

O QUE ESTÁ ERRADO COM A VIDA COTIDIANA NO MUNDO OCIDENTAL?¹

B. F. SKINNER

Existem muitas coisas erradas com o mundo hoje, mas elas não perturbam a todos. Superpopulação, esgotamento e poluição do meio ambiente, e até mesmo a possibilidade de uma guerra nuclear são freqüentemente desconsiderados como sendo assuntos de um futuro razoavelmente distante. Pobreza, doença e violência são problemas atuais, mas não para todos. Muitos daqueles que vivem nas democracias ocidentais desfrutam de um grau razoável de fartura, liberdade e segurança. Mas eles têm o seu próprio problema. Apesar de seus privilégios, muitos estão aborrecidos, inquietos ou deprimidos. Não estão desfrutando suas vidas. Não gostam daquilo que fazem; não fazem aquilo que gostam. Numa palavra, estão infelizes. Esse não é o mais sério problema no mundo, mas se poderia dizer que é premente. Algo semelhante ao estilo de vida atual no Ocidente é aquilo que a maioria das pessoas almeja desfrutar após ter resolvido seus outros problemas. Não existiria alguma coisa mais promissora para o futuro da espécie?

Essas são afirmações acerca de como as pessoas se sentem. Expressá-las dessa forma é um padrão. Por séculos, sentimentos têm sido aceitos tanto como causas quanto como efeitos de comportamento. Diz-se que as pessoas fazem o que fazem porque se sentem propensas (*feel like*) a fazê-lo, e sentem o que sentem por causa do que fizeram. Como os sentimentos parecem assumir um papel tão importante, argumenta-se que uma ciência do comportamento estaria incompleta, caso não fosse capaz de resolver o tipo de problema com o qual estamos preocupados aqui.

Sentimentos, entretanto, não estão fora do alcance de uma ciência comportamental. A questão não é o que os sentimentos são, mas o que é sentido. *Sentir* é um verbo – como *ver*, *ouvir* ou *saborear*. Nós vemos, ouvimos e saboreamos coisas no mundo ao nosso redor, e nós sentimos coisas em nossos corpos. Quando nos sentimos fracos, estamos sentindo músculos fracos; quando nos sentimos cansados, estamos sentindo um corpo cansado; quando temos uma dor de dente, estamos sentindo um dente inflamado. Sentimentos diferem de outros tipos de sentidos de diversas formas. Uma vez que aquilo que sentimos está debaixo (*within*) de nossa pele, nós não podemos escapar disso. Os órgãos dos sentidos, com os quais sentimos, não são facilmente observados como aqueles com os quais vemos coisas no mundo ao nosso redor. E não podemos relatar o que sentimos tão acuradamente quanto aquilo que vemos, porque aqueles que nos ensinam a fazê-lo carecem de informação a respeito do corpo que sentimos. Não precisamos, entretanto, nos deter em questões epistemológicas, a fim de colocar a seguinte pergunta: O que nós sentimos quando não estamos gostando de nossas vidas? E, em decorrência, o que devemos mudar se queremos sentir diferentemente?

¹ Skinner, B. F. (1987), What is Wrong with Daily Life in the Western World? in: Skinner, B. F. *Upon Further Reflection*. Englewood Cliffs (New Jersey): Prentice Hall, p.15-31. Traduzido por Renata Cristina Gomes e revisado por Hélio José Guilhardi e Noreen Campbell de Aguirre, para uso exclusivo dos grupos de estudo e supervisão do Instituto de Terapia por Contingências de Reforçamento (ITCR).

Sugiro que as respostas serão encontradas em algo que aconteceu na história da espécie. Os primeiros membros da *Homo Sapiens* devem ter sido muito semelhantes aos outros primatas que vemos hoje. Eles devem ter tido suas próprias maneiras de colher ou caçar seu alimento, construir abrigos, encontrar parceiros, criar uma família e evitar perigo. Seu comportamento, assim como o de outros primatas, deve ter sido, em grande parte, produto de seleção natural e, talvez, não tenha sido modificado mais prontamente, através de condicionamento, do que o de tais primatas. Como outras espécies, eles teriam se beneficiado a partir da experiência de outros, mas apenas através de imitação e modelação (*modeling*).

A espécie humana deu um passo evolucionário único quando sua musculatura vocal ficou sob controle operante, e a linguagem nasceu. As pessoas puderam, então, tanto dizer como mostrar aos outros o que fazer. Ambientes sociais extraordinariamente complexos ou culturas emergiram, e elas deram à espécie seu extraordinário poder. Eu defenderia que, ao mesmo tempo, muitas das novas práticas culturais desgastaram ou destruíram certas relações entre organismo e ambiente que prevaleciam quando o condicionamento operante emergiu.

