

O treino assertivo na formação do psicólogo

ALMIR DEL PRETTE

Este trabalho relata uma experiência de treinamento assertivo para a formação do psicólogo. Sua justificativa embasa-se em problemas de conduta de alunos e na situação atual de nosso ensino, que geralmente deixa de considerar tal aspecto na formação do profissional. A partir dessa experiência é proposta a formação de gabinetes de atendimento dos alunos em nossas faculdades de psicologia, de modo que o ensino também abranja os problemas de conduta.

Em nosso ensino, atualmente, a preocupação básica é formar o aluno em termos de aprendizagem acadêmica. Os professores em geral organizam seus programas, estabelecem com critérios seus objetivos e muitas vezes atingem as metas propostas. Alguns professores desenvolvem uma vaga inquietação com o futuro profissional de seus alunos: eles aprendem conceitos, dominam bem as técnicas, possuem vasta bibliografia, mas têm os comportamentos desadaptados para muitas situações profissionais. A atual situação do ensino não atinge o aluno no sentido de se trabalhar diretamente com os seus comportamentos: extinção de respostas inadequadas e incremento de um repertório adequado para manejo de situação

prática. Uma mudança no atual contexto de ensino exige um conhecimento do tipo de aluno que procura as nossas faculdades, e o conhecimento do elemento formador (o professor).

A realização do treino assertivo estendeu-se de janeiro a junho de 1977. O grupo era constituído de sete alunos do curso de formação de psicólogos; a sua organização foi motivada pela inadequação de alguns comportamentos dos alunos que seriam supervisionados em estágio clínico. Algumas das dificuldades eram: dizer *não* sem se justificar e/ou ficar ansioso, obter atenção de funcionários subalternos em um hospital, para pedido de informações, solicitar material a outrem, negar empréstimo de material a pessoas que poderiam perdê-lo, informar ao cliente de seus atrasos nas sessões terapêuticas, relacionar-se com profissionais de outras áreas, expressar sentimentos etc. Essas respostas eram inapropriadas em termos de: *a) topografia* (entonação verbal, postura, respostas motoras); *b) conteúdo* (prolixidade, justificativas, falta de clareza e desconhecimento do assunto); *c) inabilidade em responder ao(s) Sd(s) do ambiente* (a resposta aparecia muito após o Sd e, quando emitida, já havia(m) aparecido outro(s) Sd(s)); *d) inabilidade em emitir respostas para conseguir Sd(s)* (a fim de emitir as respostas subseqüentes que poderiam alcançar o objetivo tentado).

A metodologia básica utilizada foi o Psicodrama Comportamental e as técnicas: *overlearning*, modelação, modelagem de respostas, respostas verbais ensaiadas, *prompty verbal*, *fading* e encadeamento.

O treinamento assertivo enfocou: *a) discriminação das conseqüências das respostas adequadas e inadequadas; b) mudança perceptual de si mesmo; c) treino de respostas alternativas; d) discriminação da própria resposta e do(s) Sd(s) do ambiente; e) treino para prover feedback; f) treino de conteúdo; g) treino de atenção para as mudanças do(s) Sd(s) ambientais.*

Os alunos faziam semanalmente observação de suas condutas e as relatavam na sessão; os que conseguiam progresso na sessão e na situação real eram aprovados e recebiam apoio do grupo. Outra avaliação se constituía da observação feita na própria sessão e de um relato pelos elementos do grupo. Inserimos um resumido relato de uma aluna: "O aspecto mais importante do treinamento pareceu-me ser o refinamento da percepção, o desenvolvimento de discriminação adequada e posterior generalização para situações da vida cotidiana. O grupo foi modelado a discriminar suas próprias respostas, as emitidas por outras pessoas, reforçar diferencialmente e a *bolar* soluções alternativas para os problemas apresentados. No processo de generalização para situações extraclínicas, o treino permitiu: *a) melhorar o relacionamento interpessoal; b) propiciar soluções mais viáveis a problemas pessoais; c) diminuir o nível de ansiedade às dificuldades práticas.* Além da generalização e do treino de respostas pessoais, foi de grande proveito a aprendizagem vicariante, por meio do treino realizado com outros participantes".

O critério para encerramento do treino assertivo com o grupo consistiu de dois aspectos: *a) adequação das respostas dos alunos, por meio da avaliação feita*

pelo grupo, pelo dirigente do grupo e pelo próprio participante; b) *performance* do aluno na direção do grupo, auxiliando seus colegas a serem mais assertivos.

O comportamento assertivo basicamente consiste na expressão adequada de sentimentos, em relacionamento interpessoal, o que inibe o aparecimento da ansiedade. É concordância geral que o psicólogo deve ser um sujeito assertivo, muito especialmente nas situações profissionais. Ulrich, Roger e Kenti, Neil D. estabelecem que “podemos prever com confiança que, quando se pensa nas metas da educação psicológica, os futuros psicólogos se interessam nos sistemas conceituais, nos métodos de investigação e nas aplicações práticas dos princípios da conduta”. De alguma forma essas proposições vêm sendo cumpridas no ensino da psicologia. Enfatizamos que o estudante aprende as teorias e os sistemas, relaciona proposições, estabelece paradigmas, conceitua diferentes abordagens e consegue estabelecer uma análise experimental da conduta do cliente, porém, em geral, não se preocupa em estabelecer qualquer análise de sua própria conduta.

Uma vez estabelecido que os alunos podem apresentar problemas de conduta, fica óbvio que as faculdades deveriam abrir gabinetes para atendimentos desses alunos. Esses gabinetes de serviço poderiam funcionar dividindo os alunos segundo suas necessidades e preferências para serem atendidos em dois tipos de terapia. Uma das terapias (preferimos utilizar o termo treinamento) que propomos seria o treino assertivo.

O treino assertivo deveria ser aplicado levando-se em consideração os seguintes aspectos:

- a) *economia*: podendo ser realizado em grupo, inclusive com vantagem de fornecer aspectos de aprendizagem vicariante, modelação e imitação, um maior número de pessoas pode ser atendido;
- b) *didática*: o próprio treino assertivo pode ser utilizado em programa de aprendizagem e formação de pessoal que pretenda trabalhar utilizando essa técnica, além da fixação de conceitos aprendidos;
- c) *facilidade de aplicação*: requerendo apenas uma sala com alguns bancos e o profissional habilitado, sua aplicação torna-se prática;
- d) *efetividade*: o treino assertivo conforme atestam inúmeras pesquisas, tem uma efetividade muito grande para *problemas de comportamento*. Em um curso de formação de psicólogos, essa efetividade pode ser ainda maior, pois sua indicação não se faz apenas do ponto de vista de *uma necessidade de terapia*, mas como um processo de desenvolvimento comportamental gradativo, sendo sua indicação bastante ampla.

Dessa forma, com o atendimento do estudante pela escola, sendo estabelecido que a formação de seu repertório comportamental adequado é um objetivo do curso, de importância igual à da aprendizagem acadêmica, ficaria aceita a proposição de Ulrich: “A psicologia deve começar imediatamente a buscar a maneira como seus adeptos, como profissionais, poderiam aplicar melhor a filosofia da análise experimental da conduta para fazer mais eficaz nossa própria evolução.”