e argumenta que todo comportamento é adquirido durante a vida do indivíduo.*
- 3. Apresenta o comportamento simplesmente como um conjunto de respostas a estímulos, descrevendo a pessoa como um autômato, um robô, um fantoche ou uma máquina.*
- 4. Não tenta explicar os processos cognitivos.*
- 5. Não considera as intenções ou os propósitos.*
- 6. Não consegue explicar as realizações criativas – na Arte, por exemplo, ou na Música, na Literatura, na Ciência ou na Matemática.*
- 7. Não atribui qualquer papel ao eu ou à consciência do eu.*
- 8. É necessariamente superficial e não consegue lidar com as profundezas da mente ou da personalidade.*
- 9. Limita-se à previsão e ao controle do comportamento e não apreende o ser, ou a natureza essencial do homem.*
- 10. Trabalha com animais, particularmente com ratos brancos, mas não com pessoas, e sua visão do comportamento humano atém-se, por isso, àqueles traços que os seres humanos e os animais têm em comum.*
- 11. Seus resultados, obtidos nas condições controladas de um laboratório, não podem ser reproduzidos na vida diária, e aquilo que ele tem a dizer acerca do comportamento humano no mundo mais amplo torna-se, por isso, uma metaciência não-comprovada.*
- 12. Ele é supersimplista e ingênuo e seus fatos são ou triviais ou já bem conhecidos.*
- 13. Cultua os métodos da Ciência mas não é científico; limita-se a emular as Ciências.*
- 14. Suas realizações tecnológicas poderiam ter sido obtidas pelo uso do senso comum.*
- 15. Se suas alegações são válidas, devem aplicar-se ao próprio cientista behaviorista e, assim sendo, este diz apenas aquilo que foi condicionado a dizer e que não pode ser verdadeiro.*
- 16. Desumaniza o homem; é redutor e destrói o homem enquanto homem.*
- 17. Só se interessa pelos princípios gerais e por isso negligencia a unicidade do individual.*



18. *É necessariamente antidemocrático porque a relação entre o experimentador e o sujeito é de manipulação e seus resultados podem, por essa razão, ser usados pelos ditadores e não pelos homens de boa vontade.*

19. *Encara as idéias abstratas, tais como moralidade ou justiça, como ficções.*

20. *É indiferente ao calor e à riqueza da vida humana, e é incompatível com a criação e o gozo da arte, da música, da literatura e com o amor ao próximo.*

Creio que estas afirmações representam uma extraordinária incompreensão do significado e das realizações de uma empresa científica. Como se pode explicar isso? A história dos primórdios do movimento talvez tenha causado confusão. O primeiro behaviorista explícito foi John B. Watson, que, em 1913, lançou uma espécie de manifesto chamado A Psicologia tal Como a Vê um Behaviorista. Como o título mostra, ele não estava propondo uma nova ciência mas afirmando que a Psicologia deveria ser redefinida como o estudo do comportamento. Isto pode ter sido um erro estratégico. A maioria dos psicólogos da época acreditava que seus estudos estavam voltados para os processos mentais num mundo mental consciente e, naturalmente, não se sentiam propensos a concordar com Watson. Os primeiros behavioristas gastaram muito tempo e confundiram um problema central importante ao atacar o estudo introspectivo da vida mental. O próprio Watson fez importantes observações acerca do comportamento instintivo e foi, na verdade, um dos primeiros etologistas no sentido moderno; impressionou-se muito, porém, com as novas provas, acerca daquilo que um organismo podia aprender a fazer, e fez algumas alegações exageradas, acerca do potencial de uma criança recém nascida. Ele próprio considerou-as exageradas, mas, desde então, tais alegações têm sido usadas para desacreditá-lo. Sua nova ciência nascera, por assim dizer, prematuramente. Dispunha-se de muito poucos fatos relativos ao comportamento – particularmente o comportamento humano. A escassez de fatos é sempre um problema para uma ciência nova, mas para o programa agressivo de Watson, num campo tão vasto quanto o do comportamento humano, era particularmente prejudicial. Fazia-se mister um suporte de fatos maior do que aquele que Watson foi capaz de encontrar e, por isso, não é de surpreender que muitas de suas declarações pareçam simplificadas e ingênuas. Entre os fatos de que dispunha, relativos ao comportamento, estavam os reflexos e os reflexos condicionados, e Watson explorou-os ao máximo. Todavia, o reflexo sugeria um tipo de causalidade mecânica que não era incompatível com a concepção que, o século XIX tinha de uma



