

Copyright desta edição:  
ESETec Editores Associados, Santo André, 2005  
Todos os direitos reservados

Guilhadi, Hélio José et al.

Primeiros Passos em Análise do Comportamento e Cognição – Volume III – Org. Hélio Guilhardi, Noreen Campbell de Aguirre 1ª ed. Santo André, SP: ESETec Editores Associados, 2005.

124 p. 21cm

1. Psicoterapia
2. Terapla Cognitiva
3. Terapla Comportamental

**ESETec Editores Associados**

Solicitação de exemplares: [eset@uol.com.br](mailto:eset@uol.com.br)  
Rua Santo Hilário, 36 – Vila Bastos – Santo André – SP  
CEP 09040-400  
Tel. (11) 4990-5683  
Tel/fax: (11) 4438-6866  
[www.esetec.com.br](http://www.esetec.com.br)

## Sumário

APRESENTAÇÃO.....	7
QUEBRANDO RESISTÊNCIA: UM GUIA PARA O LEITOR INICIANTE DO LIVRO “O COMPORTAMENTO VERBAL” ..... <i>Elizeu Borloti</i>	9
COOPERAÇÃO E COMPETIÇÃO: UMA ANÁLISE EXPERIMENTAL?..... <i>Ana Karina Curado R. de Farias, Vivian de Paula Figueiredo</i>	23
A SUBJETIVIDADE NO BEHAVIORISMO RADICAL..... <i>Maria Virgínia de Carvalho</i>	31
O QUE É TRANSTORNO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE?..... <i>Michela Rodrigues Ribeiro</i>	43
ESTUDAR O COMPORTAMENTO ANIMAL PARA QUÊ?..... <i>Érik Luca de Mello</i>	49
A IMPORTÂNCIA DAS TAREFAS DE CASA COMO PROCEDIMENTO PARA A GENERALIZAÇÃO E VALIDAÇÃO DO TREINAMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS.. <i>Almir Del Prette e Zilda Aparecida Pereira Del Prette</i>	59

PRINTY COPY MASTER

PROF. Zilda

DISC. Habilidades

Nº: 6

UFSCar ÁREA JUL 9/15-0203

www.borealforest.org  
www.brookfieldzoo.org  
www.butterfly-insect.org  
www.cheetah.org/  
www.congogorillaforest.com  
www.durrellwildlife.org  
www.lazoo.org  
www.panda.org  
www.sandiegozoo.org/zoo  
www.tapirback.com  
www.zootopia.com.au  
www.ucmp.berkeley.edu  
www.wcs.org  
www.whaleshark.org  
  
www.zoo.gov.tw  
www.zoo.nsw.gov.au  
www.zoo.org

## A importância das tarefas de casa como procedimento para a generalização e validação do treinamento de habilidades sociais

*Almir Del Prette e Zilda A. P. Del Prette<sup>1</sup>*

*Universidade Federal de São Carlos*

### RESUMO

A questão da generalização dos efeitos de um processo terapêutico e, em particular, do Treinamento de Habilidades Sociais, para outros ambientes constitui um ponto fundamental e indispensável no campo da Terapia Comportamental Cognitiva e tem sido referido, ainda, como um desafio a profissionais e pesquisadores da área. Entre várias alternativas propostas como procedimento de generalização, pode-se destacar a atribuição de tarefas de casa, previamente planejada. No entanto, enquanto procedimento de generalização a tarefa de casa não tem sido examinada quanto à sua organização, compreensão de sua estrutura instrucional, seqüência de apresentação e possíveis recursos adicionais. Além desses aspectos este texto discute algumas questões relacionadas ao controle de estímulo e a sobreposição discriminação/generalização no desempenho social. Estas questões estão associadas aos conceitos de demandas do ambiente e de validade social que situam a importância das tarefas de casa também na perspectiva da eficiência e da eficácia de intervenções.