O resultado é facilmente descrito como uma questão de sentimentos porque os sentimentos em questão estão estreitamente relacionados a reforçamento operante. Conseqüentemente, dizemos que coisas reforçadoras nos *agradam* (*please*), que nós *gostamos* delas, que elas *são boas* (*feel good*)². A associação de reforçamento com sentimento é tão forte que há muito tem sido dito que coisas reforçam *porque* são boas (*feel good*) ou são boas (*feel good*) *porque* reforçam. Deveríamos dizer, ao invés disso, que as coisas são boas (*feel good*) e reforçam por causa do que aconteceu na evolução da espécie.

Os organismos presumivelmente comem alimentos nutritivos porque variações genéticas que aumentaram a probabilidade de fazê-lo contribuíram para sobrevivência do indivíduo e da espécie e, portanto, foram selecionadas. Para espécies mais simples, geralmente não dizemos que o alimento deve “ser gostoso” (*taste good*). A questão do gostar (*enjoyment*) provavelmente surgiu quando organismos se tornaram suscetíveis ao reforçamento pelos mesmos alimentos. Eles comem, então, por duas razões: o comportamento era inato e era também reforçado por suas conseqüências. É o efeito reforçador, não a tendência genética a comer, que relatamos quando dizemos que o alimento “está gostoso” (*taste good*).

O reforçamento, entretanto, tem um outro efeito: comportamento que é reforçado tem maior probabilidade de ocorrer novamente. Correndo o risco de ser seriamente mal interpretado pelos críticos do behaviorismo, farei uma distinção entre os efeitos de ser *agradável* (*pleasing*) e o de ser *fortalecedor*. Eles ocorrem em momentos diferentes e são sentidos como coisas diferentes. Quando sentimos prazer (*feel pleased*), não estamos necessariamente sentindo uma maior inclinação a nos comportarmos da mesma forma. (De fato, quando chamamos um reforçador de satisfatório, ao invés de agradável, como fez Thorndike, sugerimos que ele *reduz* a probabilidade de agir da mesma maneira, já que *satisfatório* é etimologicamente próximo a *saciador*.) Quando repetimos comportamento

2

Nota dos revisores: Skinner é preciso na descrição ao escrever *feel good* e não “são boas”, pois coisas são *sentidas* (através dos órgãos sensoriais) como boas; elas não são boas. Conservaremos o uso tradicional em português, embora não seja conceitualmente correto.

que foi reforçado, por outro lado, não sentimos o efeito agradável que sentimos na ocasião em que o reforçamento ocorreu. *Agradável (pleasing)* parece ser a palavra inglesa cotidiana mais próxima de *reforçador (reinforcing)*, mas refere-se apenas à metade do efeito.

Estou argumentando que as práticas culturais emergiram principalmente devido ao efeito agradável do reforçamento, e que grande parte do efeito fortalecedor das conseqüências do comportamento se perdeu. A evolução de práticas culturais falhou. É semelhante ao que aconteceu no campo da saúde. A espécie evoluiu num ambiente com certa temperatura e umidade médias, uma certa pureza da água, certos tipos de alimento e predadores, incluindo vírus e bactérias. As práticas culturais mudaram vastamente isso tudo e, como a seleção natural foi lenta demais para acompanhar o ritmo, somos acometidos por muitas doenças das quais a espécie anteriormente estava livre. O mundo no qual vivemos é, em grande parte, uma criação das pessoas - principalmente no ocidente, mas, num sentido importante, não é bem feito.

Antes de examinar mais de perto o que está errado, será útil rever cinco práticas culturais que, ao promover os efeitos agradáveis das conseqüências do comportamento, em detrimento dos efeitos fortalecedores, têm desgastado as contingências de reforçamento.

Começo com uma velha conhecida, a alienação do trabalhador em relação ao produto de seu trabalho. Isso é Karl Marx, é claro, e muitas vezes assume-se que Marx se referia à *privação* do trabalhador em relação ao produto de seu trabalho. Uma palavra melhor é *distanciamento*. O comportamento do trabalhador industrial fica distante do tipo de conseqüências imediatas que modelam e mantêm o comportamento de, digamos, um artesão. A alienação dificilmente pode ser exploração, porque os empresários também estão afastados das conseqüências daquilo que fazem, assim como também o estão os trabalhadores nos países socialistas.

O reforçador em questão é o dinheiro, mas o amor ao dinheiro apenas indiretamente representa a raiz da alienação. O dinheiro é um reforçador condicionado: torna-se reforçador somente quando é trocado por bens ou serviços. Está sempre um passo aquém do tipo de conseqüências reforçadoras às quais a espécie originalmente se tornou suscetível. É também um reforçador generalizado: é trocado por muitas coisas diferentes. Se você monta um aparelho de TV para seu próprio uso, você não irá montar outro até que precise de um, mas o dinheiro é trocado por tantas coisas diferentes, que você quase sempre precisa dele. Numa fábrica, você monta um aparelho e depois outro.

