

Albert Bandura (1925-Atualmente)

Nascido no Canadá, Albert Bandura doutorou-se em 1952 na Universidade de Iowa e passou a fazer parte do corpo docente de Stanford. A partir do início dos anos 60 propôs uma versão do comportamentalismo, inicialmente definida como abordagem sócio-comportamentalista, mas depois denominada teoria cognitiva social (Bandura, 1986).

A Teoria Cognitiva Social

A teoria cognitiva social de Bandura é uma forma de comportamentalismo menos extrema do que a de Skinner que reflete e reforça o impacto do interesse renovado pelos fatores cognitivos. A abordagem de Bandura permanece, mesmo assim, comportamentalista; sua pesquisa se concentra na observação do comportamento de sujeitos humanos em interação. Ele não usa a introspecção e enfatiza o papel do reforço na aquisição e modificação dos comportamentos.

Além de comportamental, o sistema de Bandura é cognitivo. Ele considera a influência em programas de reforço externo de processos de pensamento como crenças, expectativas e instruções. Ao ver de Bandura, as respostas comportamentais não são automaticamente suscitadas por estímulos externos à feição de um robô ou máquina. Em vez disso, as reações a estímulos são auto-ativadas. Quando um reforço exterior altera o comportamento, ele o faz porque o indivíduo tem percepção consciente do que está sendo reforçado e antecipa o mesmo reforço por comportar-se outra vez da mesma maneira.

Embora concorde com Skinner que o comportamento humano pode modificar-se devido ao reforço, Bandura acredita, tendo demonstrado empiricamente, que virtualmente todo tipo de comportamento pode ser aprendido na ausência do reforço diretamente vivenciado. Podemos aprender por meio do reforço vicário, pela observação dos comportamentos e das conseqüências dos comportamentos de outras pessoas. Essa capacidade para aprender pelo exemplo e pelo reforço vicário supõe a aptidão de antecipar e avaliar conseqüências apenas observadas em outras pessoas e ainda não vivenciadas pessoalmente. Podemos regular e orientar o nosso comportamento visualizando ou imaginando conseqüências ainda não vivenciadas desse comportamento e tomando uma decisão consciente de nos comportarmos ou não da mesma maneira. Por conseguinte, não há uma ligação entre um estímulo e uma resposta, ou entre comportamento e reforço, como havia no caso do sistema de Skinner. Em vez disso, há um mecanismo mediador interposto entre os dois; esse mecanismo são os processos cognitivos da pessoa.

Podemos ver quão potentes são os processos cognitivos na abordagem de Bandura e de que maneira suas concepções diferem das de Skinner. Por exemplo, para Bandura não é o programa concreto de reforço que tem eficácia na modificação do comportamento, mas sim aquilo que a pessoa pensa que o programa é. Em vez de aprendermos pela vivência direta do reforço, aprendemos por meio da modelação, observando outras pessoas e estabelecendo os padrões do nosso comportamento com base no delas. Segundo Skinner, quem controla os reforços controla o comportamento; na concepção de Bandura, quem controla os modelos de uma sociedade controla o comportamento. Bandura fez amplas pesquisas sobre as características dos modelos que podem influenciar o nosso comportamento.

A abordagem de Bandura é também um tipo social de teoria da aprendizagem, pois estuda o comportamento tal como é formado e modificado em situações sociais, ou seja, na interação com outras pessoas. Bandura criticou a ênfase de Skinner em estudar apenas

sujeitos individuais, e principalmente ratos e pombos, em vez de sujeitos humanos interagindo uns com os outros. Bandura acredita que a psicologia não pode esperar que descobertas de pesquisas que não envolvam interações sociais sejam relevantes no mundo moderno. Poucas pessoas agem em isolamento social ou escapam à presença dos outros.

A Auto-Eficácia

Bandura realizou consideráveis pesquisas sobre a auto-eficácia, descrita como o nosso sentido de auto-estima ou de valor próprio, nossa sensação de adequação e eficiência em tratar dos problemas da vida. Sua obra mostrou que pessoas de auto-eficácia elevada acreditam que são capazes de lidar com todos os eventos de sua vida; elas esperam superar obstáculos e, como resultado, buscam desafios, perseveram e mantêm um alto nível de confiança em sua aptidão para ter êxito. Em contraste, pessoas de pequena auto-eficácia sentem-se impotentes e sem esperança em termos de se haver com os eventos da vida e acreditam ter pouca ou nenhuma capacidade de influenciar as condições ou situações que as afetam. Quando deparam com problemas, é provável que essas pessoas desistam de tentar resolvê-los se seus esforços iniciais fracassarem. Para elas, nada do que está em seu poder faz alguma diferença.

