

## CONSEGUI!

HÉLIO JOSÉ GUILHARDI<sup>1</sup>

Instituto de Terapia por Contingências de Reforçamento

Campinas - SP

O pai incentivava Marquinho na bicicleta:

— *Vamos vencer aquela subida!*

— *Não olhe para ela. Baixe os olhos; olhe para o asfalto. Quando a gente vê uma subida à distância, ela parece mais forte do que de fato é.*

— *Muito bem, você está pedalando firme... Vai chegar lá!*

Quando completou a subida, Marquinho exclamou com ênfase total:

— *Consegui!*

Todas aquelas frases do pai foram – a meu ver – menos importantes que o grito de triunfo do filho. Ao dizer “Consegui!”, ele, provavelmente, se referiu ao reforço natural produzido pelo comportamento de pedalar. Fica difícil definir se reforço positivo ou negativo (esta distinção sempre gera discussão...). “Consegui” seria uma alusão a que estaria findo o tremendo esforço físico – que pode ser avaliado como uma forma de sofrimento – e, como tal, os sinais proprioceptivos vindos do corpo se alterariam, substituídos por sensações de alívio? (O alívio pode ser confundido com prazer.) Neste caso, estaríamos falando em reforçamento negativo.

Outra possibilidade é estar se safando de possíveis críticas do pai (“Você tem que ter mais determinação”) ou de exercícios mais árduos (“Você precisa treinar mais”) ou até mesmo da decepção que poderia causar (“Desta vez não deu. Não há problema...” – claro que há!). Também aqui seria mais apropriado falar em reforçamento negativo.

Quanto ao reforçamento positivo, o que se pode dizer? Uma possibilidade é considerar que o elogio do pai (“Você já é um ciclista!”; “Venceu mais uma!”) tenha função reforçadora positiva – mesmo sendo um evento arbitrário – para Marquinho. Outra alternativa: vencer desafios tornou-se um reforçador condicionado para Marquinho como resultado de sua história de contingências de reforçamento. E a

---

<sup>1</sup> Março/2011. Texto redigido para a seção COTIDIANO do site [www.terapiaporcontingencias.com.br](http://www.terapiaporcontingencias.com.br)

atividade física, num ambiente natural, não terá ela própria uma função reforçadora positiva? A ativação geral do organismo e os produtos fisiológicos que dela decorrem não farão parte das sensações reforçadoras positivas selecionadas na espécie?

A partir do momento em que passamos a considerar tais possibilidades, constatamos quão complexo é discernir o que ocorre numa situação natural. Qualquer comportamento, mesmo aqueles que parecem simples, é determinado por complexa teia de contingências de reforçamento que se influenciam reciprocamente. Não desanime, portanto! Complexidade não significa indeterminação, nem caos.

Perguntar para Marquinho o que sentiu e como se sentiu pode ser de pequena valia. Provavelmente dirá que ficou feliz por ter conseguido vencer a subida; que o pai foi muito legal por tê-lo levado para andar de bicicleta e incentivado seu esforço; que se sentiu desafiado; que quase desistiu no final da subida, com dores musculares e falta de ar. O fato de ser ele o sujeito que se comporta não o coloca em posição privilegiada para detectar sob que controles está atuando. O conhecimento sobre si mesmo é produto da intervenção de uma comunidade verbal, particularmente treinada para instalar o comportamento de se autoconhecer. Somos membros de tal comunidade e ainda sabemos pouco, essa é a verdade!

Concluo valorizando o pai. Os comportamentos dele produziram uma operação motivacional, incluíram SDs, reforços condicionados generalizados, estímulos pré-aversivos... Tiveram, assim, um valor inegável: criaram condições para Marquinho se comportar e produzir reforços naturais. “Consegui!” foi um grito de vitória!