**Palavras-Chave:** Treinamento de Habilidades Sociais, Tarefas de Casa, Procedimentos de Generalização dos efeitos da intervenção, Validade Social

Os comportamentos que emitimos em relação às outras pessoas são chamados de sociais e podem ser divididos em dois grandes grupos: os anti-sociais, e os pró-sociais. Os pró-sociais, embora façam parte de uma área específica de investigação confundem-se com o que denominamos de habilidades sociais. O interesse crescente que esta área desperta vem ampliando o quadro de classes de habilidades a ponto de Cox e Schopler (1995, p. 918) afirmarem que "é difícil separar quais aspectos das interações humanas não devem ser

<sup>1</sup> Professores da Universidade Federal de São Carlos (www.rihs.ufscar.br\_zdprette@power.ufscar.br; adprette@ufscar.br).

categorizados como habilidades sociais". A análise da literatura em curso (Gresham, 1986; Kazdin & Weisz, 2003; Merrell, 2001) mostra uma certa tendência à subdivisão em categorias amplas como anti-sociais e habilidades sociais, incluindo na primeira, agressividade, comportamentos opositivos, birra, hostilidade, impulsividade e na segunda, habilidades de comunicação (Cox & Schopler, 1995) fazer amizade, empatia (Merrell, 2001), resolução de problemas interpessoais (Dodge, 1986) e assertividade (Del Prette & Del Prette, 1999, 2001).

O atual avanço metodológico parece ter superado grande parte das dificuldades de se conhecer o comportamento social humano. No entanto, não é bem assim, em especial quanto às denominações que definem áreas de investigações, abordagens teóricas e dimensões de classes de comportamentos. Sobreposições de categorizações, que deveriam identificar áreas de conhecimento põem em evidência uma certa falta de consenso da comunidade científica. Há, entretanto, um ponto em comum, o de se estudar o desenvolvimento humano, de forma contextualizada.

A aceitação dessa premissa não é recente. Um rápido olhar para o passado permite verificar que o estudo do comportamento social na Psicologia teve precursores notáveis, como Charles Darwin (*The origin of Species*, 1859), que aperfeiçoou um método de observação natural, com base na tradição investigativa da Zoologia, Botânica e Biologia, fortalecendo a tese de que não basta estudar o homem desconsiderando o seu ambiente. Os pesquisadores da época precisavam adquirir grande capacidade de observar e descrever os objetos que estudavam e Darwin valia-se, igualmente, de desenhistas para os quais relatava as mudanças que observava nos organismos. As ilustrações facilitavam, posteriormente, as classificações e tipologias dos comportamentos observados.

A premissa de estudar o homem em seu ambiente tornou-se um princípio na Psicologia, em especial no behaviorismo. Na verdade, as investigações realizadas sob a tradição skinneriana sempre consideraram o organismo em sua relação com o meio. Esse enfoque empírico possibilitou notável ampliação dos conhecimentos sobre o comportamento dos organismos e as propriedades dos estímulos do ambiente.

Sabe-se que tanto as características dos objetos (cores, sons, odores, sabores, texturas) quanto das pessoas (o que elas fazem ou deixam de fazer) têm controle sobre nosso comportamento. Quando obtemos conseqüências reforçadoras diante de certos estímulos, nossos comportamentos (o que fazemos e como fazemos) são controlados por esses estímulos e não por outros. Isso explica porque nos comportamos de maneira diferente diante de pessoas diferentes. Acenamos sorrindo a um colega, cumprimentamos formalmente o pai da namorada, damos um beijo em nossa mãe e assim por diante. Conforme Catania (1975), em um treino de discriminação, o comportamento deve estar sob o controle de um estímulo particular. Isso é facilmente obtido e demonstrado em uma condição experimental

de laboratório, porém, não é tão óbvio no cotidiano das pessoas, onde os estímulos se sobrepõem e a variabilidade do comportamento é intensa.

Relendo os clássicos, por exemplo, Skinner (1970) e Staats e Staats (1973), lembramos que um estímulo pode ter seu valor reforçador generalizado para outros estímulos que são similares. Em outras palavras, alguns estímulos têm propriedades semelhantes, favorecendo que comportamentos aprendidos diante de um também ocorram diante de outros. O lado bom dessa história é que não precisamos estar sempre aprendendo novas respostas diante de estímulos semelhantes. O lado não muito bom é que algumas vezes generalizamos quando devíamos discriminar, ou seja, respondemos a propriedades de um estímulo que são semelhantes àquelas sob as quais aprendemos determinado comportamento, mas que não são as que deveriam controlar esse comportamento. Isso explica os casos em que, após abraçar calorosamente uma pessoa, temos que justificar, envergonhados, que a confundimos com um amigo.