O efeito reforçador do dinheiro é especialmente fraco quando é pago por contrato. As contingências são aversivas. Os trabalhadores não trabalham “para ser pagos”, se isso quer dizer que o dinheiro que eles receberão no final da semana afeta seu comportamento durante a semana. Trabalham para evitar serem demitidos e perderem o dinheiro que, caso contrário, receberiam. A maior parte do tempo, simplesmente fazem o que lhes foi dito para fazer ou que concordaram em fazer. Tendo montado parte de um aparelho de TV numa linha de produção, o trabalhador não se sente então mais fortemente inclinado a montar outro. O contrato deve permanecer vigente. Trabalhadores raramente trabalham na fábrica, num dia de folga, só porque foram pagos para trabalhar lá em outros momentos.

O dinheiro é reforçador quando é pago por peça ou por comissão (tecnicamente falando, quando o comportamento é reforçado num esquema de razão fixa), ou quando é pago no esquema de razão variável de todos os sistemas de jogos. Rigorosamente falando, salários pagos pela quantidade de tempo trabalhado não reforçam comportamento algum.

(A propósito, o efeito fortalecedor se perde quando os reforçadores são chamados de recompensas. *Pessoas* são recompensadas, mas *comportamento* é reforçado. Se,

enquanto caminha pela rua, você olha pra baixo e encontra algum dinheiro, e se dinheiro é reforçador, você tenderá a olhar pra baixo de novo por algum tempo. Não devemos dizer, entretanto, que você foi recompensado por olhar para baixo. Como a história da palavra demonstra, recompensa implica em compensação, alguma coisa que compensa um sacrifício ou uma perda, ainda que seja apenas o esforço. Damos medalhas a heróis, notas a estudantes e prêmios a pessoas famosas, mas essas recompensas não são diretamente contingentes ao que eles fizeram; geralmente, parece que não seriam merecidas, caso se tivesse trabalhado para ganhá-las.)

A alienação do trabalhador é inevitável, caso o mundo tenha que lucrar a partir da especialização e divisão do trabalho. Uma pessoa não faz um casaco criando ovelhas, tosquiando lã, torcendo os fios, tecendo pano e transformando o pano num casaco. Ao invés disso, uma pessoa cria ovelhas, outra torce fios e outra tece algodão, e cada uma troca o que fez por um casaco feito por uma quarta pessoa. Não há dúvida da vantagem dessa especialização, mas a consequência inevitável é que uma pessoa passa uma parte maior do tempo fazendo um único tipo de coisa. Todo mundo sabe o que significa estar cansado de fazer, com excessiva frequência, as coisas que se gosta de fazer, e essa é outra razão pela qual as indústrias recorrem essencialmente a medidas aversivas para manter o comportamento de seus trabalhadores.

Em resumo, as práticas industriais nas culturas ocidentais têm tornado os bens e serviços mais prontamente disponíveis, mas destruíram muitas das contingências naturais de reforçamento.

Uma segunda fonte de desgaste do efeito fortalecedor do reforçamento está estreitamente relacionada. Como apontamos, a maioria dos empregadores é tão alienada do que é produzido, quanto o são seus empregados. Por milhares de anos, as pessoas têm “economizado esforço”, forçando escravos a trabalhar para elas ou pagando criados ou empregados. Mais recentemente, elas têm recorrido a aparelhos para evitar trabalho, ou robôs. As consequências aversivas do trabalho são evitadas, mas perdem-se as reforçadoras. Assim como o trabalhador, o empregador faz menos tipos de coisas e faz cada uma com maior frequência. Considere o quanto os aparelhos para evitar trabalho têm feito de nós apertadores de botão: apertamos botões em elevadores, telefones, painéis, filmadoras, máquinas de lavar, fornos, máquinas de escrever e computadores, tudo em detrimento de ações que poderiam ao menos ter um pouco de variedade. Sistemas que evitam trabalho também evitam trabalhadores, e o conhecido problema do desemprego se segue. Mas ainda que todos pudessem desfrutar de uma parcela do trabalho evitado, ainda assim haveria alienação.

Em algumas partes da América, pessoas que trabalham para outras são chamadas de “ajuda”, mas a ajuda nem sempre tem que ser paga. Culturas benevolentes ajudam crianças pequenas, deficientes físicos, doentes e idosos. Tais culturas são menos vulneráveis à deserção e mais inclinadas a resolver seus problemas, mas consequências prejudiciais se seguem quando ajudam aqueles que podem ajudar a si mesmos. Ajudar crianças a fazer algo que podem fazer sozinhas priva-as de consequências reforçadoras que modelariam e manteriam comportamento mais útil. Ajudar pessoas mais velhas a fazer coisas que elas poderiam fazer por si mesmas priva-as da oportunidade de se engajar em atividades que são reforçadas.

