



UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA  
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM  
PSICOLOGIA - MESTRADO



---

NATÁLIA QUINTELA ROCHA

**A TEORIA DA PERSONALIDADE NA TERAPIA COGNITIVA DE AARON BECK**

JUIZ DE FORA

2013

NATÁLIA QUINTELA ROCHA

**A TEORIA DA PERSONALIDADE NA TERAPIA CONGITIVA DE AARON BECK**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Juiz de Fora como requisito para a obtenção do grau de mestre em Psicologia.

Orientador: Gustavo Arja Castañon

Juiz de Fora

2013

Natália Quintela Rocha

**A TEORIA DA PERSONALIDADE NA TERAPIA COGNITIVA DE AARON BECK**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Juiz de Fora como requisito para a obtenção do grau de mestre em Psicologia.

Comissão Examinadora

---

Prof. Dr. Gustavo Arja Castañon – Orientador  
Universidade Federal de Juiz de Fora

---

Prof. Dr. Lélío Moura Lourenço  
Universidade Federal de Juiz de Fora

---

Profª. Dra. Ângela Donato Oliva  
Universidade do Estado do Rio de Janeiro

## AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por me conceder saúde e por me ajudar a ter força, coragem e perseverança nesta empreitada.

Aos meus pais e familiares pelo amor e apoio incondicionais e por sempre apostarem nos meus sonhos e objetivos.

Aos amigos de turma e, de forma particular, às amigas Viviam Vargas de Barros e Flaviane Bevilaqua Felicíssimo, que muito me ajudaram na superação de minhas dificuldades técnicas e que também foram o tronco forte com que pude contar nos momentos de doença e aflição. Que o fim desta trajetória não seja motivo para romper o vínculo tão bonito que criamos.

Em especial agradeço ao meu orientador Gustavo Arja Castañon pela confiança e por acreditar em mim desde o começo, e ainda pelo apoio e compreensão nos momentos em que mais precisei. Além dos ensinamentos de um grande mestre, me ensinou muito também da vida, a você minha eterna gratidão e grande admiração enquanto professor e mais ainda enquanto ser humano.

Agradeço aos avaliadores, professora Ângela Donato Oliva e professor Lélío Moura Lourenço pelas correções e sugestões que me ajudaram a direcionar este trabalho e, aproveito para agradecer também ao professor Saulo de Freitas Araújo e à professora Carmen Beatriz Neufeld pelas contribuições que muito me valeram.

Agradeço a todo o Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Juiz de Fora e a Capes pelo investimento e auxílio que tornou possível a realização deste projeto.

*“Tudo posso naquele que me fortalece”.*

*(Filipenses 4:13)*

## RESUMO

Esta pesquisa tem por objetivo inventariar as teses sobre personalidade de Aaron Beck e realizar uma análise em relação ao estado em que se encontra a teoria da personalidade de sua abordagem. O campo teórico da Terapia Cognitiva é um tanto negligenciado e possui ainda muitas lacunas, sendo o da teoria da personalidade uma das principais. Para analisar o estado atual do problema na TC, primeiramente descrevemos alguns critérios de teoria científica e da personalidade, além de apresentar brevemente uma discussão e histórico sobre o conceito de personalidade e suas teorias. Posteriormente descrevemos as teses de Beck a partir dos modelos que ele apresentou ao longo de sua obra, sendo o primeiro deles o modelo de depressão, que foi elaborado inicialmente por Beck para explicar e tratar pacientes deprimidos, o segundo o modelo de psicopatologia, em que o autor propõe uma expansão da teoria original para outros transtornos psiquiátricos com poucas alterações na estrutura teórica básica, e o terceiro o modelo modal, sua recente proposta teórica com a apresentação e incorporação de novos conceitos e hipóteses à teoria original, que surge como tentativa de resolver alguns problemas levantados por Beck e seus críticos. Por fim, realizamos a avaliação das teses encontradas. Concluímos que apesar de as teses de Beck sobre personalidade serem relevantes e consistentes, não constituem ainda uma teoria da personalidade completa, pois existem nela lacunas importantes. As principais delas se referem ao posicionamento em relação a uma teoria da motivação e a uma teoria explícita de funcionamento da personalidade não patológica.

Palavras-chave: Teoria da personalidade. Terapia Cognitiva. Teoria Cognitiva. Aaron Beck.

## **ABSTRACT**

This research aims to survey the Aaron Beck's thesis about personality and analyse the state of the theory of personality in his approach. The theoretical framework of Cognitive Therapy is somewhat neglected and still has many gaps, especially in personality theory. To analyze the current state of this problem in the Cognitive Therapy, we first described some criteria of scientific theory and personality theory, and briefly present a discussion about the concept of personality and its theories. Later we described Beck's thesis from the models he showed throughout his work, the first of them, his model of depression, which was originally developed by Beck to explain and treat depressed patients. The second, the psychopathology model, in which the author proposes an expansion of the original theory to other psychiatric disorders with little change in the basic theoretical framework, and the third is the modal model, his recent theoretical proposal in which he presented and incorporated new concepts and hypotheses to the original theory. This model appears as an attempt to solve some problems in TC raised by Beck himself and by his critics. Finally, we evaluate the thesis found. We conclude that although Beck's thesis about personality are relevant and consistent, don't constitute a complete theory of personality, because of important gaps. The main of them refer to a lack of a theory of motivation and an explicit theory of nonpathological personality.

Keywords: Theory of Personality. Cognitive Therapy. Cognitive Theory. Aaron Beck.

## LISTA DE FIGURAS

|                  |  |    |
|------------------|--|----|
| <i>Figura 1.</i> | O perfil cognitivo dos transtornos psicológicos .  | 52 |
| <i>Figura 2.</i> | Quadro de estratégias típicas superdesenvolvidas e subdesenvolvidas                            | 54 |
| <i>Figura 3.</i> | Quadro de crenças e estratégias básicas associadas a transtornos tradicionais da personalidade | 56 |
| <i>Figura 4.</i> | Modelo do processamento de informação esquemático ou modelo linear                             | 60 |
| <i>Figura 5.</i> | Modelo Modal (ativação dos modos)  | 65 |



## SUMÁRIO

|          |  |    |
|----------|--|----|
| <b>1</b> | <b>INTRODUÇÃO</b>  | 9  |
| 1.1      | DELIMITAÇÃO DO PROBLEMA  | 9  |
| 1.2      | HIPÓTESE   | 10 |
| 1.3      | JUSTIFICATIVA  | 10 |
| 1.4      | OBJETIVOS  | 11 |
| 1.5      | METODOLOGIA  | 12 |
| 1.6      | ESTRUTURA DA DISSERTAÇÃO                                       | 12 |
| <b>2</b> | <b>ESTUDO DE TEORIAS DA PERSONALIDADE</b>                      | 14 |
| 2.1      | O QUE É UMA TEORIA?  | 15 |
| 2.2      | CONCEITO DE PERSONALIDADE                                      | 22 |
| 2.3      | TEORIAS DA PERSONALIDADE                                       | 25 |
| <b>3</b> | <b>TESES DE TEORIA DA PERSONALIDADE NA TC DE BECK</b>          | 37 |
| 3.1      | ASPECTOS HISTÓRICOS, MODELO DE DEPRESSÃO E TESES GERAIS        | 37 |
| 3.2      | MODELO DE PSICOPATOLOGIA OU DE TRANSTORNOS DA<br>PERSONALIDADE | 48 |
| 3.3      | MODELO MODAL   | 61 |
| <b>4</b> | <b>AVALIAÇÃO DA TEORIA DA PERSONALIDADE DA TC DE BECK</b>      | 72 |
| 4.1      | AVALIAÇÃO CRÍTICA  | 72 |
| <b>5</b> | <b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>                                    | 80 |
|          | <b>REFERÊNCIAS</b>   | 82 |

## 1 INTRODUÇÃO

O tema abordado pela presente pesquisa é a teoria da personalidade, implícita ou explícita, dentro do arcabouço teórico da Terapia Cognitiva de Aaron Beck. O problema que se coloca em questão refere-se à existência de fundamentos e teses que configurariam uma teoria da personalidade desta abordagem.

Diante da observação de que o foco da teoria/terapia cognitiva esteve voltado, até o momento, para os estudos da psicopatologia e para a elaboração de um modelo psicoterapêutico, notamos que a formulação de uma teoria da personalidade ou de um modelo de personalidade nesta abordagem pode ainda encontrar-se desestruturada, incompleta e/ou desorganizada. Isto pode dificultar o entendimento da teoria e também prejudicar a prática da terapia cognitiva, ou, no mínimo, pode ser considerada uma lacuna teórica.

Por ser esta perspectiva ainda recente e estar constantemente sofrendo alterações e aprimoramentos, consideramos que esta investigação se faz necessária como sendo uma tentativa de suprir a deficiência supracitada além de impulsionar pesquisas nesta área. A partir disto, consideramos importante o estudo a que nos propomos, por identificar e reunir os aspectos que podem constituir uma teoria da personalidade dentro da Terapia Cognitiva, de forma diferenciada do modelo cognitivo da psicopatologia, que, diga-se de passagem, é como tem sido amplamente estudada a personalidade nesta abordagem até o presente momento. Dessa forma pensamos estar colaborando com o avanço no campo da teoria da personalidade e também no campo da Terapia Cognitiva.

### 1.1 DELIMITAÇÃO DO PROBLEMA

O problema básico da presente pesquisa, ou seja, o ponto chave sobre o qual realizamos uma investigação, diz respeito à identificação das teses de Beck sobre a personalidade e teoria da personalidade. Delimitamos os seguintes problemas específicos colocados através das perguntas:

- a) Quais são os critérios que definem uma teoria da personalidade?
- b) Quais são as teses defendidas na obra de Aaron Beck que podem ser consideradas teses sobre um modelo de personalidade?

- c) Estas teses constituiriam de fato uma teoria da personalidade integrada? Ou seja, estariam em acordo com os princípios que definem e/ou constituem uma teoria da personalidade? E ainda, estas teses ofereceriam uma teoria consistente?

Para tanto, foi executado, então, um inventário das teses de Beck em que foi possível identificar aspectos de uma teoria da personalidade na Terapia Cognitiva. Uma vez identificadas estas teses, foi avaliado se elas constituem um modelo integrado.

## 1.2 HIPÓTESE

Nossa hipótese era que a partir da investigação cuidadosa da obra de Aaron Beck, encontraríamos os subsídios, ou seja, as teses necessárias para a formulação de uma teoria da personalidade da Terapia Cognitiva, pois os fundamentos e princípios desta estão alicerçados em conceitos teóricos que, embora não estejam organizados como uma teoria da personalidade sistematizada, fornecem os requisitos exigidos na constituição de uma. Portanto, resumidamente, a hipótese a partir da qual partimos é a de que existe uma teoria da personalidade na Terapia Cognitiva de Aaron Beck, ainda que não seja uma teoria completa e integrada. E, de fato, o que encontramos foram teses, conceitos e fundamentos que fazem parte de uma teoria da personalidade, contudo como veremos nas análises, existem ainda alguns aspectos de grande importância em uma teoria da personalidade que não são apresentados na obra de Beck, por exemplo, seu posicionamento a respeito da motivação humana, além de várias questões sobre as quais o autor não apresenta seu posicionamento de forma clara e explícita.

## 1.3 JUSTIFICATIVA

A justificativa social para a escolha do tema é a importância da sistematização de uma teoria ou modelo de personalidade para a prática da Terapia Cognitiva. Uma abordagem terapêutica, com tal relevância e aceitação, ainda carece de um modelo/teoria da personalidade elaborado de forma organizada e clara. Para tanto realizamos esta investigação no intuito de dar um passo nesta direção, para que, quem sabe futuramente, uma clara teoria

da personalidade possa dar maior respaldo para os profissionais que utilizam esta ferramenta em seus consultórios e, conseqüentemente um melhor serviço prestado à população que se beneficia de nossa profissão.