## O TREINAMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS

Basicamente, em um programa de Treinamento de Habilidades Sociais, o terapeuta busca alcançar os objetivos de sua clientela, em termos de melhora e adequação do seu repertório de desempenho social. Como acontece com outros métodos de orientação comportamental, a atuação do terapeuta ocorre sobre os antecedentes e demandas sociais para a ocorrência de certas habilidades (entendendo-se demandas como os diferentes aspectos ou propriedades da situação-estímulo, aí incluindo-se o contexto e características do interlocutor) e os conseqüentes (liberação ou suspensão de prováveis reforçadores), tendo em vista alterações no nível operante até o alvo terminal. A essa relação entre antecedentes, comportamento e conseqüentes dá-se o nome de contingência triplíce ou triplíce relação de contingência.

A questão do controle de estímulo, aqui, é de importância fundamental para a identificação das dificuldades do cliente. Algumas das queixas dos participantes em diversos programas de Treinamentos de Habilidades Sociais exemplificam os problemas relacionados às deficiências de controle de estímulos:

- ✓ Ao invés de chamar a atenção da empregada eu descontei foi em meu marido;
- ✓ Meu namorado às vezes chega no horário combinado, mas eu faço a cara de sempre;
- ✓ Muitas vezes avalio positivamente minha resposta mas depois percebo que não era a melhor ocasião para apresentá-la;
- ✓ Quando eu peço gritando sou atendida imediatamente;
- ✓ Aí eu fiquei emburrada e todo mundo ficou me bajulando.

Quando as pessoas trazem queixas semelhantes a estas, simplesmente elas estão dizendo que seus comportamentos não estão sob o controle de estímulos antecedentes e conseqüentes apropriados. Evidentemente esses são experiências que ocorrem com todos nós, porém com uma freqüência que não interfere drasticamente com o nosso funcionamento social.

A identificação de problemas de controle de estímulos está associada à eficiência e eficácia de qualquer processo terapêutico ou educacional. A eficiência é aqui entendida como a consecução dos objetivos previamente definidos para a intervenção; a eficácia refere-se ao impacto da consecução desses objetivos sobre o funcionamento do indivíduo em seu ambiente natural. A validade social de uma intervenção implica em uma fina sintonia entre eficiência e eficácia. Em outras palavras, a seleção dos objetivos de uma intervenção deve contemplar necessidades relevantes para o indivíduo e a consecução desses objetivos deve fazer diferença significativa em seu funcionamento social.

Portanto, para ser considerada eficiente qualquer intervenção deve atender pelo menos três critérios: a) os novos desempenhos devem ser significativos no ambiente natural do cliente; b) as aquisições realizadas no ambiente terapêutico devem se generalizar para outros contextos de vida; c) as aquisições devem perdurar no tempo. Esses três aspectos fornecem a medida de sucesso do empreendimento terapêutico. Desses itens, o mais difícil de ser aferido é o terceiro. Nem sempre é possível obter dados de acompanhamento ao longo do tempo. Adicionalmente, novas experiências de vida podem alterar algumas aquisições tanto para tornar a aprendizagem mais completa e funcional quanto para deteriorá-la. No caso de crianças, isso é mais dramático ainda, uma vez que as demandas do ambiente tornam-se mais exigentes e variadas em uma passagem de tempo não muito extensa.

Para que esses critérios sejam atendidos, é necessário que o terapeuta obtenha informações sobre as demandas do ambiente de seu cliente e que utilize essas informações para planejar os procedimentos de treinamento e de generalização dos efeitos desse treinamento para o ambiente natural. A Figura 1, a seguir, representa os principais eixos que devem nortear a atuação do terapeuta.

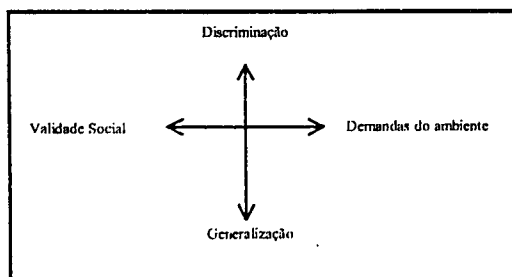


Figura 1. Principais eixos da eficiência e eficácia de um processo de intervenção.