Nas democracias ocidentais, as pessoas também estão mais livres de outros tipos de condições aversivas do que em qualquer outro lugar. A Carta do Atlântico (*Atlantic Charter*) garante isenção de medo e isenção de miséria. Talvez não haja local no mundo no

qual todos desfrutem o direito à segurança e o acesso a bens, mas as democracias ocidentais são as que mais avançaram nessa direção. Em muitos sentidos, elas podem ter ido longe demais. O que tem acontecido lembra a doença chamada anorexia nervosa, na qual uma pessoa obesa começa um programa de redução de peso, atinge um peso satisfatório e prossegue até definhando. Algo desse tipo aconteceu, na medida em que nos movemos na direção de um estilo de vida que é livre de todos os tipos de coisas desagradáveis. Relutamos em aceitar não somente as restrições impostas por governos tirânicos e religiões, mas também a aceitar cintos de segurança, capacetes e sinais de proibido fumar. Fugimos não só de extremos dolorosos de temperatura e trabalho exaustivo, mas também dos mais brandos desconfortos e incômodos. Como resultado, restou muito pouco do que fugir ou a que evitar. As conseqüências fortalecedoras do reforçamento negativo, que nós desfrutamos como alívio, se perderam. Estamos sofrendo do que poderia ser chamado de *libertas nervosa*.

Talvez não haja lugar no mundo no qual ninguém passe fome, precise de cuidados médicos ou não tenha lugar para morar, mas as culturas ocidentais foram as que mais avançaram para aliviar tais sofrimentos. Considerando que cuidamos dos membros do nosso grupo mais do que eles próprios seriam capazes de se cuidar, eles estão sofrendo do que poderia ser chamado de *caritas nervosa*.

Em resumo, pessoas que evitam trabalho e têm coisas feitas por elas escapam de muitas conseqüências aversivas, mas, além de um certo ponto, elas próprias também se privam das conseqüências fortalecedoras.

O efeito fortalecedor do reforçamento é desgastado de uma terceira maneira quando as pessoas fazem coisas somente porque têm sido dito a elas para fazê-las. Compram o carro que são aconselhadas a comprar; vêem o filme que lhes é recomendado, compram na loja que lhes é indicada. Nas culturas ocidentais, tem havido uma grande expansão desse comportamento “governado por regras”.

O conselho é importante, sem dúvida. Sem ele, ninguém poderia adquirir um repertório muito amplo de comportamento durante uma única existência. Alguém nos diz o que fazer e que conseqüências se seguirão, e nós o fazemos e as conseqüências se seguem; o comportamento então se torna parte do nosso repertório reforçado, e nós esquecemos o conselho. Até as conseqüências ocorrerem, entretanto, aceitamos conselhos somente porque fazê-lo tem tido conseqüências reforçadoras, muito possivelmente de um tipo diferente. Nós temos feito coisas diferentes, e as conseqüências não precisam estar relacionadas com o nosso estado de privação no momento. Caso o amigo, que nos diz que um determinado restaurante serve comida excelente, no passado tenha nos aconselhado somente a respeito de livros que gostamos de ter lido, estaremos menos inclinados a ir ao restaurante do que se o amigo nos houvesse aconselhado sobre comida; e ainda menos inclinados, é claro, do que se, aconselhados ou não, nós tivéssemos ido e achado a comida boa.

Também não somos fortemente inclinados a seguir conselhos se as conseqüências não ocorrerem com freqüência quando o fizemos. Nem sempre atingimos o ponto no qual ocorrem. A educação formal é basicamente um tipo de conselho, mas muito pouco do comportamento modelado e mantido na sala de aula é subseqüentemente reforçado na vida diária. A educação é, por essa razão, um conselho que não estamos fortemente inclinados a seguir. As conseqüências também não ocorrem quando o conselho é ruim. É fácil entender por que as pessoas tão freqüentemente resistem a fazer aquilo que são aconselhadas a fazer e se ressentem, mais do que agradecem, com aqueles que dão conselhos.

O tipo de conselho chamado ciência usualmente vale a pena seguir porque é mais extensivo do que a exposição pessoal às contingências. Mas, quando simplesmente fazemos o que a ciência nos diz para fazer, as conseqüências são muitas vezes adiadas por muito tempo. Algumas delas são apenas previstas e ainda não ocorreram a ninguém. Os ganhos são grandes, mas geralmente falta um efeito fortalecedor. Poucas pessoas fazem apenas aquilo que a ciência diz para fazerem.

Alguns dos conselhos que seguimos são do tipo que damos a nós mesmos. Examinamos um conjunto de contingências e formulamos uma regra ou plano. Quando seguimos a regra ou plano, diz-se que agimos racionalmente, no sentido de que agimos por uma razão que podemos nomear. Mas, a menos que sejamos muito bons em analisar as contingências, muitas das conseqüências que predizemos nunca ocorrerão. Raramente somos tão fortemente inclinados a nos comportar racionalmente, quanto somos inclinados a agir de acordo com as conseqüências experienciadas.

Em resumo, seguimos conselhos não por causa das conseqüências que irão ocorrer numa dada ocasião, mas por causa das conseqüências que ocorreram no passado. A maior parte da força de nosso comportamento advém do reforçamento de comportamentos diferentes em ambientes diferentes.