máquina. A mesma impressão fora dada pelo trabalho do filósofo russo Pavlov, publicado mais ou menos na mesma época, e não foi corrigida pela psicologia do estímulo-resposta, surgida nas três ou quatro décadas seguintes. Watson naturalmente destacou os resultados mais passíveis de reprodução que pôde descobrir, e muitos deles foram obtidos com animais – os ratos brancos da *Psicologia animal* e os cães de Pavlov. Parecia estar implícito que o comportamento humano não tinha características distintivas. E, para apoiar a sua afirmação de que a Psicologia era uma ciência, e para preencher o seu livro, ele fez empréstimos da anatomia e da fisiologia. Pavlov adotou a mesma linha ao insistir em que seus experimentos sobre o comportamento eram, na realidade, “uma investigação da atividade fisiológica do córtex cerebral”, embora nenhum dos dois pudesse apontar qualquer observação direta do sistema nervoso que esclarecesse o comportamento. Eles foram também forçados a fazer interpretações apressadas do comportamento complexo; Watson afirmando que o pensamento era apenas uma fala subvocal e Pavlov, que a linguagem não passava de “um segundo sistema de sinais”. Nada, ou quase nada, tinha Watson a dizer a respeito de intenções, propósitos ou criatividade. Ele acentuava a promessa tecnológica de uma ciência do comportamento, mas seus exemplos não eram incompatíveis com um controle manipulador.

Mais de sessenta anos se passaram desde que Watson publicou seu manifesto e muita coisa ocorreu nesse período. A análise científica do comportamento tem feito progressos dramáticos, e as deficiências da apresentação de Watson são agora, creio eu, principalmente de interesse histórico. Contudo, a crítica não mudou muito. Todas as incompreensões apontadas acima são encontráveis em publicações correntes, escritas por filósofos, teólogos, cientistas sociais, historiadores, homens e mulheres de letras, psicólogos e muitos outros. As extravagâncias da história anterior do movimento dificilmente bastarão para explicar tais incompreensões. Alguns problemas surgem, sem dúvida, do fato de ser o comportamento humano um campo delicado. Há muita coisa em jogo no modo por que nos vemos a nós mesmos e uma formulação behaviorista certamente exige mudanças perturbadoras. Além disso, termos originários de formulações anteriores estão hoje incorporados à nossa linguagem, sendo que, durante séculos, tiveram um lugar tanto na literatura técnica quanto na literatura leiga. Todavia, seria injusto afirmar que o crítico não foi capaz de libertar-se desses preconceitos históricos. Deve haver alguma outra razão que explique por que o behaviorismo, como a filosofia de uma ciência do comportamento, é ainda



tão mal compreendido. Creio que a explicação disso reside no fato de que a Ciência é, em si mesma, mal compreendida.

Há muitos tipos de ciência do comportamento, e algumas, como mostrarei mais tarde, apresentam seu campo de estudos de maneira a não suscitar importantes questões relativas ao comportamento. As críticas acima apontadas são respondidas de forma deveras eficaz por uma disciplina especial que recebeu o nome de análise experimental do comportamento. O comportamento de organismos individuais é estudado em ambientes cuidadosamente controlados, sendo a relação entre comportamento e ambiente então formuladas, infelizmente, fora do grupo dos especialistas, muito pouco se conhece acerca dessa análise. Seus investigadores mais ativos, e há centenas deles, raramente fazem qualquer esforço para explicar seus resultados àqueles que não são especialistas. Em consequência disso, poucas pessoas estão familiarizadas com os fundamentos científicos do que, a meu ver, é a mais convincente exposição do ponto de vista behaviorista. O behaviorismo que apresento neste livro é a filosofia dessa versão especial de uma ciência do comportamento. O leitor deve saber que nem todos os behavioristas concordam com tudo quanto digo. Watson falou pelo “behaviorista” e em seu tempo ele era o behaviorista mas ninguém pode assumir esse papel hoje em dia. O que se segue é, admito – e, como um behaviorista, devo dizer necessariamente –, um ponto de vista pessoal. Creio, todavia, que se trata de uma descrição consistente e coerente, a qual responde de modo satisfatório às críticas acima citadas. Acredito também em sua importância.

Os maiores problemas enfrentados hoje pelo mundo só poderão ser resolvidos se melhorarmos nossa compreensão do comportamento humano. As concepções tradicionais têm estado em cena há séculos e creio ser justo dizer que se revelaram inadequadas. São, em grande parte, responsáveis pela situação em que nos encontramos hoje. O behaviorismo oferece uma alternativa promissora e eu escrevi este livro como um esforço para tornar clara tal posição.”

*Burrhus Frederic Skinner (Susquehanna, Pensilvânia, 20 de março de 1904 — Cambridge, 18 de agosto de 1990) foi um autor e psicólogo norte-americano. Conduziu trabalhos pioneiros em psicologia experimental e foi o proponente do behaviorismo radical, abordagem que busca entender o comportamento em função das inter-relações entre a filogenética, o ambiente (cultura) e a história de vida do suposto indivíduo. A base do trabalho de Skinner refere-se a compreensão do



comportamento humano através do comportamento operante (Skinner dizia que o seu interesse era em compreender o comportamento humano e não o manipular).