## GENERALIZAÇÃO

No caso específico do Treinamento de Habilidades Sociais, o eixo horizontal representa a investigação das variáveis do ambiente e das demandas para desempenhos sociais específicos que devem nortear os objetivos do atendimento, conferindo validade

social ao processo. O eixo vertical deve ser entendido em termos da complementaridade necessária entre generalização e discriminação para um desempenho socialmente competente e é também um dos indicadores da eficácia da intervenção.

## O QUE É GENERALIZAR EFEITOS DA INTERVENÇÃO

Tudo o que o terapeuta deseja é que seu cliente apresente, nos vários contextos de vida, as habilidades que aprendeu no setting de atendimento, ou seja, que ele se comporte de forma semelhante nesse novo ambiente, apesar de pequenas diferenças na situação estímulo (generalização). Por outro lado, que o indivíduo discrimine características da situação natural, diante das quais o desempenho das habilidades recém-adquiridas pode gerar conseqüências desejáveis ou indesejáveis (discriminação de conseqüências) e, nesse caso, tome a decisão de não emitir a habilidade recém-adquirida. Para isso, é importante que o terapeuta ensine o cliente a realizar escolhas e a apresentar comportamentos alternativos (por exemplo, a de buscar alterar o seu desempenho, criando demandas para interlocutor emitir outro tipo de comportamento e, com isso, alterar a qualidade da interação).

A generalização das habilidades aprendidas no contexto do treinamento para outros ambientes não dispensa a discriminação acurada das situações-estímulos onde tais aquisições podem ou não ser bem sucedidas. A Figura 2 ilustra esse aspecto para a classe de habilidades sociais denominada expressar sentimentos positivos (por exemplo, dizer "Eu gosto de você", "Sinto-me bem ao seu lado").

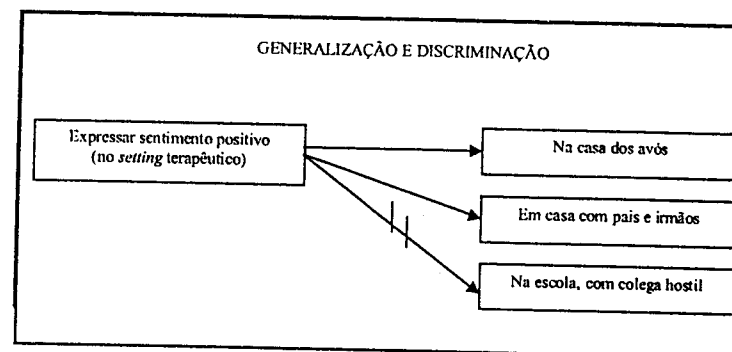


Figura 2. Generalização/discriminação das demandas para o desempenho da habilidade de expressar sentimento positivo.

A habilidade de expressar sentimentos, treinada na sessão terapêutica, generaliza-se para outros ambientes (a casa dos avós e a própria residência), mas não é emitida diante de um colega hostil da escola. O cliente identifica (discrimina) corretamente condições favoráveis ou não-favoráveis à emissão dessa habilidade, o que aumenta a probabilidade para sua manutenção no ambiente natural conforme as conseqüências e demandas.

## PLANEJAMENTO DA GENERALIZAÇÃO DOS EFEITOS DO PROGRAMA

Para que o processo de generalização ocorra, não basta desejá-lo. É necessário planejá-lo! A generalização precisa, então ser cuidadosamente planejada pelo terapeuta, o

que inclui a previsão de mecanismos para manter comunicação com o cliente e seu ambiente. O auto-relato de desempenho por parte do cliente (jovem ou adulto) deve, quando necessário, ser complementado por informações de outros significantes.

Nos programas de Treinamento de Habilidades Sociais em grupo, são vários os recursos que podem ser utilizados com objetivos de preparar e prover condições para a generalização. Entre esses recursos, a observação e o feedback entre os membros do grupo deveriam ser enfatizados no programa. Como os membros do grupo se encontram em outros ambientes e eles próprios provêm feedback entre si, pode-se solicitar que os colegas avaliem aqueles que alteraram seus desempenhos em diferentes situações e tragam essas informações para as sessões.