Um quarto tipo de prática cultural que reduz o efeito fortalecedor do reforçamento também envolve regras, mas as regras são mais fortes. As pessoas tendem a agir de maneiras que agradem aos outros ou evitem desagradá-los, em parte porque os outros respondem de forma apropriada, mas elas são menos inclinadas a se comportar bem quando estão meramente observando regras de boa conduta. As regras são extraordinariamente importantes, é claro, porque permitem às pessoas agradar ou evitar desagradar às outras, sem se submeter a conseqüências possivelmente punitivas, e a responder de maneira apropriada quando agradadas ou desagradadas. Assim como ocorre com o conselho, entretanto, as pessoas seguem regras por causa das contingências sob as quais aprenderam a fazê-lo ou porque conseqüências reforçadoras ocorreram quando elas seguiram outras regras. Elas estão menos inclinadas a se comportar bem do que quando ocorreram elogios ou censuras cara-a-cara.

As conseqüências reforçadoras são ainda mais desgastadas quando regras éticas são substituídas por leis. As leis dos governos e religiões são mantidas basicamente em prol das instituições. Conseqüências tais como segurança ou paz de espírito também ocorrem para o indivíduo (caso contrário, as instituições não teriam sobrevivido como práticas culturais), mas geralmente são adiadas. Além disso, as práticas culturais mudam mais rapidamente do que as regras e as leis, e as pessoas, então, geralmente “fazem o que é certo” por razões que não são mais vantajosas para ninguém. Contingências de controle mantidas por governos e religiões são algumas vezes tão poderosas, que aqueles que respondem a elas relatam a exaltação ou o êxtase associado a escapar de uma severa ameaça de punição. Outros, entretanto, resistem a tal controle com a mesma força.

Em resumo, então, quando as pessoas se comportam bem, tanto por seguirem regras éticas, quanto por obedecerem as leis de um governo ou religião, conseqüências pessoais fortalecedoras são usualmente adiadas por um longo tempo.

Uma quinta fonte de desgaste de contingências naturais é diferente. Muitas das práticas de culturas avançadas parecem *umentar* a freqüência do reforçamento imediato. O Ocidente é especialmente rico em coisas que chamamos de interessantes, bonitas, deliciosas, divertidas e excitantes. Essas coisas tornam a vida cotidiana mais reforçadora, mas reforçam pouco mais do que o comportamento que coloca a pessoa em contato com

elas. Imagens bonitas reforçam olhar para elas; comidas deliciosas reforçam comê-las; atuações divertidas e jogos excitantes reforçam assisti-los; e livros interessantes reforçam lê-los - mas nada mais é feito. Embora olhemos para uma estátua nua em parte porque a tendência de olhar para formas similares teve um papel importante na sobrevivência da espécie, olhar não tem aquele efeito neste caso. Olhamos para uma pintura de Cézanne, mas não comemos as maçãs. Ouvimos um trecho da música de Smetana, mas não nadamos no Moldau. Efeitos reforçadores ocorrem, mas eles não são contingentes ao tipo de comportamento relativo ao qual as suscetibilidades de reforçamento se desenvolveram.

A excitação dos jogos, assim como a apreciação de coisas interessantes ou belas, também é algo que ocorre quando nada mais é feito. Quando compramos bilhetes de loteria, jogamos *blackjack* ou pôquer, operamos máquinas caça-níqueis ou jogamos roleta, fazemos uma quantidade muito pequena de coisas, um grande número de vezes. Cada jogada vencedora tem um efeito agradável, mas é esquematizado de tal forma que as conseqüências finais são quase sempre zero ou negativas. (Em longo prazo, jogadores têm que perder para que as empresas de jogos sejam bem sucedidas.) Nós gostamos de jogar, assim como gostamos de olhar e ouvir, mas só uma pequena amostra do nosso comportamento é fortalecida.

Pode parecer impossível que alguém não apreciasse uma vida despendida a olhar para coisas bonitas, comer comidas deliciosas, assistir atuações divertidas e jogar roleta. Mas seria uma vida na qual quase nada mais seria feito, e poucos daqueles que foram capazes de experimentá-la têm sido notadamente felizes. O que está errado com a vida no Ocidente não é que ela tem reforçadores demais, mas é que os reforçadores não são contingentes aos tipos de comportamentos que sustentam o indivíduo ou promovem a sobrevivência da cultura ou da espécie.

Em suma, as culturas ocidentais criaram muitas oportunidades para se fazer coisas que têm conseqüências agradáveis, mas elas não são as coisas cujas conseqüências se tornaram fortalecedoras.