A justificativa teórica para a escolha do tema reside na dispersão em que se encontra esta suposta teoria cognitiva da personalidade, uma vez que foi sendo construída com foco para a aplicação da terapia cognitiva. Pode-se observar que, mesmo com todo o avanço da teoria e da terapia cognitiva nos últimos anos, ainda existem lacunas, pois não encontramos um modelo de personalidade sistematizado, nem a validação de uma explícita teoria da personalidade na obra de Aaron Beck.

#### 1.4. OBJETIVOS

O objetivo deste trabalho foi encontrar e inventariar, através de pesquisa da obra de Aaron Beck, os aspectos que se refiram a uma possível teoria ou modelo de personalidade dentro da teoria e terapia cognitiva criada por ele. Especificamente, investigaram-se os textos onde o autor aborda mais claramente o tema em questão (ou seja, textos sobre teoria) a fim de identificar os fatores ou aspectos que poderiam constituir uma teoria da personalidade. Posteriormente, avaliou-se os dados coletados, julgando-os em relação aos princípios formais exigidos em uma teoria da personalidade.

Assim, os objetivos específicos derivados destes foram:

- a) Pesquisar toda a obra de Aaron Beck na base de dados do P<sub>S</sub>ycINFO;
- b) Descrever as teses encontradas na obra de Beck sobre teoria da personalidade;
- c) Avaliar os dados coletados, por meio da análise comparativa entre os requisitos de uma teoria da personalidade e as teses de Beck inventariadas.

O trabalho resultante desta pesquisa visou ainda suscitar reflexão sobre o tema, com o objetivo de realçar a necessidade de discussão e produção na área, tendo em vista que o modelo e/ou a teoria da personalidade organizada de maneira sistemática na teoria e terapia cognitiva de Aaron Beck ainda é incipiente.

## 1.5. METODOLOGIA

Para alcançar os objetivos a que nos propomos, a investigação foi realizada a partir de uma pesquisa bibliográfica e teórico/descritiva, consultando-se as obras de Aaron T. Beck relativas ao assunto em questão, ou seja, as fontes primárias, bem como livros- texto sobre teorias da personalidade e artigos científicos que versem sobre a terapia cognitiva de Aaron Beck, ou seja, as fontes secundárias. Por se tratar de uma pesquisa eminentemente bibliográfica, a pesquisa do material (bibliográfica) foi feita por meio de buscas na base de dados PsycINFO, maior banco de dados em Psicologia, assim como as fontes secundárias relativas ao tema. Foram avaliados todos os abstracts da obra de Beck, assim como a literatura secundária encontrada, sendo que foram descartadas aquelas obras de Beck que abordam aspectos estritamente técnicos e relativos a intervenções terapêuticas, uma vez que não é este o objetivo do presente trabalho. Então, foram selecionados todos os textos considerados como relevantes para a pesquisa. Já a pesquisa teórica foi realizada fundamentalmente pela comparação dos requisitos de uma teoria da personalidade com as teses encontradas na obra de Beck, avaliando a adequação das teses a estes requisitos bem como sua consistência interna.

## 1.6 ESTRUTURA DA DISSERTAÇÃO

O trabalho é composto de uma “Introdução”, na qual foram apresentados, de forma sucinta, o tema, a delimitação do problema, a hipótese, a justificativa, os objetivos e a metodologia da pesquisa assim como sua estrutura de elaboração e cronograma. No primeiro capítulo são apresentados os princípios formais que regem uma teoria científica, discussões sobre o conceito de personalidade e também a caracterização de uma teoria da personalidade. No segundo capítulo são apresentadas as teses sobre teoria da personalidade encontradas na obra de Beck da Terapia Cognitiva, onde estão inventariados os modelos que podem ser identificados ao longo do desenvolvimento da teoria cognitiva do autor. No terceiro capítulo, é apresentada uma avaliação da teoria da personalidade na Terapia Cognitiva de Beck, assim como uma síntese de suas teses e uma avaliação crítica julgando se as teses encontradas

constituiriam uma teoria da personalidade completa, integrada. Por fim, foram apresentadas as considerações finais da análise decorrente da pesquisa.

## 2 ESTUDO DE TEORIAS DA PERSONALIDADE

Este capítulo possui um caráter conceitual, e se dedica a definir teoria, teoria científica, personalidade e a caracterizar o estudo da personalidade. Com isso, pretende estabelecer os requisitos necessários para a composição de uma teoria da personalidade contemporânea.

Sendo assim, começa com a seção 2.1, onde se apresentam as definições sobre o que é uma teoria, necessárias para o reconhecimento e análise de uma. Logo em seguida, na mesma seção, será abordada a definição e caracterização de uma teoria científica. A partir destas definições, serão analisados os dados a fim de estabelecer a existência ou não de uma teoria da personalidade consistente na obra de Beck e, ainda, a natureza (científica ou não) dessa teoria.

Na seção 2.2 será abordado o problema do conceito de personalidade, sua utilização na Psicologia e também a caracterização deste campo de estudo na disciplina. Serão explicitados alguns dos impasses e dificuldades do campo, o que tornará evidente alguns motivos de sua marginalização e negligência por parte da ciência psicológica. Também serão expostas algumas concepções referentes ao estudo da personalidade na Terapia Cognitiva de Beck, particularmente a definição geral de personalidade aceita por esta perspectiva teórica.

Por fim, na seção 2.3 será abordado o campo da teoria da personalidade, contemplando as características que constituem esta área de pesquisa na ciência psicológica, algumas visões de ser humano que os teóricos da personalidade apresentam de forma geral e, ainda, quais os principais aspectos da personalidade que precisam ser apreciados por uma teoria da personalidade contemporânea, o que auxiliará na avaliação das áreas básicas que a teoria da personalidade de Beck deve contemplar.

Todos os pontos que serão apresentados neste capítulo, ou seja, as definições de teoria e teoria científica, a definição de personalidade e características do campo de estudo, a área das teorias da personalidade e os aspectos estudados, possuem fundamental importância para a realização do objetivo último deste trabalho, qual seja a avaliação de consistência e adequação de uma teoria da personalidade, explícita ou implícita, na obra de Beck.

## 2.1 O QUE É UMA TEORIA?

Nesta seção será abordada brevemente a conceituação filosófica do que é uma teoria e ainda uma teoria científica, baseando em teóricos como Carl Hempel, Ernest Nagel e Karl Popper. Serão ainda contempladas algumas características como a natureza e a função das teorias científicas e, também serão estabelecidos alguns critérios básicos que demarcam e firmam como científicas certas teorias e deixam tantas outras fora da ciência, considerando a ciência como a entendemos no presente momento, em seu estado atual. Estas definições e demarcações são vitais para esta pesquisa por colocar os limites e diferenciar entre o que é uma teoria e o que é uma teoria científica, tendo em vista que o objetivo é investigar e averiguar a existência de uma teoria da personalidade (científica ou não) dentro do arcabouço teórico da Terapia Cognitiva de Aaron Beck.

A primeira pergunta que surge quando se quer realizar uma análise sobre uma teoria da personalidade diz respeito ao que estamos chamando de teoria.

Segundo Mora (2004) o verbo grego equivalente à teoria significa olhar, observar e também contemplar, assim como o é no sentido filosófico original. Já na teoria do conhecimento e na filosofia é possível relacionar a noção de teoria com as noções de princípio, leis e hipóteses, sendo que “o propósito de uma teoria é explicar as leis” (pp. 3474-3475) e que, portanto, só são indiretamente experimentais ao contrário das leis.

De acordo com Abbagnano (2000) teoria seria, principalmente para os gregos, pura especulação, mas também em uma segunda apreciação consistiria de “uma condição hipotética ideal, na qual tenham pleno cumprimento normas e regras, que na realidade são observadas imperfeita ou parcialmente” (p. 952). Além disto, existe alguma relação entre teoria e prática, em que teoria seria “um conjunto de regras também práticas, quando são pensadas como princípios gerais, fazendo-se abstração de certa quantidade de condições que exerçam influência necessária sobre a sua aplicação”.

Ainda segundo Abbagnano (2000) teoria diz respeito também à dita ciência pura, ou seja, aquelas “ciências ou partes de ciências, que consistem na elaboração conceitual” (p. 952), como exemplo temos a física teórica.

Dessa forma temos e assumimos que “teoria é um corpo coerente de conhecimentos sobre um domínio de objetos; quando este corpo de conhecimento é formalizado, se origina uma teoria axiomática” (Mora, 2004, p. 3475).



Tendo explanado sobre a definição de teoria em seu âmbito mais geral, cabem agora considerações acerca de um subtipo específico de teoria, que é a teoria científica. Portanto, para que se possa chegar mais adiante à definição de teoria científica que será adotada neste trabalho, serão expostas, a partir de então, algumas concepções sobre o conceito de teoria científica, defendidas por influentes filósofos da ciência.

De modo geral, uma teoria, para muitos autores relevantes da Psicologia, diz respeito a um instrumento conceitual ou a um conjunto de princípios que auxiliam na compreensão de alguns fenômenos específicos, e esta organização teórica necessita ser coerente e ter seus conceitos ou constructos teóricos definidos claramente para que tornem as teorias úteis e capazes de promover pesquisas sobre seus pressupostos fazendo, assim, avançar o desenvolvimento da área em questão (Beck, A. T., & Alford, 2000; Cloninger, 2003; Schultz, D. P., & Schultz, S. E., 2011).

Para o dicionário Oxford (Honderich, 1995), teoria científica é uma estrutura sistemática que integra leis sobre algum aspecto do mundo num todo consistente, com objetivos preditivos. Dessa forma temos, primeiramente, que uma teoria científica é uma tentativa de explicação do mundo, na verdade, explicação de alguns fenômenos (observáveis) e também da forma como estes fenômenos funcionam, por meio da elaboração de leis, como diz Carl Hempel:

[...] uma teoria é usualmente introduzida quando um estudo prévio de uma classe de fenômenos revelou um sistema de uniformidades que podem ser expressas em forma de leis empíricas. As teorias procuram então explicar essas regularidades e, em geral, proporcionar uma compreensão mais profunda e mais apurada dos fenômenos em questão. Com este fim, interpreta os fenômenos como manifestações de entidades e de processos que estão, por assim dizer, por trás ou por baixo deles e que são governados por leis teóricas características, ou princípios teóricos, que permitem explicar as uniformidades empíricas previamente descobertas e, quase sempre, prever “novas” regularidades (Hempel, 1970, p. 92).

De acordo com Mora (2004) a definição de teoria científica proporcionada por Braithwait refere-se a “um sistema dedutivo no qual certas consequências observáveis se seguem da conjunção de fatos observados com a série das hipóteses fundamentais do sistema” (p. 3475).

Para Karl Popper (2007), uma teoria refere-se ao esforço de tentar capturar e explicar fenômenos do mundo, por isso mesmo as teorias que se submetem a critérios científicos estão constantemente mudando e evoluindo (autocorregibilidade). Contudo, cabe ressaltar que tal sistema teórico “deve ser formulado de maneira suficientemente clara e completa, de sorte a

tornar qualquer novo pressuposto prontamente reconhecido pelo que ele é: uma modificação e, portanto, uma revisão do sistema” (Popper, 2007, p. 74). Daí a necessidade suscitada pelo autor de se conseguir a “forma de um sistema rigoroso” que, em sua perspectiva, é denominado de “sistema axiomatizado” (Popper, 2007, p. 75). Para tanto, de acordo com Popper (2007) um sistema teórico haveria de formular um conjunto de axiomas que contemplassem quatro requisitos fundamentais, ou seja, este conjunto de axiomas deveria estar livre de contradição, deveria ser independente, deveria ser suficiente e necessário.

