

Terapeutas analítico-comportamentais e redes sociais Behavior-analytic therapists and social networks

Regina Christina Wielenska¹

[1] Consultório particular, Brasil | Título abreviado: Terapeutas analítico-comportamentais e redes sociais. | Endereço para correspondência: Rua Itapeva, 490, Conjunto 56. CEP: 01332-902. São Paulo, SP. | Email: wielensk@uol.com.br

Resumo: O artigo analisa algumas das consequências do crescimento das redes sociais virtuais para a prática da terapia analítico-comportamental. Na medida em que o terapeuta, por meio de suas características e desempenhos, exerce diferentes funções de estímulo para o cliente, torna-se necessário avaliar as implicações do terapeuta participar das redes sociais virtuais, especialmente aquelas voltadas a aspectos fora do exercício profissional. Por outro lado, discute-se a necessidade de o terapeuta adquirir repertório que o qualifique para avaliar e intervir sobre desempenhos do cliente quando é este quem participa de redes sociais virtuais, especialmente contextos que o exponham a situações de risco ou envolvam comportamentos anti-sociais.

Palavras-chave: terapia analítico-comportamental, rede social, relação terapêutica, ética

Abstract: The article analyzes some of the consequences of the growth of virtual social networks concerning the practice of behavior-analytic therapy. Considering that the therapist's characteristics and his clinical performance are stimuli with different functions in relation to the client, it becomes necessary to assess the implications of a therapist's decision to join social networks, especially those non-related to professional issues. In parallel, it is discussed that therapists should expand their repertoires in order to adequately assess and intervene upon clients' behaviors, such as getting involved in risky contexts or emitting anti-social behaviors in social network environments.

Keywords: behavior therapy, social network, therapeutic relationship, ethics

Este artigo tem por objetivo partilhar com o leitor algumas das consequências do advento das redes sociais para a prática da psicoterapia analítico-comportamental. Parte do que discutirei aqui decorre de um curso ministrado recentemente pela autora na XVIII Reunião Anual da Associação Brasileira de Psicoterapia Comportamental e Cognitiva (ABPMC), cujo título era Tenho mais de mil amigos e duzentos seguidores: redes sociais, solidão e impasses clínicos.

Dentre nossos clientes, alunos e colegas de profissão, uma significativa parcela nasceu quando o conceito da rede mundial de computadores era apenas ficção científica. É interessante, por exemplo, ver como Monteiro Lobato (1926/2008) prenunciou o uso da transmissão de dados por sistemas sem fios, unindo longas distâncias, e o uso de monitores de vídeo na comunicação entre os indivíduos. Sem fazer uso dos termos atuais, reconhecemos em sua obra a presença de um símile da internet, tecnologia empregada por um dos personagens do romance, o dedicado cientista, preocupado com o futuro da espécie humana. O narrador do romance acidentalmente se aproxima do cientista, apaixona-se por sua filha e torna-se testemunha e depositário de segredos científicos acerca do futuro da humanidade. De certo modo, tal personagem espelha nossa atual relação com a tecnologia: embora consigamos aprender a usar as ferramentas de comunicação contemporâneas, enfrentamos dificuldade para prever as implicações de seu uso nas relações entre as pessoas. Somos elefantes em uma loja de cristais: ao nos movermos sem a cautela devida, podemos fazer muito estrago.

O Conselho Regional de Psicologia de São Paulo sistematizou alguns dados de pesquisa e análises teóricas já realizadas pela comunidade brasileira de psicólogos por meio de uma publicação onde contemplou as principais questões (Prado, Fortim, & Cosentino, 2008). Os artigos derivam-se de sistemas teóricos distintos, e nota-se em todos a riqueza das análises, com excelentes pistas para investigações futuras.

No curso que recentemente ministrei, mais da metade dos 80 (ou mais) participantes, uma audiência basicamente composta por psicólogos e alguns estudantes de graduação, referiu estar inscrito em algum serviço de redes sociais como Orkut,

Facebook, Flickr, My Space, etc. Dentre os alunos, posso afirmar que a grande maioria era adolescente quando conheceu a Internet e se familiarizou com seus meandros. Portanto, ao entrarem na vida profissional dominavam a comunicação por e-mail, MSN e SMS (considerando-se a mensagem de texto pelo celular um recurso similar ao dos computadores), além de utilizarem mecanismos de busca e programas editores de texto e imagem. Há algum tempo psicólogos participam das redes sociais, criam ou filiam-se a comunidades, opinam em grupos de discussão e, inclusive, buscam seus parceiros amorosos pela web.