Aqui, portanto, estão cinco tipos de práticas culturais que desgastaram as contingências de reforçamento sob as quais o processo de condicionamento operante deve ter se desenvolvido:

1. As pessoas trabalham em troca de salários, mas a maior parte do que produzem não reforça diretamente seu comportamento. O grupo lucra a partir de uma divisão do trabalho e da especialização, mas os trabalhadores estão alienados em relação ao produto de seu trabalho. Os empregadores precisam utilizar sanções aversivas.
2. As pessoas pagam às outras para produzirem as coisas que consomem, e assim evitam o lado aversivo do trabalho, mas elas perdem o lado reforçador também. O mesmo ocorre àqueles que são ajudados por terceiros, quando poderiam ajudar a si mesmos.
3. As pessoas fazem muitas coisas simplesmente por aconselhamento, mas somente porque conseqüências reforçadoras ocorreram quando aceitaram outros tipos de conselho. Elas evitam o custo de explorar novas contingências, mas perdem os reforçadores que poderiam ter ocorrido, caso não o tivessem feito.
4. Por seguir regras e obedecer a leis, as pessoas evitam punições, tanto por parte de seus conhecidos como do governo ou religião. As conseqüências pessoais que “justificam” as regras ou leis são indiretas e geralmente adiadas por muito tempo.
5. As pessoas olham para coisas bonitas, ouvem músicas bonitas e assistem a espetáculos excitantes, mas os únicos comportamentos reforçados são ver, ouvir e

assistir. Quando as pessoas jogam, fazem muito poucas coisas, um grande número de vezes e, eventualmente, sem lucro.

De maneira muito genérica, podemos colocar o resultado da seguinte maneira: enquanto milhares de milhões de pessoas em outras partes do mundo não podem fazer muitas das coisas que desejam fazer, centenas de milhões de pessoas no Ocidente não querem fazer muitas das coisas que podem fazer. Ao vencer a luta pela liberdade e a busca pela felicidade, o Ocidente perdeu sua inclinação para agir.

Uma conclusão dessa natureza, no entanto, é muito vasta para ser acurada e não sugere uma solução para nosso problema. É preciso uma análise mais detalhada, e ela deve começar muito antes. Pensamos na raça humana como sendo a mais avançada, mas não, é claro, em todos os aspectos. Ela não é a mais veloz ou a mais forte, nem seus sentidos são os mais aguçados. Ela é evidentemente a mais habilidosa. O homem já foi *Homo habilis*, literalmente “faz tudo” (*handyman*). Tinha mãos incomuns e fazia coisas incomuns. Depois, tornou-se *Homo sapiens*, mas não no sentido de “sábio”. *Sapiens* primeiramente significou que discerne ou, especificamente, distingue (*tasting*). (Ainda dizemos “bom gosto”, quando estamos nos referindo a nada mais que discernimento.) Foi preciso acontecer muito mais antes que o homem pudesse alegar sapiência em outro sentido, e isso aconteceu não ao homem, mas ao mundo no qual ele vivia.

Quando o aparato vocal do *Homo Sapiens* ficou sob controle operante, a linguagem nasceu e, com ela, uma evolução muito mais rápida de práticas culturais. Essas práticas trouxeram ganhos extraordinários, os quais são vistos mais claramente na fartura, saúde, prazer e liberdade do Ocidente, mas o mundo não era mais o mundo no qual a espécie evoluía. O homem primitivo não trabalhava para os outros e não pagava outros para trabalharem para ele. Ele não agia meramente como era aconselhado a agir (podia imitar os outros, mas somente em ambientes quase iguais). Não seguia regras ou obedecia a leis. Não olhava imagens, ouvia música ou jogava (a vida era um jogo, mas o pagamento era a própria vida). Quando não tinha nada para fazer, se pudermos julgar com base em outras espécies, o homem de antigamente simplesmente dormia ou não fazia nada.

É mais fácil descrever as contribuições das práticas culturais do que dizer que elas saíram erradas. Reforçar significa, de forma bem simples, fortalecer e, quando as conseqüências fortalecedoras do comportamento foram sacrificadas, em favor das agradáveis, *o comportamento simplesmente enfraqueceu*. Essa não é uma conclusão muito impressionante e é difícil deixar claro o que ela significa. Força é um conceito básico na análise do comportamento operante, mas não existe uma palavra boa para ela no inglês cotidiano. As metáforas nunca são inteiramente adequadas. Algumas delas apelam à combustão. Pessoas ativas são chamadas de *ardentes* ou *ferventes*, palavras que já significaram queimar e ferver, respectivamente. (Nós ainda dizemos que uma pessoa é quente ou fria, e não apenas em relação a sexo.) Algumas metáforas aludem a causas: *Zeloso* (*zealous*) já significou conduzido (*driven*). Muitas se referem a comprometermos pessoais: as pessoas são dedicadas, devotadas ou engajadas. Mas parece não haver palavra, metaforicamente ou não, para a própria força.

É possível que esteja faltando uma palavra porque o comportamento muitas vezes é considerado como um mero sinal ou sintoma. Diz-se que as coisas importantes acontecem num mundo interno de sentimentos e estados da mente. Ali encontramos termos que se referem à força ou a sua ausência. Por exemplo, diz-se que o Ocidente sofre de uma falta de vontade (chame isso de abulia), uma falta de compaixão (chame isso de apatia), uma fraqueza de nervos (chame isso de neurastenia), ou uma fraqueza de libido (chame isso de

libido fraca). Usamos termos dessa natureza facilmente e com grande satisfação, ainda que ninguém nunca tenha explicado adequadamente o que eles significam. O efeito é dirigir a atenção para longe das condições ambientais que poderiam ser mais úteis na explicação e alteração do comportamento.