É importante salientar que, de acordo com Popper (1975), como estamos em busca de uma teoria científica consistente e válida (verdadeira), temos que partir de uma teoria que ainda não foi falsificada, ou seja, cuja falsidade ainda não foi estabelecida, provada, uma vez que, segundo o autor em questão, não é possível certificar a verdade de uma teoria, é possível no máximo determinar sua falsidade. Popper (1975) ainda afirma que “o teórico, por várias razões, interessar-se-á por teorias não refutadas, especialmente porque algumas delas podem ser verdadeiras. Preferirá uma teoria não refutada a uma refutada desde que esta explique os êxitos e as falhas da teoria refutada” (p. 25).

Assim como Popper (1975), Suppes (1975) rejeita a questão da verificabilidade das teorias e afirma ainda que:

[...] as teorias devem ser encaradas do ponto de vista instrumental (*poder prático de intervir no mundo através de sua capacidade de predição n.a.*). Segundo essa maneira de ver, a função mais importante de uma teoria não é a de organizar ou estabelecer enunciados que sejam verdadeiros ou falsos, mas a de fornecer princípios materiais de inferência que possam ser usados para estabelecer um conjunto de fatos a partir de outro. (Suppes, 1975, p. 120).

Ou seja, o que o autor acima quer deixar claro é que um sistema teórico não pode ser testado diretamente e que, o que se pode testar de uma teoria são algumas de suas consequências empíricas particulares.

Por tratarem-se aqui de teorias científicas, é relevante salientar que estamos considerando-as, de acordo com a dita formalização padronizada, como “um conjunto de sentenças definidas com precisão” (Suppes, 1975, p. 114). Corroborando e, ainda, acrescentando a essa definição do que seja uma teoria científica temos que: “as entidades e os processos básicos introduzidos por uma teoria, assim como as leis admitidas para governá-los, devem ser especificadas com clareza e precisão apropriadas; de outro modo, a teoria não poderia servir ao seu propósito científico” (Hempel, 1970, p. 93).

Ao encontro dos autores acima, Nagel (1975) explicita sua definição de ciência e demarcação de teoria científica a partir de sua explicação sobre o método científico, afirmando que:

Método científico é a lógica geral, tácita ou explicitamente empregada para apreciar os méritos de uma pesquisa. Convém, portanto, imaginar o método da Ciência como um conjunto de normas-padrão que devem ser satisfeitas, caso se deseje que a pesquisa seja tida por adequadamente conduzida e capaz de levar a conclusões merecedoras de adesão racional. (Nagel, 1975, p. 19).

Outra característica de grande relevância de uma teoria científica, além da formulação de sentenças, axiomas, suposições, leis e postulados, diz respeito à “necessidade de *propiciar interpretação empírica*”, o que segundo Suppes (1975, p. 118) é fator tão importante quanto o seu próprio aspecto formal. Da mesma maneira, Hempel (1970) afirma que “as suposições feitas por uma teoria científica sobre os processos subjacentes devem ser suficientemente precisas para permitir a derivação de implicações específicas concernentes aos fenômenos que ela pretende explicar” (p. 93).

Ainda corroborando a ideia acima referente à questão da formalização e da necessidade de uma teoria científica ser passível de teste, D. P. Schultz e S. E. Schultz (2011) também afirmam que “uma teoria formal pode ser submetida a vários testes experimentais objetivos e, conseqüentemente, ser confirmada, modificada ou rejeitada à luz dos resultados” (p. 28). Na segunda parte desta afirmativa observamos a função da testabilidade, o que será mais bem esclarecido pelas considerações adiante referentes às ideias (teses) de Popper.

A formulação de hipóteses específicas expressas sob a forma de leis explicativas é o que caracteriza e fornece à teoria o caráter científico por meio do “poder de explicar as uniformidades previamente observadas e também o de predizer e retrodizer” (Hempel, 1970, p. 94). Cabe ressaltar aqui que, segundo Popper (1975), uma hipótese diz respeito a uma “proposição que apenas se conjectura ser verdadeira” (p. 20), logo as teorias são constituídas de hipóteses explícitas e claras que servem para explicar e predizer o funcionamento de fenômenos e também para (tornar possível a testabilidade) que sejam passíveis de ser submetidas a teste empírico, principalmente aquelas hipóteses que ainda não foram refutadas, por serem teoricamente preferíveis e mais interessantes para novos testes.

Considerando o exposto acima, o teórico terá maior interesse em encontrar a mais testável das teorias concorrentes em um tempo  $t$  para que ele possa submetê-la a novos testes, e a teoria mais testável é aquela que possui ao mesmo tempo “o maior conteúdo de informação e a maior força explanativa” (Popper, 1975, p. 26).

Contudo, Popper (2007) faz uma ressalva em relação a sua tese sobre o caráter explicativo e preditivo das teorias científicas, pois seus opositores e críticos adotaram, por vezes, uma ideia equivocada desta, assim como de outras teses do autor em questão. Vejamos a explicação de Popper (2007) a respeito desta característica tão importante em um sistema teórico:

Minha explanação acerca da explicação foi adotada por alguns positivistas ou ‘instrumentalistas’, que nela viram forma de eliminar a explicação – como asserção de que as teorias explicativas *não passam* de premissas que permitem a dedução de predições. Desejo, pois, deixar bem claro que considero o interesse do estudioso pela *explicação* (isto é, pela descoberta de teorias explicativas) como algo que não se reduz ao interesse prático e tecnológico pela dedução de predições. O interesse que o teórico manifesta pelas predições, de outra parte, é entendido em função de seu interesse pelo problema da verdade das teorias que formula; em outras palavras, é entendido pelo seu interesse em submeter as teorias a prova – com o fito de verificar se é possível mostrar que elas são falsas. (Popper, 2007, p. 64).

A explanação de Popper, acima citada, sobre o caráter explicativo e preditivo de um sistema teórico introduz a questão do critério de cientificidade de uma teoria, que para ele (e também para a maioria da comunidade científica atual) é a falsificabilidade. Significa dizer que é a partir da possibilidade do teste empírico e da capacidade de predizer ou de gerar uma consequência que seja testável que uma teoria pode se caracterizar como científica e, portanto, falsificável, uma vez que o contrário – isto é, se não for possível o teste, caracteriza a tese como metafísica, pela impossibilidade de falseá-la. Dessa forma define-se um limite de demarcação que torna claro o critério necessário para que um sistema de enunciados seja definido como uma teoria científica, o que também torna possível sua apreciação e análise.

Agora podemos dizer que se tornou óbvia sua condição de critério de cientificidade, a falsificabilidade. Se não podemos imaginar, sobre uma teoria, qualquer forma de consequência empírica dela, ou seja, se não podemos imaginar nenhuma situação que em tese poderia refutar essa teoria, estamos diante de uma tese metafísica, não passível de justificação científica. Se afirmarmos que ‘Deus é uno’, essa assertiva pode não ser falsa, mas certamente não é científica, pois não há maneira de deduzir dela nenhuma consequência direta que seja testável, falsificável. A adequação desse critério aqui se torna flagrante. Que observação que possa ser feita não confirma esta teoria metafísica? Por outro lado, que fato poderá desmentir, falsificar tal teoria? Isto, é claro, não significa que a teoria é falsa, significa, ao contrário, que não podemos em nenhum caso imaginável provar que ela é falsa. (Castañon, 2005, p. 92).

É pertinente no momento alguma consideração a respeito do grau de corroboração de um sistema teórico. Popper (1975) entende o grau de corroboração de uma teoria como sendo uma espécie concisa de um relatório que busca avaliar

[...] o estado (num certo tempo  $t$ ) da discussão crítica de uma teoria, com respeito ao modo por que ela resolve seus problemas; seu grau de testabilidade; a severidade dos testes que experimentou; e o modo pelo qual reagiu a esses testes. (Popper, 1975, p. 28).

Sendo assim, o autor definiu o grau de corroboração como sendo um “avaliador relato de atuação passada”, uma vez que não pode, ou não tem a capacidade de dizer sobre a “atuação futura” ou “fidedignidade” de uma teoria em um tempo diferente do tempo  $t$ , servindo, portanto, apenas como um meio de preferir uma teoria em relação a outras. É relevante considerar aqui que podemos ver esta característica na Terapia Cognitiva.

Se temos um problema  $P$ , e temos uma proposta de solução que é a teoria  $T$ , então acreditamos que a teoria  $T$  é verdadeira. Sendo verdadeira, ela trará uma série de consequências particulares empiricamente observáveis:  $cp_1$ ,  $cp_2$ ,  $cp_3$ ,...,  $cp_n$ . Se estas consequências se constatarem, a teoria é provisoriamente corroborada, e aceita. Se não se constatarem, desmentem, falseiam, falsificam a teoria. Esta então é descartada e se procura outra. (Castañon, 2005, p. 92).

Portanto, Popper (1994) defende que os cientistas não chegam às suas teorias pelo método de generalizações a partir de observações. A ideia é que os cientistas começam por propor as suas teorias (ou conjecturas) sujeitando-as depois a rigorosos testes. Ou seja, o que está na base do método científico não é a indução, mas um processo de conjecturas e refutações. Quando uma teoria passa o teste empírico, diz-se que foi corroborada continuando a ser desenvolvida e testada. Quando falha o teste, é falsificada e conseqüentemente abandonada. Sendo assim, uma teoria é tanto melhor quanto maior for o seu grau de *falsificabilidade*, tendo em vista, contudo, que quanto mais previsões fizer maiores serão os riscos de refutação.

Corroborando com Popper (2007), Chalmers (1993) ainda salienta que o objetivo da ciência seria o de falsificar teorias e colocar no lugar da teoria falsificada outra que fosse melhor, ou seja, que demonstrasse maior capacidade de submissão a teste.

O processo descrito acima no qual as hipóteses ou teorias são substituídas por outras ou sofrem elas mesmas alguma alteração no sentido de corrigir algum pressuposto que foi falsificado, é denominado por Popper “autocorregibilidade”, que é uma característica das

teorias científicas de estarem em constante processo de mutação, e sobre a qual Castañon (2005) afirma:

Não sabemos nunca se nossas hipóteses sobre a realidade são verdadeiras, mas sabemos que, com o método, as teorias e os instrumentos que temos em dado momento histórico, elas são as melhores disponíveis. Assim, abandona-se o velho ideal de conhecimento como “crença verdadeira justificada”, pois nunca podemos justificar uma crença como verdadeira, somente, como a mais próxima da verdade entre as crenças testadas. (Castañon, 2005, p. 95).

Em relação aos aspectos que constituem uma teoria científica, Nagel (2006) afirma que uma teoria científica é constituída a partir da associação de uma variedade de noções com determinado nível intuitivo juntamente com alguns conceitos ou termos descritivos e específicos, que são a parte não lógica de uma formulação, e de partículas lógicas como “se... então” (p. 131). Ao considerarmos possível esta distinção, torna-se viável a análise das relações lógicas que permeiam os pressupostos e termos conceituais de uma teoria, adquirindo assim a forma de um sistema dedutivo, o que também possibilita a análise lógica de um sistema teórico.

Para Suppes (1975) o esboço-padrão de uma teoria científica também é composto de duas partes, sendo a primeira a parte lógica e abstrata, na qual estão os postulados ou enunciados axiomáticos e também os termos teóricos – aqueles que não são relacionados diretamente a fenômenos observáveis, e na segunda parte constam “um conjunto de regras que atribuem conteúdo empírico” (p. 112) à parte lógica. O autor ainda ressalta que “a primeira parte não basta para definir uma teoria científica, pois sem especificação sistemática da interpretação empírica objetivada não é possível, em sentido algum, apreciar a teoria como parte da ciência” (Suppes, 1975, p. 112).