Segundo Honorato (2006), que entrevistou pela internet, ao longo de um ano, mais de 400 usuários do Orkut:

os usuários assíduos de comunidades virtuais se conectam à Internet na tentativa de estabelecer relações, mesmo que superficiais, e rever antigas relações, em uma tentativa de resgate do tempo, para satisfazer suas necessidades e sentir-se “em casa”. O que está por trás disso tudo, sua motivação, nada mais é do que a necessidade humana de afiliação, necessidade de contato social (NCC – Need for Social Contact) e sentir-se membro ou participante de algo. (p. 41)

O autor parece apontar para as propriedades reforçadoras dos contatos virtuais. Estes fortalecem comportamentos de navegar, inscrever-se nas comunidades ou criar alguma, trocar mensagens, espionar as pegadas virtuais das pessoas. Provavelmente, apenas em parte dos casos supõe-se haver correspondência entre o que se tecla e o que de fato ocorre fora do mundo virtual. Como afirma Honorato (2006),

No caso da comunidade Orkut, temos duas vertentes importantes: o desejo de contatar antigos amigos e o desejo de fazer novas amizades. Temos aqui então três categorias bem distintas para estes usuários: 1. amigos reais, 2. colegas reais e 3. amigos virtuais. Para entendermos melhor como o usuário percebe cada uma dessas categorias, proponho uma comparação entre elas. Se compararmos um amigo virtual a um colega (real), veremos que o que os difere é

que com os amigos virtuais se tem um relacionamento interpessoal mais aprofundado e, por serem virtuais, há maior confiança e liberdade para comunicação. Ou seja, esses amigos virtuais são entendidos pelo usuário como alguém com quem se mantém um relacionamento breve, porém com a possibilidade de maior “confiança”, mesmo que temporária, ou específicas a uma temática em questão. Apesar disto, eles não são entendidos como reais, pois existem apenas para complementar suas relações. Essa interatividade satisfaz, mesmo que momentaneamente, o desejo de pertencimento. O colega real seria somente alguém com quem possui um relacionamento sem maior aprofundamento. (p. 39)

Na sociedade não-virtual, temos algum sucesso em ensinar os nossos filhos a atuarem de modo cortês e a terem cautela na construção de relacionamentos de amizade. Com o advento da violência urbana e dos crimes cibernéticos, discute-se nas pequenas rodas o que os meios de comunicação propalam maciçamente: todo cuidado é pouco. No entanto, os jovens, a grande maioria dos usuários, parecem se preocupar pouco com a segurança, preservação da intimidade, respeito aos direitos do próximo e questões similares. São usuários tecnologicamente hábeis, ávidos por conseguir aceitação social e destaque entre seus pares, bem como por namorar e se engajar em atividade sexual a qualquer preço.

O problema assemelha-se ao risco das doenças sexualmente transmissíveis e o uso infrequente do preservativo. Até adultos dispensam práticas de proteção (na internet ou na cama) se elas reduzem as chances de terem sexo, aprovação social e divertimento. Nos sites de namoro, perfis sem foto são menos acessados. Quem recebe um pedido de amizade no Orkut nem sempre se dá ao trabalho de investigar se o proponente é mesmo quem se supõe que seja.

No decorrer de nossa formação como terapeutas, fomos orientados e especificamente treinados a atentar para o efeito que diferentes aspectos de nossa pessoa podem produzir nos clientes. Nossa aparência e forma de agir, a maneira como interagimos com os clientes, as regras que seguimos e muito mais, tudo pode ser analisado em termos de

suas consequências para as relações terapêuticas. Terapeutas são estímulos complexos, com funções eliciadoras, evocativas, discriminativas, suas atuações podem funcionar como reforçadores positivos e/ou negativos; os terapeutas e as respostas que emitem participam de classes amplas de estímulos equivalentes.

Com um universo digital, os problemas podem se multiplicar entre terapeutas e clientes. Há mais para se cuidar: podemos ser escrutinizados, avaliados, enganados e até perseguidos pelos clientes com base no que consta a nosso respeito nas páginas de redes sociais, em sites de namoro, na plataforma Lattes (ferramenta obrigatória nos contextos acadêmicos), etc. Fortim (2006) sinaliza algumas desses aspectos potencialmente problemáticos:

Quando se tem uma página no Orkut, nem sempre é possível saber quem a visitou. Recentemente, o Orkut disponibilizou uma configuração que possibilita saber o número de vezes que a página foi vista, e também verificar quem acessou o perfil – mas o comando é limitado aos últimos cinco usuários que visitam a página. Entretanto, creio que apenas uma pequena parte dos usuários do Orkut habilitou esse comando – a grande maioria preferiu permanecer anônima, como sempre fora o site antes desse recurso. Ou seja, com a possibilidade de visitar páginas anonimamente, é possível espionar outras vidas pelo Orkut. É claro que essa “espionagem” pode ser limitada pelo próprio usuário, que escolhe o quanto se expor em sua página. Não é obrigatório que as informações sejam verdadeiras, nem dar todos os detalhes pessoais para a construção de um perfil. Existem pessoas que se expõem demais, num excesso de ingenuidade; outros são mais cuidadosos e se expõem bem menos. É possível ter mais de uma conta, e, sendo assim muitas pessoas criam mais de um perfil, que podem ser falsos, para atuar no Orkut com mais liberdade e sem a responsabilidade de arcar com seus atos em seu próprio nome. (p. 50-51)

Se um cliente emitir uma resposta invasiva sem receber limites para sua ação e se esta lhe trazer alguma vantagem (ter acesso, por exemplo, a in-

formações privilegiadas), o comportamento abusivo do cliente pode se manter. Aliás, o terapeuta deveria se perguntar: o “comportamento invasivo” do meu cliente - que vorazmente vasculhou rastros virtuais deixados pelo terapeuta - pertence a uma classe ampla de respostas que caracterizam parte da dificuldade de construir relações afetivas, assertivas, não-coercitivas e desprovidas de dissimulação? Relatar ao terapeuta que o encontrou no Facebook seria um CRB1, CRB2 ou CRB3, na linguagem de Kohlenberg e Tsai (1991/2001)? Como reagir terapeuticamente a esse relato do cliente? Sem a análise funcional fica impossível responder.

Fortim (2006), a esse respeito, lançou mão das abordagens psicodinâmicas para analisar o tema. A autora escolheu

abordar três pontos . . . de interesse para a atuação clínica. O primeiro deles se refere à nova realidade que os pacientes trazem para o relato no consultório, ou seja, quais as implicações que o Orkut pode mobilizar para o contexto de vida dos pacientes. Depois, abordo como o Orkut pode transformar as relações de transferência entre terapeuta e paciente, pela possibilidade do acesso que os pacientes agora podem ter à vida privada do terapeuta, caso ele tenha uma conta de Orkut. E, por fim, é importante considerar a possibilidade de que o próprio terapeuta também possa pensar em fazer uso do Orkut para obter dados sobre o paciente, além daqueles espontaneamente trazidos à sessão. (p. 51)

Na perspectiva comportamental acerca do relacionamento terapeuta-cliente, a busca da neutralidade pelo terapeuta psicodinâmico foi substituída pela análise funcional do padrão interativo, em busca das propriedades terapêuticas do contato face a face no consultório. No contexto da atuação clínica, ambas as vertentes teóricas requerem um apurado autoconhecimento por parte do terapeuta. Então deveríamos ser instados a investigar as possíveis variáveis de controle do nosso comportamento de ingressar nas redes sociais, e do modo como efetivamos esse ingresso. Por que fazer um perfil fiel ao modo como supomos ser? Quais motivos teríamos para nos resguardarmos sob a égide de um perfil falso? Quais dados partilhamos com

ossos interlocutores e a quem autorizamos acesso aos dados? Existe reciprocidade, clareza e bidirecionalidade na comunicação e no respeito ao outro na comunicação virtual? Por que visitamos outras páginas, além da nossa? Há equilíbrio entre navegar na virtualidade e entrar em contato direto com as contingências do mundo, com interações entre indivíduos de carne e osso? Estas são perguntas básicas e haveria espaço para indagações mais sutis e complexas quando se trata de promover o autoconhecimento do terapeuta.

No que se refere à relação do cliente com as instâncias virtuais do mundo, trata-se de entender a função desse comportamento e definir se há problemas não resolvidos em interações pessoais não-virtuais e que deram margem ao predomínio da virtualidade e a um provável descompasso entre o que se sente, faz e pensa nas distintas áreas da vida. Um cliente com déficits de habilidades sociais, que se sente inferior às demais pessoas, poderia, por exemplo, construir para si um personagem com características “positivas” e atribuir seu eventual sucesso nas paqueras virtuais à beleza de seu avatar. O cliente teria dificuldade para entender que o modo como se relacionou pelo computador com as moças pode ter igualmente contribuído para a atração que as moças passaram a sentir por ele. Quando estava na própria pele, em contato social direto, ele sequer tentava puxar papo e conhecer as moças. Ao contrário, ficava mudo e tenso, padrão passível de entender considerando-se o fenômeno da supressão condicionada frente a estímulos potencialmente aversivos (a esse respeito, sugiro a leitura de Zamignani & Banaco, 2007). Seria interessante avaliar com o cliente que as habilidades sociais já existiam em seu repertório e foram bem aproveitadas por ele no contexto “agora ela me acha bonito” e passavam em branco no contexto “ela me acha feio”. Até que ponto a perfeição estética teria papel decisivo? O trágico amor entre o narigudo Cyrano de Bergerac e sua platonicamente amada Roxanne já enlevou gerações, mas estas não aprenderam com a história e continuam a se valer de truques que as afastam do self, em busca desenfreada pela aceitação na sociedade, mesmo que virtual.