Outros procedimentos devem ser previstos em um planejamento de generalização, conforme destacamos em outro trabalho (Del Prette & Del Prette, 2005). Os mais importantes são: a) treinamento em habilidades de processo (observação, descrição, análise funcional do comportamento); b) promoção de habilidades significativas; c) esvanecimento gradual de reforçadores nas sessões; d) introdução, nas sessões de treinamento, de ensaio comportamental com participantes do grupo, atuando em diferentes papéis (colega de escola, mãe, pai, namorada, patrão) para interagir com o cliente; e) estabelecimento de tarefas de casa. Este capítulo enfatiza o procedimento de atribuição de tarefas de casa, tratado a seguir.

### TAREFAS DE CASA COMO PROCEDIMENTO DE GENERALIZAÇÃO

A atribuição de tarefa de casa é um procedimento comum nos atendimentos orientados pela abordagem comportamental-cognitiva. No Treinamento de Habilidades Sociais ela é utilizada como um dos recursos para verificar a generalização. Conforme explicitamos (Del Prette & Del Prette, 2005) ela pode, adicionalmente, com grupos de crianças e jovens se tornar um recurso motivacional quando os participantes a consideram em um sentido desafiante. Nesse caso, o relato das tentativas bem sucedidas ou mesmo aquelas que não alcançaram as conseqüências previstas são de grande interesse gerando discussão que envolve todos ou a maioria dos participantes do grupo.

Com base na avaliação dos recursos e déficits de cada participante e considerando-se os objetivos estabelecidos, o terapeuta compõe duas listas de tarefas. Uma, por nós denominada de genérica, refere-se a atividades comuns a todos os membros do grupo, organizadas em grau crescente de dificuldade. A outra, personalizada, consiste também em uma relação de atividades com indicações seletivas para participantes específicos.

Uma das dificuldades comuns à maioria dos alunos em treinamento na direção de programas de Habilidades Sociais é que, freqüentemente, os participantes deixam de fazer as tarefas. O relato dos clientes permite identificar as justificativas mais comuns que devem ser tomadas como um problema para o terapeuta. A solução encontrada está na utilização de procedimentos antecipatórios que podem resolver ou minimizar essa dificuldade. A Figura 3 ilustra as justificativas mais relatadas pelos participantes e alguns dos procedimentos que podem ser utilizados pelo terapeuta.

Procedimentos antecipatórios precisam ser cuidadosamente planejados. Por exemplo, ao invés de construir o enunciado no momento de designar a tarefa, o terapeuta pode organizar com antecedência uma lista de enunciados, redigidos em estrutura gramatical que lhe permita comunicar claramente o que espera que os participantes façam. Para

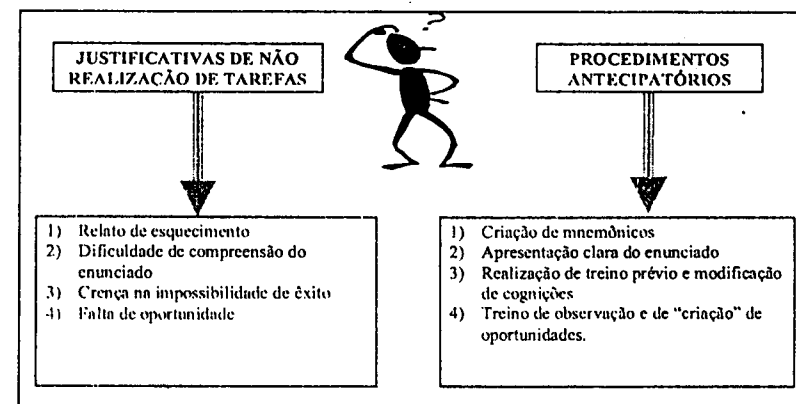


Figura 3. Justificativas para a não realização da tarefa de casa e procedimentos antecipatórios para ampliar a probabilidade de sua ocorrência.

ilustrar essa necessidade, o Quadro 1 apresenta duas listas de enunciados: a lista da esquerda contém enunciados (sem redação prévia), selecionados durante a observação de sessões de treinamento de alunos na condução de grupos e a da direita apresenta uma reelaboração dos mesmos, com o objetivo de torná-los mais compreensíveis.