Assim, uma teoria científica com formalização-padrão pode ser analisada, e esta análise pode ser realizada a partir dos critérios formais e lógicos, ou seja, é necessário que se avalie tanto a adequação de seu conteúdo empírico como a relação lógica entre seus componentes. Em outras palavras, tanto sua coerência quanto sua consistência.

Popper (2007) ao referir-se ao *princípio da causalidade* escreve sobre o fato de continuarmos em busca de leis universais e também de um sistema teórico consistente. Salienta ainda que “a decisão de buscar explicações causais é que leva o cientista a caracterizar seu objetivo – ou o objetivo da ciência teórica” (Popper, 2007, p. 63), e também afirma que tal objetivo é estar em constante busca de teorias explicativas e, ainda mais em busca de encontrar uma que seja verdadeira e consistente, ou seja, uma ou mais teorias que

“descrevam certas propriedades estruturais do mundo e que nos permitam deduzir, com auxílio de condições iniciais, os efeitos que se pretende explicar” (Popper, 2007, p. 64). Portanto, foi por inspiração desta concepção e é com este fito que nos lançamos na realização da presente pesquisa.

Isto posto, fica estabelecido que é partindo destes critérios, concepções e definições de teoria e teoria científica expostos pelos autores referidos acima, principalmente por Popper, que seremos guiados no decorrer deste trabalho.

## 2.2 CONCEITO DE PERSONALIDADE

Neste item serão explicitadas algumas definições possíveis do termo personalidade na Psicologia ressaltando o fato de que cada teoria irá fornecer um conceito de personalidade de acordo com a ênfase adotada em seus próprios pressupostos fundamentais, focando mais em alguns aspectos da personalidade em detrimento de outros. Isto é relevante para a presente pesquisa, pois auxilia na compreensão de uma característica específica do campo: a falta de uma definição única. Posteriormente serão esboçados alguns dos aspectos que compõem o estudo da personalidade na TC de Beck ressaltando ainda um conceito de personalidade aceito pelo autor, o que fornecerá certo direcionamento do que será encontrado durante a pesquisa e que será o material a ser analisado.

Por se tratar de um estudo da personalidade, torna-se indispensável adotar uma definição do conceito, que vem acompanhado de abrangência e controvérsias consideráveis, estando longe da unanimidade. Para simplificar a discussão, será conveniente abordar de forma breve algumas considerações e definições que se encontram no estudo das teorias da personalidade de uma forma geral e, também, nos pressupostos teóricos da terapia cognitiva de Aaron Beck.

Existem algumas categorizações na tentativa de definir o que seria a personalidade, como Allport (1937, 1961) fez ao distinguir entre uma definição biossocial e uma definição biofísica. Assim também, outros autores propõem demarcações nas quais “personalidade” se torna um termo globalizante ou do tipo coletânea, outros que enfatizam características como a função de ajustamento, ou ainda os que consideram a personalidade como sendo a essência própria do indivíduo. Contudo, uma consideração importante se faz necessária, pois, o que de

fato definirá o termo ou conceito personalidade será a própria teoria e, por conseguinte, a escolha teórica do autor.

Dessa forma, é possível afirmar que “se a teoria enfatiza a singularidade e as qualidades organizadas e unificadas do comportamento, é natural que a definição de personalidade inclua a singularidade e a organização como atributos importantes da personalidade”, logo, “a personalidade é definida pelos conceitos empíricos específicos que fazem parte da teoria da personalidade empregada pelo observador” (Hall, Lindzey & Campbell, 2000, p. 33).

Como exemplo disso, temos Allport, teórico importante na definição da abordagem humanista, que caracterizou a teoria da personalidade de modo geral. Talvez sua principal contribuição, ou pelo menos para o presente estudo, seja a definição de personalidade como um “Homem Total”, o que abarca um dos aspectos principais defendidos por esta perspectiva teórica. Com relação a isso, Geiwitz (1973) aponta que:

O Homem Total indica algo sobre si mesmo em tudo o que ele faz. O Homem Total é também organizado dentro de si; seus vários atos e pensamentos são integrados e têm um certo grau de coerência que se mantém no tempo. Essa organização, no seu mais alto nível, é o que denominamos personalidade. O que é organizado inclui reflexos, hábitos, atitudes, valores e assim por diante. À medida que o homem se desenvolve de bebê para criança, adolescente e adulto, uma das principais mudanças é nessa organização ou integração de seus vários comportamentos [...]. Finalmente, no nível mais alto, temos a “personalidade” a integração final de todos os sistemas inferiores [...]. (Geiwitz, 1973, pp. 14-15).

O conceito de personalidade de acordo com Hall et al. (2000) refere-se ao que organiza e gera coerência aos vários comportamentos e experiências de uma pessoa, ou seja, a personalidade “é a organização ou o padrão dado às várias respostas distintas do indivíduo” (p. 32). Assim sendo, diz respeito ao que é único e peculiar, ou seja, refere-se ao que “é distintivo no indivíduo e o diferencia de todas as outras pessoas”. Poderemos observar no próximo capítulo que alguns pressupostos e definições de personalidade da terapia cognitiva enfatizam o caráter integrativo e organizador da personalidade, corroborando com o conceito apresentado acima em que “a personalidade é aquilo que dá ordem e congruência a todos os comportamentos diferentes apresentados pelo indivíduo” (Hall et al., 2000, p. 32).

Uma das definições possíveis para a personalidade, segundo Pervin e John (2004) pode ser a seguinte: “a personalidade representa aquelas características da pessoa que explicam padrões consistentes de sentimentos, pensamentos e comportamentos” (Pervin & John, 2004, p. 23). Existem outras, como a que propõem Gazzaniga e Heatherton (2005) que



consideram que “a personalidade se refere às características, respostas emocionais, pensamentos e comportamentos do indivíduo que são relativamente estáveis ao longo do tempo e em diferentes circunstâncias” (p. 471). Ainda, segundo R. L. Atkinson, R. C. Atkinson, Amith, Bem e Nolem-Hoeksema (2002) o termo refere-se “a disposição ou configuração de características individuais e formas de comportamento que determinam os ajustamentos singulares do indivíduo ao seu ambiente” (p. 463). É possível observar que cada teórico adota uma definição com nuances próprias, e que em cada definição constam certos tipos de fatores, ressaltando que alguns aspectos são regularmente apresentados como as emoções, os pensamentos, os comportamentos, o contexto ambiental e a estabilidade no tempo.

Considerando, segundo os autores Hall et al. (2000), que a personalidade “consiste concretamente em uma série de valores ou termos descritivos que descrevem o indivíduo que está sendo estudado em termos das variáveis ou dimensões que ocupam uma posição central dentro de uma teoria específica” (p. 33), temos que uma definição qualquer deste termo para a ciência serve para indicar quais áreas ou quais os fatores deveriam ser estudados e como fazer isto da melhor forma.

Assim sendo, veremos agora uma definição de personalidade geral assumida por Beck, e no próximo capítulo veremos alguns termos conceituais centrais e as principais teses e fatores referentes ao estudo da personalidade encontrados na obra do autor, na tentativa de descrever e explicitar o que o autor caracteriza como “personalidade”, e se o que apresenta que pode ser considerado como teoria da personalidade.

A definição da perspectiva cognitiva pode ser considerada avançada por articular variados aspectos para além do mero comportamento, como os pensamentos e as emoções. O próprio conceito de personalidade pode ser considerado como integrador, por sua tentativa de explicar o funcionamento dos mais variados sistemas e suas inter-relações, como podemos observar na seguinte definição de personalidade assumida por Beck, sugerida por Ross (citado por Beck, A. T., & Alford, 2000):

[...] um constructo composto que representa a soma total das ações, dos processos de pensamento, das reações emocionais, e das necessidades motivacionais da pessoa, através dos quais ela, como organismo biológico geneticamente programado, interage com seu ambiente, influenciando-o e sendo influenciada por ele. (Ross, citado por Beck, A. T., & Alford, 2000, p. 32).

Para A. T. Beck e Alford (2000) então, o termo personalidade caracteriza os padrões específicos dos processos citados acima. E assume ainda que para a perspectiva cognitiva a definição de personalidade está vinculada basicamente aos processos esquemáticos que vão direcionar o funcionamento psicológico como um todo.

A personalidade, ou as estratégias comportamentais predominantes em um indivíduo, seriam condizentes com os padrões cognitivos e afetivos que, por sua vez, estão intimamente relacionadas às crenças que geram o comportamento (Beck, A. T., Freeman, & Davis, 2005).

Esta definição acima será a que assumiremos de início como a definição de personalidade aceita por Beck, mas que com o decorrer da pesquisa poderá sofrer algumas alterações, de acordo com o que for encontrado em sua obra, e que será exposto no próximo capítulo. Será, então, a partir do que Beck apresenta como sendo a definição de personalidade e dos pressupostos que regulam os seus processos (suas teses de teoria da personalidade), que iremos julgá-lo no fim desta pesquisa, ou seja, se o autor apresenta ou não uma teoria da personalidade completa e consistente. Vimos então que existem várias definições possíveis para o termo personalidade, e que isto depende basicamente do que cada teoria enfatiza, ou seja, quais os aspectos que um teórico considera que são os mais relevantes para se entender a personalidade dos indivíduos, apesar de, como veremos no próximo item, existir um direcionamento das pesquisas atuais sobre quais fatores precisam ser abordados pelas teorias da personalidade. Foram apresentados ainda alguns exemplos e algumas definições que estão sendo aceitas no campo da pesquisa da personalidade. Por fim, explicitou-se de forma breve uma definição que consideramos ser a aceita por Beck, sendo que no próximo capítulo serão apresentadas suas teses de teoria da personalidade.

### 2.3 TEORIAS DA PERSONALIDADE

Nesta seção abordaremos brevemente o histórico das teorias da personalidade e também algumas características peculiares deste campo, que distinguem as teorias da personalidade de outras áreas da Psicologia e que ajudará a entender um pouco mais sobre como esta área de pesquisa é vista pelos demais pesquisadores da ciência psicológica. Também trataremos de tornar claro algumas funções e atributos particulares a estas teorias, o que também as define enquanto um campo de estudo da Psicologia de maneira diferenciada. Por fim, lançaremos luz sobre algumas das áreas básicas que devem ser explicadas por uma

teoria da personalidade, tendo como referencial o consenso atual de alguns estudiosos da área. Isto será de grande importância para a presente pesquisa, pois fornecerá os principais aspectos que devem estar contidos no estudo da personalidade em qualquer abordagem teórica, apesar de cada uma delas enfatizar determinadas características.

Em se tratando de teoria da personalidade pode-se dizer que o estudo da personalidade como uma área específica, formalizada e sistematizada na Psicologia, apenas iniciou-se no final da década de 1930, tendo como marco da teoria contemporânea da personalidade o trabalho de Gordon Allport (1937, 1961). Foi a partir dos esforços de Allport que o campo começou a ganhar força e certo reconhecimento por alguns psicólogos acadêmicos que começaram a vislumbrar a possibilidade de um estudo científico da personalidade. Desde então, uma série de teóricos e suas distintas abordagens começaram a surgir e avançar no estudo do tema. Podemos citar aqui alguns exemplos como: a abordagem do curso de vida, a abordagem dos traços, os humanistas e a abordagem cognitiva, da qual trata esta pesquisa (Cloninger, 2003; Schultz, D. P., & Schultz, S. E., 2011).

Antes, contudo, já havia outros teóricos que lançavam antecipadamente pressupostos característicos do campo, como Freud, Janet, Jung, entre outros que, partindo de uma tradição clínica, também contribuíram com a determinação da natureza das teorias da personalidade, pois como veremos com mais detalhe adiante, este campo possui historicamente uma grande ligação com a aplicação prática.