Pesquisas demonstraram que essas crenças podem afetar muitos aspectos do funcionamento humano, incluindo a escolha da carreira, a persistência em procurar o emprego certo, a excelência com que realizamos o nosso trabalho e muitos elementos vinculados com a nossa saúde física e mental.

A Modificação do Comportamento

O alvo de Bandura ao desenvolver sua abordagem cognitiva social do comportamentalismo foi prático e aplicado: mudar ou modificar comportamentos que a sociedade considera anormais ou indesejáveis. Ele raciocinou que, se todo comportamento, incluindo o anormal, é aprendido por meio da observação dos outros e da modelagem, então o comportamento pode ser reaprendido ou alterado da mesma maneira. Tal como Skinner, Bandura concentra-se nos aspectos externos da anormalidade — o comportamento —, e não em supostos conflitos conscientes ou inconscientes interiores. Assim, considera-se que tratar o sintoma é tratar o distúrbio, pois eles são a mesma coisa.

A modelação é usada para modificar o comportamento levando os sujeitos a observarem um modelo numa situação que consideram assustadora ou causadora de ansiedade. Por exemplo, crianças que temem cães observam outra criança de sua idade aproximando-se de um cachorro e brincando com ele. Olhando de uma distância segura, os sujeitos observam o modelo fazer movimentos progressivamente mais próximos e mais ousados na direção do cachorro. O modelo pode afagar o cachorro através das barras de um cercado e depois entrar no cercado para brincar alegremente com o cão. Como resultado dessa aprendizagem observacional, o medo da criança se reduz pronunciadamente.

Numa variação dessa técnica, os sujeitos primeiro observam modelos brincar com o objeto temido, como uma cobra, e então fazem eles mesmos movimentos progressivamente mais próximos do objeto, terminando por tocá-lo e manipulá-lo.

A forma de terapia comportamental de Bandura tem imensa popularidade e tem sido corroborada por centenas de estudos experimentais. Ela tem se mostrado eficaz na eliminação de fobias com relação a cobras, espaços fechados, espaços abertos e lugares

altos e no tratamento de distúrbios obsessivo-compulsivos, disfunções sexuais e algumas formas de ansiedade. A técnica também se mostrou útil no aumento da auto-eficácia, sendo aplicada amplamente em situações de sala de aula e na indústria.

Comportamentalistas radicais têm lançado críticas à abordagem cognitiva social do comportamentalismo, afirmando que processos cognitivos como crença e antecipação não têm efeito causal sobre o comportamento. “É divertido”, comentou Bandura, “ver comportamentalistas que afirmam que os pensamentos não têm influência causal, dedicando um considerável tempo a pronunciamentos, artigos e livros, num esforço para converter as crenças das pessoas ao seu modo de pensar” (Evans, 1989, p. 83).

A abordagem de Bandura obteve em termos gerais um alto grau de aceitação na psicologia como forma efetiva de estudar o comportamento no laboratório e de modificá-lo na clínica. Suas contribuições à psicologia contemporânea foram reconhecidas pelos colegas. Ele foi presidente da APA em 1974 e recebeu em 1980 o Distinguished Scientific Contribution Award da Associação. Sua teoria e a terapia da modelação dela derivada são congruentes com a tendência funcional e prática de boa parte da psicologia americana do século XX. Sua obra é altamente objetiva, suscetível de métodos laboratoriais precisos, respondendo ao clima intelectual corrente da psicologia em seu reconhecimento de variáveis cognitivas internas, e é aplicável a questões do mundo real. Para muitos psicólogos, ela representa uma das mais estimulantes e produtivas inovações na longa história do comportamentalismo.

Comentário

Embora o desafio cognitivo ao comportamentalismo a partir de dentro tenha conseguido modificar o movimento comportamentalista que acompanhamos de Watson a Skinner, é importante lembrar que Bandura, adepto da abordagem cognitiva, continua a se considerar comportamentalistas. O comportamento permanece sendo seu foco teórico e o objeto de suas pesquisas. Deve-se notar, no entanto, que a obra dos neocomportamentalistas modificou a natureza do comportamentalismo na psicologia americana atual.