Terapeutas comportamentais ocasionalmente, respeitando critérios específicos e em comum acordo com o cliente, aceitam receber a visita de

um amigo ou parente, cujo relato possa contribuir para o progresso terapêutico. Recorre-se a fontes externas de modo transparente, sem escaramuças. Então, quais razões teríamos para furtivamente escarafunhar a vida virtual do cliente? Se não coletamos dados na sessão, teremos mais sucesso por meios furtivos? Qual o preço desse suposto sucesso na coleta de dados? Não seria mais honesto, produtivo e ético sugerir ao cliente que nos mostre um pouco de seu comportamento na web, para depois compararmos juntos essa amostra virtual com o padrão estabelecido ao vivo, no calor ou frieza das sessões?

É fato conhecido que alguns suicídios ou ataques homicidas são denunciados via web, pelo cliente que, desesperado e sem aparentes alternativas de resposta, pensa em se matar ou se vingar de certas pessoas. Não perseguimos ao vivo clientes em risco, então por que usar a vigilância pela web? Podemos e devemos pedir ajuda à família, a serviços de saúde, intensificar metodicamente os cuidados com o cliente. Mas em nada ajuda vigiar eletronicamente quem já se sente perseguido e injustiçado, mesmo que munidos das melhores intenções.

Quanto à exposição do terapeuta via páginas da web, há que se distinguir entre a pessoa pública, que atua como docente/pesquisador e terapeuta, e a pessoa privada, que sofre, tem problemas, ama, frequenta festas, apenas sonha com viagens ou as planeja e realiza, enviúva, flerta, compra carro, pede financiamento, teve depressão, abortou ou tem cinco filhos. Teríamos absoluta necessidade de deixar esses dados abertos à visitação pública, sob a forma de imagens ou textos? Na sessão até podemos mostrar ao cliente uma foto do local que visitamos nas férias passadas se esta interação específica estiver a legítimo serviço da melhora do cliente. Se há outro jeito ético, afetivo e efetivo de ajudar o cliente, e que dispense a auto-revelação, por que se exibir? Num artigo publicado recentemente, discuti que terapeutas privados de intimidade e de amigos na vida pessoal podem equivocadamente se valer de seus clientes para suprir essa privação (Wielenska, 2009) e até cometerem o auto-engano de que manter um perfil na web aberto aos clientes seria uma forma de mostrarem-se antenados, cativar o cliente e fazê-lo sentir-se conectado ao terapeuta.

Na web, praticamente não se tem controle sobre a identidade das pessoas, sobre a correspondência entre seus relatos verbais e suas ações, e pouco saberemos como o cliente reagiu ao que descobriu vasculhando nossa vida digital. Recomendo aos terapeutas cautela, moderação e modéstia. Seria complicado descobrir, depois de passar duas semanas flertando pela web e ter marcado de tomar um café, chegar ao encontro, e descobrir que, na verdade, o candidato a namorado trata-se daquele cliente casado, que nunca conversou com seu terapeuta sobre o fato de fingir ser solteiro para se relacionar compulsivamente com pessoas que buscam, via web, um amor recíproco.

Clientes que desenvolveram o padrão de comportamento descrito como transtorno borderline de personalidade podem sofrer ainda mais com o nocivo quebra-cabeça, composto por dados esparsos que coletaram acerca do terapeuta, por meio de buscas virtuais. Os dados são hipervalorizados, usados no intuito de testar a relação terapêutica e seus limites. O cliente pode romancear as informações que lê, imaginar seu terapeuta como perfeito, ou sentir-se ludibriado por ele, porque algo que ouviu na sessão pode não corresponder ao que leu no Orkut. Sente-se, então, enganado e traído. Não precisamos de mais matéria prima para desencontros clínicos. Como bem colocou Fortim (2006),