Outra influência histórica marcante e fortemente presente na atual visão de teorias da personalidade vem da tradição gestáltica e também de William Stern e refere-se à questão da unidade do comportamento, o que é uma das características importantes da área e que se relaciona com o pressuposto dos teóricos da personalidade de que estudar os aspectos do comportamento de forma fragmentada não leva a uma compreensão integral do mesmo, ou seja, do todo, da unidade (Hall et al., 2000). Apesar de considerar, enquanto estudiosa da área, ser esta uma característica fundamental no campo, esta é criticada por muitos devido à falta de objetividade e clareza que implica.

Dessa forma, os teóricos da personalidade afirmavam que o entendimento do sujeito só surgiria com o estudo da pessoa em sua totalidade e em seu contexto. Isto caracterizou as teorias da personalidade como funcionais, ou seja, como estando voltadas para o funcionamento humano em seu meio ou em sua vida cotidiana, sendo também consideradas teorias integrativas, que tentavam reunir e organizar os mais variados aspectos estudados pelos especialistas. Sendo assim, as teorias da personalidade são caracterizadas como multidimensionais e complexas enfatizando a unidade, porém são também mais vagas e

menos bem especificadas do que as teorias do psicólogo experimental/especialista (Hall et al., 2000). Os autores ainda salientam que “o forte tom funcional das teorias da personalidade e sua preocupação com problemas importantes para a sobrevivência dos indivíduos parecem uma decorrência natural do ambiente em que essas teorias se desenvolveram” (Hall et al., 2000, p. 30).

As teorias da personalidade, ou seja, os teóricos da personalidade buscam compreender a pessoa como um todo, para tanto, consideram os diversos fatores que compõem o funcionamento de um indivíduo como estando constantemente inter-relacionados, avaliando de que maneira estas relações ocorrem e geram um funcionamento total, quer dizer, os teóricos da personalidade estão interessados em saber quais são os aspectos constituintes do funcionamento das pessoas e como se dá a interação entre estes processos que geram este funcionamento de forma integral. Isto requer mais do que o estudo de cada fator ou de cada processo separado, mas exige um estudo da complexidade que surge de suas inter-relações e a organização desta rede enquanto um todo organizado e em funcionamento. Afinal, é desta forma que as pessoas realizam, na vida real, suas tarefas cotidianas (Pervin & John, 2004).

O teórico da personalidade aceitou uma responsabilidade pelo menos parcial de reunir e organizar os diversos achados dos especialistas. O experimentalista poderia saber muito sobre habilidades motoras, audição, percepção ou visão, mas em geral sabia relativamente pouco sobre como essas funções especiais se relacionavam umas com as outras. O psicólogo da personalidade estava, nesse sentido, mais preocupado com reconstrução ou integração do que com análise ou estudo segmental do comportamento (Hall et al., 2000, p. 31).

Esse foco dos teóricos da personalidade no estudo da pessoa como um todo é tão característico que, por vezes, quando esta meta era desviada, alguns pesquisadores da área lamentavam por visualizarem um empobrecimento do campo quando as pesquisas abandonavam ou desmereciam a preocupação em estudar as pessoas de forma integral, em sua totalidade.

Os autores Hall et al. (2000) ainda salientam outra característica importante das teorias da personalidade e que será tratada adiante, a exigência de que estas teorias sejam *abrangentes*, ou seja, que elas tenham capacidade/competência para lidar com uma grande variedade de aspectos relacionados ao comportamento humano, tendo de estar aptas a explicar e prever sobre o funcionamento dos indivíduos. Como veremos, esta mesma característica fundamental de uma teoria da personalidade é também seu maior problema.

A teoria da personalidade ocupou lugar dissidente no desenvolvimento da psicologia. Os teóricos da personalidade foram rebeldes em sua época: rebeldes na medicina e na ciência experimental, rebeldes contra ideias convencionais e práticas usuais, rebeldes contra métodos típicos e técnicas de pesquisa respeitadas e, acima de tudo, rebeldes contra a teoria aceita e os problemas normativos. O fato de que a teoria da personalidade jamais se inseriu profundamente na psicologia acadêmica dominante tem várias implicações importantes. Por um lado, isso possibilitou libertar a teoria da personalidade das garras mortais dos modos convencionais de pensamento e dos preconceitos referentes ao comportamento humano. Ao ficar relativamente fora da instituição da psicologia, era mais fácil para os teóricos da personalidade questionar ou rejeitar as suposições amplamente aceitas pelos psicólogos. Por outro lado, essa falta de envolvimento também os eximia de parte da disciplina e da responsabilidade por uma formulação razoavelmente sistemática e organizada, que faz parte da herança do cientista bem integrado socialmente (Hall et al., 2000, pp. 29-30).

Como vimos acima, as teorias da personalidade, apesar da relevância que têm para o avanço da Psicologia por trazer à tona e estudar aspectos decisivos do comportamento humano, tais como motivação, emoções, relações interpessoais, padrões de pensamento, entre outros, ainda sofrem de relativa marginalidade em relação a outras áreas da ciência psicológica. As críticas feitas às teorias da personalidade, no geral, referem-se à falta de clareza e objetividade, visto que para serem consideradas como tal precisam ser *abrangentes*, englobando um conjunto de fatores e suposições relevantes a respeito do comportamento humano, ou seja, essas teorias precisam ser caracterizadas como uma teoria geral, o que, por vezes, as torna menos específicas e menos claras (Hall et al., 2000; Marx & Hillix, 1990).

Partindo do pressuposto, de acordo com Cloninger (2003) que uma teoria serve para indicar as melhores formas de coletar e sistematizar um gama de variáveis descobertas e ainda qual o caminho mais adequado para se realizar novos achados, ou seja, “quais direções de pesquisa são potencialmente mais proveitosas” (p.11), podemos afirmar que uma teoria da personalidade tem como função principal fornecer estes métodos e a direção a ser tomada para promover o desenvolvimento do campo, ou seja, precisam ser *úteis* (Pervin & John, 2004). E, ainda tendo em vista os requisitos de uma teoria científica que enfatizam a necessidade de definição precisa dos conceitos e também de serem os pressupostos teóricos passíveis de submissão a teste, Maddi (2007, p. 59) salienta que “o valor em levar a sério uma metateoria das teorias da personalidade é que os resultados não só auxiliam na clarificação conceitual, mas também facilitam o teste empírico”.

Então temos que apesar das críticas às teorias da personalidade estas possuem características de teorias formais, ou seja, fundamentam-se em uma gama considerável de dados observacionais que podem corroborar (ou não) suas hipóteses e, desta forma, têm a

probabilidade de serem mais objetivas e sistemáticas do que observações simples do senso comum. Assim, afirmam Pervin e John (2004, p. 37): “como psicólogos da personalidade, tornamos nossas teorias explícitas, declarando claramente as unidades e os processos básicos que consideramos que regulam o comportamento humano”. Ainda segundo estes autores “as regras da ciência exigem que as teorias sejam explicitadas ao invés de ficarem implícitas” (Pervin & John, 2004, p. 37).

Além disto, como já salientado acima, “uma teoria formal pode ser submetida a vários testes experimentais objetivos e, conseqüentemente, ser confirmada, modificada ou rejeitada à luz dos resultados” (Schultz, D. P., & Schultz, S. E., 2011, p. 28). Neste sentido Cloninger (2003) ainda afirma que

Uma teoria também pode ser avaliada pela sua capacidade de confirmação ou refutação, ou seja, deve ser *refutável*. Para ser refutável, uma teoria deve mostrar-se suficientemente precisa para sugerir uma pesquisa que possa tanto apoiar como deixar de apoiar suas bases de sustentação. Se uma teoria for tão vaga e nebulosa de modo que os resultados de pesquisa, tanto positivos quanto negativos, passam a ser interpretados como se lhe prestassem apoio, a teoria não é refutável e deixa de ser útil. (Cloninger, 2003, p. 9).

Por serem teorias formais são submetidas a alguns critérios de avaliação, alguns já comentados acima, quais sejam: abrangência, parcimônia, confiabilidade e validade, e relevância para a pesquisa ou utilidade (Cloninger, 2003; Hall et al., 2000; Pervin & John, 2004; Schultz, D. P., & Schultz, S. E., 2011).

Os critérios de abrangência e parcimônia caracterizam a função de organização da abstração teórica, enquanto o terceiro - utilidade, diz respeito à função de direcionamento da pesquisa. Assim sendo, temos que, a abrangência refere-se ao número, ou seja, a quantidade de fenômenos que explica e, sobretudo, refere-se à significância destes fenômenos, ou seja, à importância ou centralidade que eles têm na explicação do comportamento humano, além do grau de especificidade, ou seja, de exatidão nas previsões que as teses da teoria tornam possíveis. Resumidamente,

[...] uma excelente teoria da personalidade explica uma larga extensão de fenômenos com clareza e especificidade [sendo que elas podem ser] mais fortes em uma característica do que e outra, cobrindo uma extensão mais ampla de fenômenos com um grau menor de especificidade, ou uma extensão mais limitada de fenômenos com um grau maior de especificidade. (Pervin & John, 2004, p. 38).

Em relação à parcimônia, esta se refere à simplicidade teórica, ou seja, a capacidade de “explicar diversos fenômenos de maneira econômica e internamente consistente” (Pervin & John, 2004, p. 38). E, por fim, quanto à utilidade ou relevância para a pesquisa, diz-se principalmente da capacidade de explicitar claramente os conceitos a fim de torná-los passíveis de teste e promover previsões, além de propor o avanço do campo, sugerindo novas hipóteses ou insights, novas técnicas ou métodos de pesquisa e apontando para futuras possíveis relações, o que é caracterizado como o seu valor heurístico (Cloninger, 2003; Hall et al., 2000; Pervin & John, 2004). De acordo com Cloninger (2003) quanto mais útil for a teoria, mais pesquisa será produzida por ela.

As teorias da personalidade servem para juntar e sistematizar uma gama de observações e achados além de sugerir o caminho para novas descobertas. Assim sendo, uma teoria da personalidade está em constante busca de explicar *o que, como e por que* os indivíduos são e agem de determinada maneira. Sendo que *o que* refere-se às características da pessoa, *o como* diz respeito aos determinantes da personalidade, por exemplo: qual grau de influência e de interação entre fatores genéticos e ambientais no comportamento das pessoas. Já *o porquê* está relacionado às razões ou aos aspectos motivacionais que conduzem ou geram determinado comportamento e não outro (Pervin & John, 2004).

Para alcançar as respostas a estas perguntas alguns aspectos são cobrados de uma proposta de teoria da personalidade que pretende ser completa, quer dizer, uma teoria da personalidade completa deve cobrir os seguintes requisitos, são eles: a *estrutura*, ou seja, as unidades básicas ou os blocos constitutivos da personalidade; o *processo*, ou seja, os aspectos dinâmicos da personalidade, incluindo os motivos; o *crescimento e desenvolvimento*, ou seja, como se dá o desenvolvimento da pessoa em sua forma única; os aspectos da *psicopatologia*, ou seja, a natureza e as causas das desordens no funcionamento da personalidade; e a *mudança*, ou seja, como e por que as pessoas podem ser capazes ou incapazes de mudar ou ainda resistirem à mudança (Cloninger, 2003; Pervin & John, 2004).