Um núcleo leal de skinnerianos permanece ativo na tradição comportamentalista radical promovida por Skinner, mas sua popularidade e influência alcançaram um ponto de estagnação na década de 80, e o declínio do sistema pode muito bem ter sido apressado pela morte de Skinner em 1990. Em 1987, Skinner admitiu que sua forma de psicologia comportamentalista estava perdendo terreno e que a abordagem cognitiva estava em ascensão (Goleman, 1987). Outros estudiosos contemporâneos concordam, observando que o comportamentalismo skinneriano “perdeu a preferência entre a maioria dos profissionais ativos no campo... Cada vez menos pesquisadores das principais universidades se consideram hoje comportamentalistas no sentido tradicional. Com efeito, costuma-se fazer referência ao ‘comportamentalismo’ no tempo passado” (Baars, 1986, pp. viii, 1).

O comportamentalismo que permanece intacto e vívido na psicologia de hoje — e que é especialmente visível na psicologia aplicada, onde as técnicas de modificação do comportamento são populares — tem uma forma distinta da promovida nas décadas entre o manifesto de 1913 de Watson e a relativamente recente morte de Skinner. Tal como ocorre com todos os movimentos evolutivos da ciência e da natureza, a espécie continua a se desenvolver. Nesse sentido, o comportamentalismo sobrevive no espírito, embora não na letra original, da sua intenção.

Observações sobre a aprendizagem social

As teorias de aprendizagem social têm a sua origem no comportamentalismo. Partilham o seu princípio de que se as consequências do comportamento influenciam a repetição do mesmo. Diferem no aspecto em que processos cognitivos não diretamente observáveis, como expectativas, pensamentos e crenças, têm influência no comportamento. Na teoria cognitivo-social de Bandura este defende que aprendemos a observar os outros. A observação de modelos exteriores (pessoas, meios eletrônicos, livros) acelera mais a aprendizagem do que se esse comportamento tivesse de ser executado pelo “aprendiz”. Também se evita receber consequências negativas. Os princípios básicos da sua teoria são:

- A interação recíproca – fatores internos (intrínsecos ao sujeito), fatores externos (do meio ambiente) e o comportamento do sujeito interagem uns com os outros, influenciando-se mutuamente. Uma vez tem mais peso um dos elementos, outras vezes outro. Assim se abandona a tradicional polémica dos que defendem que o comportamento apenas é influenciado por fatores ambientais e os que apenas dão valores aos fatores pessoais, ignorando os ambientais. Bandura agrupa todas estas influências de forma que nenhum dos três seja considerado uma entidade separada. Por exemplo, não há uma inevitabilidade de o ambiente influenciar o sujeito, apenas uma possibilidade, se os fatores pessoais estiverem predispostos a isso. O organismo não só responde aos estímulos do meio, mas também reflete sobre eles, devido à sua capacidade de usar símbolos (representa mentalmente as ações sem precisar sofrer as consequências de tomá-las), da capacidade de previsão, de aprender pela experiência alheia e da auto-reflexão.
- O 2º princípio básico é que há uma distinção entre a aprendizagem (aquisição de conhecimento) e o comportamento (execução observável desse conhecimento).

Na teoria de Bandura foram identificados três tipos de reforços: 1) reforços diretos em que o observador é reforçado ao reproduzir o que observou; 2) reforços indiretos em que o modelo é que é reforçado. Os resultados observados no comportamento dos outros pode modificar o nosso comportamento da mesma forma que os resultados obtidos da experiência direta; 3) Auto-reforços em que é o sujeito que controla os seus próprios reforços.

Tal como os comportamentalistas defendem, Bandura diz que as consequências ditam em boa escala o nosso comportamento. As ações que geram consequências positivas tendem a manter-se, enquanto as que geram negativas tendem a desaparecer. A distinção entre a aprendizagem por condicionamento operante e a aprendizagem social é que para aquela as consequências têm o objetivo de fortalecer o comportamento e para esta as consequências do comportamento são as suas fontes de informação e de motivação.

As consequências informam as pessoas acerca da correção ou conveniência da sua ação. As consequências experimentadas (recompensas ou castigos) pelos modelos transmitem informação aos observadores de que ações são efetivas ou não. Para além disso, as consequências também geram motivação para realizarmos as ações que geraram consequências positivas noutros. Por exemplo, a motivação cresce em toda a turma quando vemos um professor elogiar outro aluno por ter trabalhado bem.