No setting terapêutico, o objetivo da sessão é estar disponível ao paciente e, portanto, o terapeuta não fala de si nem de suas questões. Isso gera no paciente uma série de curiosidades a respeito do analista, que são normais. Mas, por causa dessa situação peculiar da terapia – uma relação profissional e unilateral onde apenas o paciente se expõe – se estabelece uma relação de poder, onde o terapeuta pode ser visto como detentor de um conhecimento sobre o paciente que ele mesmo não dispõe. Alguns pacientes podem entrar nesta disputa de poder, procurando obter informações que possam ser usadas em momentos adequados, como uma forma de ataque ao terapeuta – como uma forma de dizer-lhe que este não pertence ao reino da perfeição e está desprotegido, tanto quanto o paciente. Saber alguma informação não dada por alguém é, muitas vezes, uma forma de exercer poder so-

bre essa pessoa, e assim a busca do terapeuta no Orkut pode ser entendida como uma busca pela guerra de poder na análise. (p. 57)

Não há soluções prontas, mas de forma geral ousou afirmar que cada profissão tem seu preço: engenheiros civis podem ter calçados imundos com terra e cimento, médicos dão plantões em dias e horas não muito agradáveis, e terapeutas precisam ponderar acerca da função de exporem publicamente dados pessoais no Orkut, My Space, Facebook e similares.

Ainda com referência aos perigosos meandros da internet, vale mencionar a necessidade de nos prepararmos contra a inundação de inverdades científicas, lendas urbanas e fraudes que circulam pela web. Se nosso repertório discriminativo for restrito, como nos proteger e proteger nossos clientes dessas armadilhas? Checar as fontes, reler criticamente emails antes de dar o comando “encaminhar” ou “enviar para lixeira” são habilidades fundamentais para os terapeutas na era da informação digital. Usar um antivírus atualizado diariamente e encaminhar mensagens em cópia oculta, deletando os endereços do remetente e destinatários da mensagem que chegou até você é tão importante quanto descansar, alimentar-se bem ou escovar os dentes. Talvez eu prometa uma moeda de ouro ao terapeuta que provar que se cuida na web e fora dela, com zelo equivalente ao que recomenda aos seus clientes...

Referências

- Fortim, I. (2006). O Orkut na clínica e a relação terapeuta-paciente. Em O. Z. Prado, I. Fortim, & L. Cosentino (Orgs.), *Psicologia & informática: Produções do III Psicoinfo e 2ª jornada do NPPI* (pp. 48-60). São Paulo, SP: Conselho Regional de Psicologia de São Paulo. Retirado de <http://www.bvs-psi.org.br/ebooks/PsiInfo.pdf#page=49>
- Honorato, E. J. S. (2006). Comunidade virtual Orkut: Uma análise psicossocial. Em O. Z. Prado, I. Fortim, & L. Cosentino (Orgs.), *Psicologia & informática: Produções do III Psicoinfo e 2ª jornada do NPPI* (pp. 31-47). São Paulo, SP: Conselho Regional de Psicologia de São Paulo. Retirado de Fortim, I. (2006). O Orkut na clínica e a relação terapeuta-paciente. Retirado de <http://www.bvs-psi.org.br/ebooks/PsiInfo.pdf#page=49>
- Kohlenberg, J. R., & Tsai, M. (2001). *Psicoterapia analítica funcional: Criando relações terapêuticas intensas e curativas*. (R. R. Kerbauy et al., Trad.). Santo André, SP: ESETec. (Trabalho original publicado em 1991)
- Lobato, M. (2008). *O presidente negro*. Rio de Janeiro, RJ: Globo. (Trabalho original publicado em 1926)
- Prado, O. Z., Fortim, I., & Cosentino, L. (2008). *Psicologia & informática: Produções do III Psicoinfo e 2ª jornada do NPPI*. São Paulo, SP: Conselho Regional de Psicologia de São Paulo. Retirado de <http://www.bvs-psi.org.br/ebooks/PsiInfo.pdf#page=49>
- Wielenska, R. C. (2009). Jovens terapeutas comportamentais de qualquer idade: Estratégias para a ampliação de repertórios insuficientes. Em R. C. Wielenska (Org.), *Sobre comportamento e cognição: Desafios, soluções e questionamentos*, (pp. 286-296). Santo André, SP: ESETec.
- Zamignani, D. R., & Banaco, R. A. (2007). Um panorama analítico-comportamental sobre os transtornos de ansiedade. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 7(1), 77-92. Retirado de <http://revistas.redepsi.com.br/index.php/RBTCC/article/view/44/33>.

Informações do artigo

História do artigo

submetido em 31/08/2009

primeira decisão editorial em 09/09/2009

segunda decisão editorial em 25/01/2010

aceito para publicação em 25/01/2010