A estrutura diz respeito aos componentes estáveis e mais permanentes da personalidade, sendo representados pelos “blocos constitutivos da teoria da personalidade” (Pervin & John, 2004, p. 24), ou seja, pelos conceitos que explicam e se correlacionam à personalidade em determinada teoria. E, como já salientados em outras partes deste trabalho temos que:

As teorias da personalidade diferem quanto aos tipos de unidades ou conceitos estruturais que utilizam; elas também diferem na forma como conceitualizam a organização dessas unidades. Algumas teorias envolvem um sistema estrutural complexo, segundo o qual muitos componentes estão ligados entre si de diversas maneiras. Outras teorias envolvem um sistema estrutural simples, segundo o qual alguns componentes apresentam poucas conexões entre si. [...] De maneira semelhante, as teorias da personalidade diferem em relação aos números e tipos de unidades estruturais que enfatizam, e em que medida enfatizam a complexidade ou a organização dentro do sistema. (Pervin & John, 2004, pp. 25-26).

O processo relaciona-se aos conceitos motivacionais dinâmicos usados pelos teóricos da personalidade, os quais buscam explicar os constituintes e o que caracteriza o processo que impulsiona o comportamento dos indivíduos, podendo ser classificados em três categorias: motivos hedônicos, de crescimento e autorrealização ou cognitivos (Pervin & John, 2004). Para estes autores as abordagens cognitivas da motivação enfatizam os “esforços da pessoa para compreender e prever eventos no mundo” (Pervin & John, 2004, p. 26). Fato é que uma teoria da personalidade deve estar preparada para explicar e lidar com vários processos do comportamento humano, e um dos principais aspectos que devem ser apresentados pelos teóricos da personalidade diz respeito a sua perspectiva em relação à motivação humana, ou seja, o que o faz ir para uma determinada direção (Cloninger, 2003; Hall et al., 2000).

O crescimento e desenvolvimento é considerado o aspecto mais desafiador para os teóricos da personalidade, pois é aí que estes devem explicar as diferenças individuais e a característica de unicidade de cada indivíduo, além de ter que abordar os fatores que influenciam, interagem e constituem o ser humano, e estes são muitos. Porém, os fatores mais estudados são agrupados em duas grandes categorias: determinantes genéticos e ambientais, gerando constante oscilação em relação à importância dada a cada aspecto.

Assim, a questão para os psicólogos torna-se entender o processo de desenvolvimento da personalidade como resultado das interações contínuas entre os genes e o ambiente. [...] Para sintetizar, a personalidade é determinada por muitos fatores que interagem, incluindo forças genéticas, culturais, de classe social e de família. [...] É possível enxergar interação dessas diversas forças genéticas e ambientais em qualquer aspecto significativo da personalidade. Uma teoria da personalidade deve explicar o desenvolvimento de estruturas e padrões de comportamento. Uma teoria da personalidade deveria explicar o que se desenvolve, como e por que. (Pervin & John, 2004, p. 31).

Em relação aos processos de psicopatologia, uma teoria da personalidade completa deve ser buscar explicar o motivo ou o porquê algumas pessoas passam pela vida enfrentando



as adversidades de modo razoavelmente saudável enquanto outras pessoas experimentam muito sofrimento e geram comportamentos desajustados. Ou seja, é preciso que uma teoria da personalidade apresente suas hipóteses tanto do aspecto normal quanto do psicopatológico da personalidade (Pervin & John, 2004).

Quanto ao processo de mudança espera-se que uma teoria da personalidade apresente como se realiza e qual o funcionamento que desencadeia a mudança e por que algumas pessoas conseguem efetivamente alcançá-la e outras não, sendo que, por vezes, resistem. Também é esperado que sugeresse um método ou um meio pelo qual se torna possível o processo de mudança, ou seja, um modelo de psicoterapia (Pervin & John, 2004).

Com relação ainda à função e aos atributos formais de uma teoria da personalidade podemos destacar o fato de que esta consiste, segundo os autores Hall et al. (2000), em “um conjunto de suposições relacionadas referentes aos fenômenos empíricos e às definições empíricas relevantes que permitem que o usuário passe da teoria abstrata para a observação empírica” (p. 36), corroborando o citado no subitem 2.1, no que se refere ao princípio necessário da testabilidade, ou seja, a capacidade de tornar as suposições e conceitos teóricos passíveis de experimentação.

É possível observar também uma ordem inversa, sendo que a partir de observações e testes empíricos podem-se formular modelos explicativos organizados, pois, de acordo com D. P. Schultz & S. E. Schultz (2011) uma teoria serve para descrever achados empíricos e assim fornecer uma estrutura, ou seja, “um mapa que representa os dados na sua inter-relação” (p. 27), organizando, sistematizando e articulando as variáveis em certos modelos e padrões.

No que se refere às áreas básicas que uma teoria da personalidade deve contemplar, é possível relacionar alguns aspectos mais evidentes presentes nas teorias da personalidade contemporânea. São estes os pontos que uma teoria da personalidade precisa apresentar seu parecer, ou seja, precisa mostrar as hipóteses ou pressupostos que determinado sistema teórico possui em relação à: concepção de homem ou visão filosófica da natureza humana, determinantes internos e externos do comportamento, consistência ao longo do tempo, unidade do comportamento, estado de consciência e inconsciência e as relações entre cognição, afeto e comportamento.

Será apresentado a partir de então, de forma sucinta, algumas discussões presentes no estudo das teorias da personalidade no que se refere aos aspectos relacionados acima. A começar, de acordo com Hall et al. (2000) pela visão ou concepção de homem, que é uma parte fundamental e que está no alicerce de um sistema teórico, portanto, um aspecto que irá

guiar a formulação dos pressupostos/ axiomas fundamentais além das teses derivadas. Este aspecto tornou-se evidente ou consciente no estudo atual das teorias da personalidade, tendo em vista que, os primeiros teóricos como Freud, apesar de terem uma concepção sobre a natureza humana, não tinham este aspecto como sendo um ponto de discussão teórica. Essas discussões estão intimamente relacionadas à ênfase que cada teórico coloca em determinada característica do ser humano. Uns, por exemplo, concebem o ser humano como sendo constituído de um organismo que é impelido por instintos e é conduzido de modo irracional em seus comportamentos o que é característico de uma visão de homem que é regido por um inconsciente como na teoria Psicanalítica, outros consideram como sendo da natureza humana a capacidade de raciocínio, escolha e decisão, o que condiz com uma visão racional, presente, por exemplo, em teorias Cognitivas (Pervin & John, 2004).

Em relação aos determinantes internos e externos, que podem também ser classificados como fatores pessoais, que geralmente dizem respeito ao caráter biológico, mas também a características intrínsecas de personalidade, e fatores ambientais que estão relacionados com o contexto físico e situacional de um acontecimento. As discussões giram em torno de polaridades que vão oscilando de tempos em tempos e de teoria para teoria, sendo às vezes predominante o foco em determinantes pessoais e outras vezes nos determinantes ambientais. Durante décadas observou-se a ênfase das teorias nestes extremos, contudo, principalmente a partir da década de 60, surgem fortes críticas de estudiosos, os quais propunham que tanto condições internas quanto ambientais influenciavam o comportamento, ou seja, atualmente os pesquisadores enfatizam a interação pessoa- situação, gerando uma integração desses dois fatores. Apesar disto, o debate interno-externo ainda existe, pois existem hipóteses ou teses diferentes de explicação do quê no indivíduo interage com o quê na situação e como isto acontece (Pervin & John, 2004). Corroborando o fato da permanência da discussão a respeito da interação pessoa-situação Epstein (2007) afirma que este debate ainda tem muito a ser apreciado pelos estudiosos e pelos teóricos da personalidade.

Já no que se refere à questão da consistência ao longo do tempo, e que está intimamente relacionado ao debate da interação pessoa-situação, o que se questiona é o quanto a personalidade permanece em seu padrão de forma estável diante de variadas situações e com o passar do tempo. E, mais uma vez, depara-se com o fato de que os teóricos da personalidade assumem variados posicionamentos em relação a este aspecto. Então, “de um modo mais geral, podemos perguntar como uma teoria explica a consistência e a variabilidade que existe no comportamento de cada pessoa através de uma variedade de situações” (Pervin & John, 2004, p. 33). Isto irá depender também, em partes, de quais fatores

da personalidade estão sendo considerados. Alguns teóricos tendem a ressaltar o predomínio de certa continuidade da personalidade com o passar do tempo, principalmente de características mais centrais, enquanto outros salientam a falta de continuidade durante o processo de desenvolvimento. Contudo, é pertinente enfatizar que outras circunstâncias de vida também podem influenciar neste aspecto. Neste sentido Pervin & John (2004) afirmam que “de fato, alguns psicólogos sugerem que a previsibilidade da infância para a idade adulta é muito limitada, particularmente devido a todas as ocorrências ao acaso que desempenham algum papel no desenvolvimento humano” (Pervin & John, 2004, p. 34).

Com relação ao aspecto da unidade do comportamento é possível estabelecer intimamente uma ligação com o que já foi explanado acima sobre a característica fundamental dos teóricos da personalidade em estudar e tentar compreender o indivíduo em sua totalidade, não apenas em suas partes de maneira isolada. Se considerarmos que até mesmo em um sistema mecânico é preciso considerar o todo do funcionamento, fica ainda mais evidente a importância de se considerar o mesmo para um sistema vivo e de organização complexa como é o caso da personalidade, do funcionamento humano. Desta forma Pervin & John (2004) levantam o seguinte questionamento: “como podemos explicar a natureza integrada de grande parte de nosso funcionamento, ou seja, o fato de que nosso comportamento geralmente apresenta um padrão e organização ao invés de aleatoriedade e caos?” (p. 34) e afirmam ainda que “em vez de ser formado por respostas isoladas, o comportamento humano geralmente expressa *padrão, organização e integração*” (p. 34). Tal integração é, por muitos teóricos, descrita por meio do conceito de *self*, apesar de outros rejeitarem tal conceito.

Outro aspecto importante e não menos controverso entre os teóricos da personalidade refere-se aos estados de consciência e inconsciência. Uma das preocupações dos estudiosos consiste em como definir e diferenciar estes estados no funcionamento individual. Porém, existe um consenso generalizado de que grande parte do processamento das informações como as cognições e motivações são inconscientes, ou seja, estes processos ocorrem sem, necessariamente, a interferência de um estado consciente (Epstein, 2007).

Além destes, outro aspecto de grande relevância no estudo da personalidade diz respeito ao papel que a cognição, o afeto e o comportamento observável exercem entre si e no funcionamento total da personalidade. O debate gira em torno do fato de que mesmo entre os teóricos que julgam ser necessário investigar estes três fatores existem diferenças em relação ao predomínio de um fator sobre os demais. Por exemplo, no behaviorismo o interesse era basicamente no comportamento observável, já com a revolução cognitiva este foco passou para o fator cognitivo, deixando ainda um pouco marginalizada o campo do afeto, o qual,

atualmente, vem adquirindo crescente interesse dos estudiosos, por considerarem que o afeto possui fortes implicações tanto na cognição (nos pensamentos), quanto no comportamento (Pervin & John, 2004). A discussão, pelo visto, permanecerá ainda por um longo tempo, mas parece haver uma tendência em considerar a existência de uma inter-relação entre estes três fatores, na qual todos se influenciam de alguma forma.

Percebe-se que encontra em plena efervescência a discussão do que mais influencia a personalidade e como isto ocorre, ou seja, de que forma os indivíduos funcionam, como, por que, e a partir de que princípios as pessoas agem de determinada maneira no mundo. Cabe ressaltar ainda que, de acordo com Hall et al. (2000), tudo isto tem por objetivo explicitar, na verdade, que “[...] as teorias da personalidade são tentativas de formular ou representar aspectos significativos do comportamento dos indivíduos e que a produtividade dessas tentativas deve ser julgada principalmente em termos de quão efetivamente elas servem como estímulo para a pesquisa” (p. 44).