No entanto, a observação de modelos não garante, por si só, a aprendizagem dos comportamentos. Os fatores envolvidos na aprendizagem por observação são:

- As consequências do comportamento sejam consideradas muito positivas. Mesmo comportamentos considerados negativos podem ser imitados se as consequências forem consideradas positivas.
- As características do observador: A maioria dos fatores que influenciam a avaliação das consequências de uma ação observada dependem do observador: idade, sexo, posição social, valores. Deverá haver uma certa adequação entre quem imita e quem é imitado.
- As características do modelo: O prestígio do modelo é crucial. Pode ser por ser competente numa determinada atividade ou por ser uma pessoa significativa para o observador. Muitas vezes, os efeitos do prestígio alargam-se a outras áreas que não aquelas em que este é competente. Nota-se na publicidade em que somos induzidos a adotar comportamentos de atletas que nada têm a ver com aquilo que admiramos neles.

Há posições sociais que encerram prestígio por si só, independentemente das pessoas em causa, como o professor. Tendem a ser modelos para muitas crianças. Quanto ao ensino, existem 4 aplicações a ter em conta da aprendizagem por observação:

- O ensino de novos comportamentos – Quando se quer ensinar novas habilidades ou novas formas de pensar e de sentir, deve-se utilizar as mudanças ocorridas no comportamento, no pensamento ou nas emoções do modelo, de forma deliberada. Ou seja, mostrar claramente os passos necessários para o modelo atingir o objetivo ou executar a tarefa (explicando um raciocínio, as razões que motivam, como se executa, etc.).
- Desenvolvimento das emoções – Através da aprendizagem por observação, as pessoas podem desenvolver reações emocionais a situações nunca experimentadas. Pode-se ter medo de andar de avião sem nunca o ter feito.
- Facilitar os comportamentos – Pode-se aprender comportamentos que fazamos não por estarmos especialmente motivados para isso, mas por serem necessários em determinadas situações sociais, através da observação dos outros. Por exemplo, qual a roupa adequada para uma determinada situação.
- Troca de Inibições – Se os alunos vêem um colega infringir as regras e não lhe acontecer nada, ficam com a idéia de que nem sempre se obtém consequências negativas ao infringir as regras, o que pode desinibir um pouco a turma. A inibição ocorre quando se vê um modelo obter consequências negativas com o seu comportamento, tornando indesejável a sua imitação. Existe o chamado “efeito onda” que consiste no efeito exponenciado da desinibição de uma turma pelo fato de ter sido o seu líder a quebrar a regra. No entanto, este efeito também pode beneficiar o professor, pois se o líder for castigado, a turma ficará ainda mais inibida.

Sugestões de Leitura

Neocomportamentalistas

Bergmann, G. & Spence, K. W., 'Operationism and theory in psychology', *Psychological Review*, n 48, pp. 1-14, 1941. Descreve algumas das dificuldades envolvidas no uso do operacionismo e avalia a teoria de Hull no contexto desses problemas.

Guthrie, E. R., *The Psychology of Learning* (ed. rev.), Nova York, Harper, 1952. Apresenta um referencial comportamentalista para o estudo de tópicos de interesse para os teóricos da aprendizagem.

Tolman, E. C., "A new formula for behaviorism", *Psychological Review*, a 29, pp. 44-53, 1922. Sugere que uma abordagem menos fisiológica do comportamentalismo permite que os psicólogos se ocupem de modo mais abrangente de tópicos como motivação e emoção.

Teóricos da Aprendizagem Social

Bandura, A., 'Albert Bandura', in R. I. Evans (Org.), *The Making of Psychology: Discussions with Creative Contributors*, Nova York, Knopf, 1976. Entrevistas com Bandura sobre sua vida e trabalho.

Bandura, A., *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*, Englewood Cliffs, Nova Jersey, Prentice-Hall, 1986. Apresenta a teoria da natureza humana formulada por Bandura, enfatizando a auto-regulação do comportamento.

Rotter, J. B., *The Development and Applications of Social Learning Theory: Selected Papers*, Nova York, Praeger, 1982. Sobre o desenvolvimento da teoria de Rotter e sua aplicação a problemas de psicologia clínica, da personalidade e social; inclui um breve esboço autobiográfico.