Como termo científico estabelecido, *força* refere-se à probabilidade de que um organismo se comportará de uma determinada maneira num determinado momento. *Probabilidade* é difícil de se definir e medir, mas a taxa de resposta é uma variável dependente sensível que está relacionada. No laboratório, vemos a força do comportamento mudar conforme mudamos as variáveis das quais é função. Quando, pela primeira vez, tornamos um reforçador contingente a uma resposta, produzimos um operante. Quando retiramos o reforçador, vemos o comportamento se extinguir. Mantemos níveis estáveis de força sobre uma vasta gama de valores com vários esquemas de reforçamento.

As práticas culturais que examinamos enfraquecem o comportamento de uma forma especial. Elas mudam a relação temporal entre o comportamento e suas conseqüências, especialmente através do uso de reforçadores condicionados e generalizados. O efeito pode ser corrigido pela restauração de contingências mais fortalecedoras. Uma vez que compreendamos isso, nosso problema pode ser mais simples do que pensamos. É muito mais fácil mudar contingências de reforçamento do que restaurar vontade, reabastecer um reservatório de energia psíquica ou fortalecer nervos. Contingências de reforçamento são um tópico importante na análise experimental do comportamento, e o que está errado com a vida cotidiana no Ocidente é, precisamente, de competência da *análise aplicada do comportamento*. Esse termo é melhor do que *modificação de comportamento* porque não significa prescrever drogas, implantar eletrodos ou fazer cirurgia. Significa melhorar as contingências fortalecedoras do comportamento. Três campos familiares nos quais a análise aplicada do comportamento está fazendo isso são: educação, terapia comportamental e consultoria industrial.

A tarefa da educação é construir um repertório de comportamentos que eventualmente terá conseqüências reforçadoras na vida diária e profissional do graduando.

Enquanto isso, professores fornecem contingências instrucionais temporárias, algumas delas sociais. O professor é parte do mundo do estudante, como um modelo ou como um provedor de conseqüências reforçadoras. Historicamente, as conseqüências têm sido quase sempre punitivas: quando não a palmatória ou o bastão, então a crítica ou a reprovação. Seguem-se os três produtos colaterais clássicos da punição: fuga (cabular aula), contra-ataque (vandalismo) e inércia obstinada. Esforços para usar reforçadores naturais da vida cotidiana têm sacrificado fundamentos importantes como leitura, escrita e aritmética, para os quais não existem reforçadores naturais. O estudante que sabe ler entra em contato com os reforçadores que os escritores colocam no que escrevem, mas esses reforçadores estão fora de alcance, até que esse estudante aprenda a ler com alguma fluência. Enquanto isso, reforçadores arbitrários podem ser usados, mas professores que compreendem o gerenciamento da sala de aula e a construção apropriada de materiais programados podem usar os reforços incondicionados de sucesso e sinais de progresso. Os repertórios que eles constroem terão conseqüências agradáveis e fortalecedoras quando o ensino terminar.

Quase a mesma coisa pode ser dita em relação à terapia operante. A terapia usando condicionamento respondente ou pavloviano é diferente. A dessensibilização, por exemplo, funciona tanto pela extinção de reflexos condicionados, como permitindo que respostas perturbadoras “instintivas” se “adaptem”. Pode haver um efeito fortalecedor, se o comportamento operante tiver sido suprimido, mas a terapia operante é uma questão direta

de fortalecimento. O consultor, como o professor, é uma parte temporária de um ambiente social. Medidas aversivas já foram comuns em consultoria, mas os consultores hoje recorrem a elas com frequência muito menor do que os professores. Assim como no ensino, o comportamento que eles fortalecem deve ter conseqüências reforçadoras não apenas na presença do consultor, mas, posteriormente, no mundo em geral.

Muitas pessoas passam grande parte de seu tempo no trabalho. Especialmente desde a Revolução Industrial, o padrão tem sido, assim como na educação, “trabalhe ou sofra as conseqüências” – nesse caso, a demissão e a perda de um pagamento fixo. Os mesmos efeitos-padrão do controle aversivo são evidentes: fuga (absenteísmo), contra-ataque (sabotagem) e tão pouca ação quanto possível. Reparações clássicas, tais como permitir que o trabalhador tenha maior parcela da tomada de decisão, não atacam o problema central, que está nas contingências, onde as mudanças estão começando a ser feitas.

O progresso não é tão claro em outros campos. Apenas uma pequena parte daqueles que controlam as sanções governamentais e religiosas da vida cotidiana entendem o problema e o que pode ser feito para resolvê-lo. As contingências estão lá, entretanto, e presumivelmente serão aprimoradas tão logo seu papel seja compreendido.