ENUNCIADOS ORIGINAIS	ENUNCIADOS REELABORADOS
A sua tarefa é falar em uma situação nova.	Em um local que você está indo pela primeira vez cumprimente uma pessoa que lhe é desconhecida.
Sentindo-se à vontade em um ônibus procure sentar-se próximo de alguém.	Ao entrar em um ônibus localize um banco ocupado por uma única pessoa, peça licença e sente-se ao seu lado.
Escolha uma pessoa entre seus conhecidos alguém que seja muito habilidosa e procure imitar os comportamentos dele.	Dentre seus colegas, escolha aquele que lhe parece bastante habilidoso e observe como ele se comporta em relação a algumas meninas.
Você deve modificar um padrão verbal ou não-verbal.	Identifique e altere um padrão não-verbal ou verbal. Por exemplo, se você olha pouco quando está conversando vai olhar mais vezes; se fala muito rápido vai falar um pouco mais devagar; se fala muito baixinho deve aumentar um pouco o volume da voz.

Quadro 1. Exemplos de redação de enunciados que podem reduzir (à esquerda) ou ampliar (à direita) a probabilidade dos participantes realizarem as tarefas de casa.

Finalmente, uma questão importante em relação às tarefas de casa é a forma como são acolhidos os relatos na sessão seguinte. Quando os participantes relatam as tarefas de casa, o terapeuta deve verificar as dificuldades encontradas e garantir atenção e incentivo, mesmo quando o desempenho não foi tão bem sucedido. Embora eventualmente possa ocorrer uma dificuldade real de realização da tarefa (por exemplo, o cliente adoecer e permanecer em casa o restante do tempo), na maior parte das vezes, essa não realização pode ser tomada como esquiva. Nesse caso, o terapeuta precisa identificar as dificuldades inerentes à realização da tarefa, como, por exemplo, a ausência de pré-

requisitos no repertório do participante. Algumas vezes, também, pode ocorrer o relato de realização de tarefa sem que de fato ela tenha ocorrido, como esquivas de possível desconforto em admitir a não execução da tarefa. Quando o participante verifica que não há punição, mas, tão somente, a análise de variáveis que podem ter interferido com o cumprimento da tarefa, esse comportamento de esquivas tende a se reduzir e se extinguir.

A atribuição de tarefa de casa (genérica e personalizada) constitui, portanto, um excelente recurso na promoção da generalização porque permite, adicionalmente, que o terapeuta conheça as reações dos significantes do cliente e as possíveis falhas em seu desempenho no ambiente natural, podendo corrigi-las no processo de intervenção. Além disso, propicia ao cliente condições de ir aprendendo, gradualmente, a realizar a análise funcional de seu desempenho.

## REFERÊNCIAS

- Catania, A. C. (1975). *Investigación contemporânea em conducta operante*. México: Trillas.
- Cox, R. D., & Schopler, E. (1995). Treinamento de Habilidades Sociais para criança. In: M. Lewis (Org.) *Tratado de psiquiatria da infância e adolescência* (pp. 916-922). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2001). *Psicologia das relações interpessoais: Vivências para o trabalho em grupo*. Petrópolis: Vozes.
- Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (1999). *Psicologia das habilidades sociais: Terapia e educação*. Petrópolis: Vozes.
- Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2005). *Psicologia das habilidades sociais na infância: Teoria e prática*. Petrópolis: Vozes.
- Dodge, K. (1986). A social information processing model of social competence in children. In: M. Perlmutter (Ed.), *Minnesota symposia on child psychology* (pp 75-127) Hillsdale, NJ: Laurence Erlbaum.
- Gresham, F. M. (1986). Conceptual issues in the assessment of social competence in children. In: P. Strain, M. Guralnick & H. Walter (Eds.), *Children's social behavior: Development, assessment and modification* (pp. 143-179). New York: Academic Press.
- Kazdin, A. E., & Weisz, J. R. (Orgs.), (2003). *Evidence-based psychotherapies for children and adolescent*. New York: The Guilford Press.
- Merrell, K. W. (2001). Assessment of children's social skills: Recent development, best practices and new directions. *Exceptionality*, 9, 3-18
- Skinner, B. F. (1970). *Ciência e comportamento humano*. Brasília: UnB.
- Staats, A. W., & Staats, C. K. (1973) *Comportamento humano complexo*. São Paulo: E.P.U.