O que é possível afirmar é que, assim como outras teorias da personalidade, o que Beck parece buscar explicitar diz respeito à quais aspectos deveriam conter um conceito atual de personalidade para atingir princípios básicos como o de unificação e organização, requisitos de uma teoria abrangente e geral de personalidade. Tal teoria abrangente deveria, segundo o autor, descrever o funcionamento da personalidade de forma integral, ou seja, deveria explicar como os sistemas interrelacionam-se, como evoluíram para adaptar-se ao ambiente, como operam os mecanismos de estabilidade e mudança, entre outros aspectos que foram mencionados acima (Beck, A. T., & Alford, 2000).

Dessa forma, consideramos básico em uma teoria da personalidade os seguintes pontos: a) os critérios de uma teoria científica geral, pois como busca ser uma teoria científica, as teorias da personalidade precisam se submeter às mesmas exigências de clareza, abrangência, utilidade e parcimônia, b) critérios básicos que constituem uma teoria da personalidade, quais sejam: estrutura, processo, crescimento e desenvolvimento, psicopatologia e mudança, c) requisitos que uma teoria da personalidade completa deve apresentar seu parecer, ou seja, sua perspectiva quanto à concepção de homem, motivação humana, aos determinantes internos e externos, os processos conscientes e inconscientes e a relação entre cognição, afeto e comportamento. Isto é o que procuraremos na obra de Beck e que será avaliado ao final.

A partir das considerações apresentadas neste capítulo podemos, sinteticamente, definir teoria, de modo geral, como uma estrutura sistemática de proposições que integra leis sobre algum aspecto do mundo num todo consistente. Também é possível definir uma teoria

científica como uma teoria que se pretende confiável e por isso possui como principal característica a necessidade de ter proposições que sejam submetíveis a teste empírico, ou, de acordo com Popper, que produzam consequências falsificáveis. Dessa forma, assumimos estas definições para a presente pesquisa.

Logo após, foram explanadas algumas definições do termo *personalidade*, tendo em vista que não existe um consenso sobre o conceito. Contudo, observamos que na maioria das vezes as definições envolvem a presença de fatores como a cognição, motivação, afeto e comportamento que formam um padrão de organização mais ou menos permanente ao longo do tempo.

Posteriormente, passamos para o estudo das teorias da personalidade, apresentando as características deste campo na Psicologia, além de salientar as principais áreas de pesquisa que os teóricos da personalidade precisam considerar, tais como a visão de homem defendida, sobre os determinantes internos e externos, a consistência ao longo do tempo, entre outros, considerando sempre as controvérsias e as diferenças presentes em cada teoria.

Tendo explanado um pouco sobre as teorias da personalidade, sua origem e principais características enquanto campo de estudo em Psicologia, além de apontar algumas áreas fundamentais de pesquisa, passaremos, no segundo capítulo, para o estudo da obra de Beck em busca, especificamente, do que existe sobre teoria da personalidade.

### **3 TESES DE TEORIA DA PERSONALIDADE NA TC DE BECK**

Este capítulo trata de apresentar as teses de Beck que podem corresponder a teses de uma teoria da personalidade de sua teoria e terapia cognitiva. Para tanto, decidimos descrever os modelos teórico-explicativos do funcionamento humano que o autor apresenta ao longo de sua obra. Sendo que estes são basicamente dois, o modelo do processamento de informações esquemático ou linear que inclui o modelo primário da depressão e sua expansão para outros transtornos, ou seja, o modelo de psicopatologia ou de transtornos da personalidade. O segundo modelo mais atual é o modelo modal, no qual o autor apresenta modificações significativas em relação ao modelo anterior, propondo novos conceitos e também uma forma mais complexa de articulação entre as estruturas e maior grau explicativo dos processos de funcionamento do comportamento humano.

#### **3.1 ASPECTOS HISTÓRICOS, MODELO DE DEPRESSÃO E TESES GERAIS**

Aaron T. Beck conhecido como o fundador da Terapia Cognitiva foi, na verdade, um seguidor de Freud e utilizava a Psicanálise como teoria que respaldava seus atendimentos clínicos. Contudo, a partir do final dos anos de 1950 e início de 1960, Beck concluiu, por meio de vários estudos sistemáticos, que as formulações de Freud a respeito da síndrome depressiva (chamada por Freud de melancolia) não eram consistentes com o que havia obtido nos resultados de seus estudos nem coerentes com suas observações clínicas. Logo, Beck discordou de Freud em vários aspectos da teoria psicanalítica e, desde então, passou a dedicar-se à formulação de sua própria hipótese sobre a depressão e o que viria a se tornar mais tarde a Terapia Cognitiva (Knapp & Beck, A. T., 2008; DeRubeis, Tang & Beck, A. T., 2006).

Em A. T. Beck (2008) encontramos que sua investigação, que foi constituída de observações clínicas sistemáticas e de teste experimental, uma vez que tinha uma hipótese teórica testável, analisou também os sonhos dos pacientes deprimidos. Isso contribuiu como base para a elaboração do modelo cognitivo da depressão, pois Beck constatou que os conteúdos dos sonhos giravam em torno dos mesmos temas das cognições conscientes dos

pacientes, que são as ditas distorções cognitivas, quais sejam: autoavaliação, expectativas e memórias negativas.

Numa tentativa de encontrar algumas explicações alternativas para as características comportamentais da depressão, eu revisei um material clínico de 50 pacientes deprimidos em psicoterapia e selecionei os temas que diferenciavam estes pacientes de um grupo controle. Estes temas foram considerados como derivados de certos padrões cognitivos básicos os quais eram ativados na depressão. Semelhantes conteúdos temáticos foram observados em sonhos, memórias recentes e respostas a testes projetivos em muitos estudos sistemáticos de depressão. (Beck, A. T., 1970, p. 254).

Beck então rompe radicalmente com a hipótese psicanalítica, que considerava a depressão uma raiva inconsciente contra pessoas próximas que era reprimida e redirecionada ao *self* (Beck, A. T., 2008). Contudo, Beck não encontrou tal hostilidade em sua pesquisa comparativa entre pacientes deprimidos e não deprimidos, pois na análise do conteúdo dos sonhos, na verdade, ele se deparou com uma observação contrária às formulações da psicanálise: a de que a hostilidade era mais presente nos pacientes não deprimidos do que nos deprimidos. Nos sonhos, os pacientes deprimidos não eram hostis, mas sim abandonados, rejeitados ou frustrados, tidos como vítimas de circunstâncias ou pessoas (Beck, A. T., 1974).

A partir deste achado Beck formula a hipótese da continuidade entre a ideação consciente e os conteúdos dos sonhos e, assim sendo, não haveria o jogo de forças inconscientes, mas sim um processo básico em que os pacientes deprimidos vêem a si mesmo de forma negativa. A. T. Beck (2006) ainda afirma não haver necessidade de ir mais fundo no inconsciente para buscar explicações.

Um modelo baseado nas representações internas dos pacientes de si mesmos, das suas experiências e do seu futuro dava conta não somente dos sonhos, mas também dos sintomas. Se os pacientes enxergam a si mesmos como imperfeitos e incompetentes, seu futuro sem esperanças e sua vida como cheia de problemas impossíveis de serem superados; então, é inevitável que eles se sintam tristes, sejam autocríticos, desistam e pensem no suicídio como uma saída de uma dor implacável. (Beck, A. T., 2006, pp. 1139-1140).

Logo, Beck propõe uma melhor formulação, do ponto de vista teórico e clínico, no qual se deve considerar o conteúdo dos pensamentos negativos da pessoa deprimida, enfatizando, dessa forma, os processos cognitivos e distorções que eram característicos dos pacientes deprimidos (Dozois & Beck, A. T., 2011). A. T. Beck (1970) afirma:

[...] encontramos 21 categorias de sintomas diferentes que ocorreram mais frequentemente em pacientes deprimidos do que nos não deprimidos. Os vários sintomas da depressão foram divididos em grupos determinados e agrupados sobre os seguintes títulos. O grupo afetivo inclui os vários adjetivos e frases empregadas pelos pacientes para descrever seus sentimentos: triste, sozinho, vazio/inútil, entediado e infeliz. O grupo motivacional inclui desejos intensificados por ajuda, anseio de fugir, desejo de cometer suicídio e o fenômeno de perda da motivação espontânea. O grupo cognitivo inclui autoconceito negativo, pessimismo e interpretações negativas da experiência. O grupo de sintomas físicos ou vegetativos inclui lentidão, fatigabilidade, perda de apetite, perda da libido e distúrbios do sono. (Beck, A. T., 1970, p. 254).

Fica visível, então, o postulado de Beck em favor dos aspectos cognitivos como sendo fator central na depressão além de serem considerados por ele como mais verificáveis do que os processos dinâmicos sugeridos por Freud e outros autores da época (Beck, A. T., 1963; DeRubeis, et al., 2006). Ainda é possível observar que desde o início Beck já considerava, além dos aspectos cognitivos, os aspectos emocionais ou afetivos.

Talvez seja importante apresentar alguma definição do autor para o termo cognição. Em A. T. Beck (1991) o autor apresenta uma definição de cognição “como um termo singular que se refere a vários processos cognitivos ou processamento da informação: percepção, interpretação, recordação” (p. 371). O autor ainda apresenta a definição em que cognição diz respeito a uma “função que envolve deduções sobre nossas experiências e sobre a ocorrência e o controle de eventos futuros”, sendo que para a teoria cognitiva a forma de percebermos o mundo e de relacionar os eventos com nossa experiência é um dos pressupostos centrais, portanto seria importante uma definição mais acurada deste conceito, o que não é apresentada pelo autor. Beck, por sua característica mais pragmática, já parte logo para a aplicação deste conceito no processo terapêutico, e afirma que “na teoria cognitiva clínica, a cognição inclui o processo de identificar e prever relações complexas entre eventos, de modo a facilitar a adaptação a ambientes passíveis de mudança” (Beck, A. T., & Alford, 2000, p. 23).

Antes de adentrarmos no modelo cognitivo da depressão mais especificamente, cabe descrever aqui os pressupostos gerais dos modelos da Terapia Cognitiva, ou seja, o que é aceito de antemão como fundamento, temos então:

A percepção e a experiência em geral são processos ativos que envolvem tanto dados de inspeção como de introspecção. 2) As cognições do paciente representam uma síntese de seus estímulos internos e externos. 3) O modo como a pessoa avalia uma situação geralmente fica evidente em suas cognições (pensamentos e imagens visuais). 4) Estas cognições constituem o ‘fluxo de consciência’ ou campo fenomenal da pessoa, que reflete a configuração da pessoa de si própria, do seu mundo, do seu passado e do seu



futuro. 5) Alterações no conteúdo das estruturas cognitivas subjacentes da pessoa afetam o seu estado afetivo e padrão comportamental. 6) Através da terapia psicológica um paciente pode tornar-se ciente de suas distorções cognitivas. 7) A correção destes constructos disfuncionais falhos pode conduzir a uma melhora clínica. (Beck, A. T., Rush, Shaw, & Emery, 1997, p. 8).

O modelo cognitivo da depressão elaborado por Beck pauta-se basicamente em três conceitos específicos para explicar o substrato psicológico da depressão, quais sejam: a tríade cognitiva, os erros ou distorções cognitivas (falha no processamento da informação) e os esquemas (Beck, A. T. et al., 1997). O autor em uma de suas primeiras publicações *Thinking and depression* (Beck, A. T., 1964) já afirmava que os sintomas depressivos eram caracterizados por distúrbios nos pensamentos, ou seja, na forma de interpretar as situações. Também de acordo com A. T. Beck (1967, p. 255) “os transtornos em depressão devem ser vistos em termos de ativação de três grandes padrões cognitivos que forçam o indivíduo a ver ele mesmo, seu mundo e seu futuro de um modo particular, idiossincrático”. Dessa forma, Beck estrutura e fundamenta a sua Terapia Cognitiva a partir da racionalidade teórica de que comportamento e afeto são fortemente influenciados e determinados pelo modo como as pessoas estruturam e atribuem significado ao mundo e às situações que vivenciam (Beck, A. T., 1967, 1976; Beck, A. T. et al., 1997). A Terapia Cognitiva de Beck então propõe basicamente que a “percepção do indivíduo e a interpretação das situações influenciam suas respostas emocionais e comportamentais para a situação” (Pretzer & Beck, A. T., 2005, p. 45).