Propostas para construção de um mundo melhor são usualmente rejeitadas como irremediavelmente utópicas ou como ameaças ao *status quo*. Governos, naturalmente, resistem à deserção e à revolução; religiões resistem à apostasia e à reforma; e indústrias resistem à nacionalização e ao controle de preços e salários. Não parece haver razão, entretanto, para qualquer um resistir ao tipo de mudança necessária aqui. Cidadãos, fiéis e empregados contribuirão igualmente para suas respectivas agências, quando as conseqüências aversivas forem substituídas por alternativas que agradem e fortaleçam.

O fato de que as culturas freqüentemente recorrem a controle punitivo pode ser a melhor evidência que temos de que elas têm negligenciado alternativas fortalecedoras. Uma redução no controle punitivo melhoraria a vida ainda de outra maneira. Quando as pessoas trabalham somente para evitar perder um emprego, quando estudam somente para evitar reprovação, e tratam bem umas às outras apenas para evitar censura ou punição institucional, as contingências ameaçadoras se generalizam. Parece sempre que deve haver alguma coisa que seria preciso estar fazendo. Como resultado, pouquíssimas pessoas conseguem simplesmente não fazer nada. Elas conseguem relaxar apenas com a ajuda de sedativos ou tranqüilizantes, ou através de *praticarem* relaxamento de maneira deliberada. Conseguem dormir apenas com a ajuda de pílulas para dormir, das quais bilhões são vendidas no Ocidente todo ano. As pessoas ficam intrigadas, e invejam, quando vêem outras não fazendo nada, alegremente, em países menos desenvolvidos.

A qualidade de vida no Ocidente não é o problema mais importante no mundo hoje. Não pode ser comparado à pobreza global, à doença e à violência, ou com a superpopulação, a exaustão de recursos essenciais, a destruição do meio ambiente, a possibilidade de guerra nuclear. Mas uma qualidade de vida melhor deveria ajudar a solucionar esses problemas. Uma vez que o Ocidente é tomado como modelo pelo restante do mundo, ele seria um modelo mais desafiador se fosse melhorado. Também seria mais fácil de copiar. Outras culturas não precisariam cometer nossos erros.

E, afinal, quanta poluição e desperdício poderiam ser evitados se o Ocidente, que é de longe o principal transgressor, encerrasse sua busca frenética por coisas agradáveis para fazer? O quão mais rico seria o mundo todo, se os reforçadores da vida cotidiana fossem mais efetivamente contingentes ao trabalho produtivo? Acima de tudo, quantas das guerras

da história foram travadas – quantas poderiam ser travadas – somente porque as pessoas não apreciavam suas vidas?

De uma maneira ou de outra, muito disso já foi dito antes. Certamente essa não é a primeira vez que alguém aponta para os danosos efeitos colaterais da civilização. Esse foi o tema central do Iluminismo. “O homem”, disse Rousseau, “nasce livre e está em toda parte acorrentado”, mas esse é apenas um exemplo. E certamente esta não é a primeira vez que alguém pergunta: “O que é a boa vida?” ou “Como ela pode ser alcançada?”. Mas pode haver algo de novo na presente resposta. As respostas tradicionais têm tomado várias direções. Os epicuristas buscaram a boa vida através da multiplicação de seus prazeres. Os estoicos tentaram viver “acima do prazer e da dor”. Muitos têm procurado por respostas numa *vita monastica* ou num puritanismo rígido. Os místicos orientais proclamaram “abolir o aborrecimento através da apreciação da felicidade”. Os racionalistas recorreram ao autogerenciamento hábil. Todos esses tipos de soluções começaram como experiências pessoais. Elas têm servido como variações culturais a serem testadas por seu efeito na sobrevivência do grupo praticante. Nenhuma foi bem sucedida além do estabelecimento de uma cultura fragmentária.

Uma solução baseada em princípios científicos pode ter uma chance melhor. Estamos começando a ver por que as pessoas agem de determinada forma, e as razões são de uma natureza que pode ser alterada. Um novo conjunto de práticas não pode simplesmente ser imposto por um governo, religião ou sistema econômico; se fossem, não seriam o conjunto correto de práticas. Essas práticas devem assumir seu papel somente como uma variação a ser testada por seu valor de sobrevivência. As contingências de seleção estão além do nosso controle. As culturas se desenvolveram muito mais rapidamente do que a espécie, mas o tipo de mudança de que precisamos ainda levará muito tempo. Precisamos estar preparados para esperar.

É tranquilizador, talvez, saber que o que está errado com a vida cotidiana, à parte de todas as outras coisas que estão erradas no mundo, é um problema mais característico do Ocidente. É tranquilizador, talvez, porque o Ocidente também tem apoiado a ciência, particularmente a ciência comportamental, mais ativamente. É, portanto, um ambiente no qual o problema e uma possível solução se encontraram pela primeira vez.