Passemos então a descrever especificamente os componentes principais do modelo cognitivo da depressão de Beck, começando pela tríade cognitiva. De acordo com A. T. Beck (1970)

O primeiro componente da tríade é o padrão de interpretar as experiências de forma negativa. O paciente sempre interpreta suas interações com o meio ambiente como representado derrota, privação ou menosprezo. Ele vê sua vida como repleta de uma sucessão de fardos, obstáculos e situações traumáticas, as quais o diminuem de modo significativo. O segundo componente é o padrão de ver a si mesmo de modo negativo. Ele considera-se como deficiente, inadequado ou não merecedor, e tendem a atribuir suas experiências desagradáveis a um defeito físico, mental ou moral em si mesmos. Além disso, ele considera-se como indesejável e inútil por causa do seu defeito presumido e tende a rejeitar a si mesmo por causa disto. O terceiro componente consiste em ver o futuro de uma forma negativa. Ele antecipa que suas dificuldades ou sofrimento atual irão continuar indefinidamente. Como ele olha para frente, ele vê uma vida de sofrimento, frustração e privação incessante. (Beck, A. T., 1970, p. 255).

Logo, percebemos que para Beck existe um tipo de cognição ou processamento da informação específico relacionado a temas pessimistas na depressão, ou seja, uma visão negativista dominante que permeia os processos como autoavaliação, expectativas, atribuições causais, memória e inferências. Beck então considera este tipo de pensamento/cognição como regular na depressão, seja ela reativa, orgânica, bipolar ou endógena (Beck, A. T., 1991, 2005a). Beck ainda levantou a hipótese de que existe uma mudança cognitiva em que informações positivas são bloqueadas e informações negativas são aceitas prontamente (Beck, A. T., 1991, 2006). Veremos que isto é o que diferencia basicamente um estado ou padrão normal para um padrão de predisposição para a depressão, sendo que esta é uma das poucas passagens em que o autor apresenta algo sobre o funcionamento normal no modelo da depressão. De acordo com A. T. Beck et al. (1997), temos então que

[...] em resposta a situações traumáticas o indivíduo normal ainda manterá interesse na vida e avaliará realisticamente outros aspectos não traumáticos de sua vida. Por outro lado, o pensamento da pessoa propensa à depressão torna-se marcadamente restrito e idéias negativistas se desenvolvem sobre cada aspecto de sua vida. (Beck, A. T. et al., 1997, p. 14).

Em artigo mais recente A. T. Beck (2005a) faz uma revisão do seu modelo cognitivo da depressão e especificamente das características da tríade cognitiva, onde explica também a vulnerabilidade cognitiva:

O modelo cognitivo foi inicialmente construído para explicar os processos psicológicos na depressão. Nas bases das observações clínicas sistemáticas, eu propus que os sintomas da depressão poderiam ser explicados nos termos cognitivos da seguinte forma: as interpretações dos eventos tendem a serem atribuídas à ativação de representações negativas do self, do mundo pessoal, e do futuro (a tríade cognitiva negativa). Uma variedade de crenças disfuncionais que fazem os indivíduos predispostos à depressão os torna vulneráveis a eventos de vida específicos que afetam sua vulnerabilidade. Por exemplo, indivíduos propensos à depressão têm crenças como 'Se eu não for bem sucedido no que é importante, eu sou um fracasso'. A percepção dos indivíduos de um fracasso de maior importância ou de uma série de fracassos pode ativar a tríade cognitiva negativa: as representações negativas do self, do mundo pessoal, e do futuro. A tríade cognitiva latente é um agrupamento de crenças disfuncionais e suposições (Beck, A. T., 2005a, p. 954).

Com a citação acima Beck apresenta resumidamente suas considerações a respeito de seu modelo inicialmente proposto: o modelo da depressão que, diga-se de passagem, já foi

fundado a partir da psicopatologia e para explicá-la, talvez por isto certa dificuldade em formalizar um modelo geral e normal da personalidade.

Para A. T. Beck, (1964), já no que diz respeito aos erros ou distorções cognitivas, a conclusão de que a característica principal da depressão está intimamente ligada a desordens do pensamento foi sustentada por um consistente resultado de erros sistemáticos, em que constavam inferências arbitrárias, abstrações seletivas e supergeneralizações nas conceitualizações idiossincráticas de pacientes deprimidos. Então temos que a característica principal das cognições na depressão é que elas “representam diferentes graus de distorção da realidade. Embora algum grau de imprecisão e incoerência seja esperado nas cognições de qualquer indivíduo, as cognições dos pacientes deprimidos mostram um erro sistemático, o preconceito contra si mesmo” (Beck, A. T., 1970, p. 233). De acordo com A. T. Beck et al. (1997, p. 6) “o indivíduo deprimido é dominado por padrões automáticos estereotipados, um fenômeno que poderíamos rotular ‘pensamento sem reflexão’”.

Dentro da visão cognitiva do funcionamento humano “os pensamentos automáticos de um indivíduo, sua avaliação imediata, espontânea da situação parecem desempenhar um papel importante na indução e formação de resposta emocional e comportamental de um indivíduo a uma situação” (Pretzer & Beck, A. T., 2005, p. 51).

Em relação às condições em que emergem as distorções cognitivas e também os pensamentos automáticos característicos do modelo de depressão proposto por Beck, segundo ele, podem ser ativados de duas formas: ou pela exposição a situações externas ou pelas ruminatórias e associações livres dos pacientes, independente de situação externa (considerados mais graves). A. T. Beck (1970) então explica e dá um exemplo:

[...] as cognições depressivas típicas foram observadas em resposta a determinados tipos de situação de estímulo externo. Estas eram situações que continham um ingrediente ou conjunto de ingredientes cujo conteúdo tinha alguma relevância para o conteúdo da resposta idiossincrática. Esta resposta estereotipada era freqüentemente irrelevante e inapropriada para a situação como um todo. Por exemplo, uma situação que tocou de alguma maneira o tema dos atributos pessoais do paciente poderia imediatamente fazê-lo pensar que ele foi inadequado. (A. T. Beck, 1970, p. 231).

Entende-se então que as cognições presentes nos quadros de pacientes depressivos apresentam erros ou distorções na interpretação da experiência, ou seja, a avaliação e atribuição de significado das situações são elaboradas de forma equivocada e, conseqüentemente, a resposta comportamental também será distorcida ou exagerada (Beck, A. T., 2008). Diz-se então que há um erro no processamento de informações que resultam em

uma visão negativa persistente de si mesmo, do futuro e do mundo, como citado anteriormente (DeRubeis, et al., 2006).

Quanto aos esquemas temos que são regras ou padrões específicos que regem o processamento da informação e, conseqüentemente a ação. Estes esquemas são formados ao longo da vida começando bem cedo a tomarem forma a partir das crenças (centrais) das quais basicamente são compostos. O esquema constitui, portanto, o fundamento que molda os estímulos e os torna cognições, ou seja, funciona extraíndo, codificando e diferenciando dados do mundo, avaliando as situações e suas experiências, e faz isto a partir de uma matriz de esquemas. Beck ainda afirma que os esquemas são estruturas relativamente estáveis que constituem basicamente a personalidade dos indivíduos, pois, no caso de predisposição à depressão, por exemplo, é mais aceitável teoricamente que os mecanismos psicológicos anômalos possuam certa durabilidade e estabilidade ao longo do tempo, função deste conjunto de estruturas cognitivas chamado esquemas (Beck, A. T., 1993; Beck, A. T., & Alford, 2000; Beck, A. T., et al., 2005; Beck, A. T. et al., 1997, Pretzer, 2004).

Para o autor, resumidamente

A teoria cognitiva considera que a personalidade baseia-se na operação coordenada de sistemas complexos que foram selecionados ou adaptados para assegurar sobrevivência biológica. Os vários sistemas apresentam continuidade através do tempo e das situações de vida e foram descritos em escritos psicológicos como os inúmeros ‘traços’ e ‘transtornos’ da personalidade. Mais abstratamente, esses atos coordenados consistentes são controlados por processos ou estruturas genética e ambientalmente determinados, denominados ‘esquemas’. Os esquemas são essencialmente ‘estruturas de significado’ conscientes e inconscientes; eles servem a funções de sobrevivência. Para ser efetivo, o processamento esquemático deve ser adaptativo a demandas sociais e ambientais imediatas por meio da coordenação e de operações de sistemas adaptativos (Beck, A. T., & Alford, 2000, p. 35).

Neste sentido, a partir das formulações de Aaron Beck de sua teoria cognitiva, pode-se avançar nas explicações dos conceitos e do funcionamento dos aspectos que constituem a personalidade nesta perspectiva, apesar de o autor salientar que “novas articulações da natureza da personalidade são diretrizes futuras importantes para a teoria cognitiva” (Beck, A. T., & Alford, 2000, p. 36). Considera-se, portanto, que os atributos ou traços de personalidade são entendidos, na teoria cognitiva, como expressões dos padrões comportamentais, ou seja, das estratégias desenvolvidas para lidar com as situações que, por sua vez, são realizados pelas funções de um conjunto de esquemas básicos que atribuem significado aos eventos. Estes esquemas são constituídos por crenças (Beck, A. T., et al., 2005).

“As crenças se organizam segundo uma hierarquia que atribui significados progressivamente mais amplos e mais complexos, em níveis sucessivos” (Beck, A. T., et al., 2005, p. 38). Esta noção de organização é de suma importância em uma teoria da personalidade, uma vez que indica que a personalidade não é constituída de uma lista de traços simplesmente, mas considera a existência de um todo coerente e, ainda, que este todo organizado caracteriza-se por ser dinâmico, por estar voltado a alcançar objetivos, por ser sensível e adaptativo ao contexto ambiental (Gazzaniga & Heatherton, 2005). Observamos que Beck está muito preocupado com isto, por isto se empenha em uma formulação que considere este aspecto organizador da personalidade, e logra bons resultados, principalmente com os aprimoramentos da teoria (modelo modal que veremos adiante). Contudo, observamos que existe teoricamente uma predominância muito forte dos esquemas, os quais hierarquicamente regem praticamente todos os outros processos da personalidade, o que implica em menor interação e integração, e uma menor importância a aspectos importantes como a motivação.

Dentro do modelo cognitivo da depressão os esquemas então podem ser definidos como sendo praticamente equivalentes às crenças centrais. Estas estão contidas nos esquemas e funcionam sensibilizando a pessoa frente à determinada informação e direcionando a resposta, ou seja, qual comportamento será emitido em determinada situação (Weishaar & Beck, A. T., 2006).

De acordo com A. T. Beck et al. (1997) os esquemas também seriam responsáveis pela estabilidade do padrão de personalidade, ou seja, do padrão de processamento das informações.

Qualquer situação é composta por um conjunto de estímulos. O indivíduo presta atenção seletivamente a estímulos específicos, os combina em um padrão, e conceitua a situação. Embora pessoas diferentes possam conceituar a mesma situação de formas diferentes, uma pessoa específica tende a ser consistente em suas respostas a tipos de eventos semelhantes. Padrões cognitivos relativamente estáveis formam a base da regularidade das interpretações de um conjunto específico de situações. O termo ‘esquema’ designa estes padrões cognitivos estáveis. (Beck, A. T. et al., 1997, p. 10).

Aproveitamos a discussão sobre os esquemas para salientar as teses e pressupostos gerais bem como a definição de personalidade em Beck, uma vez que grande parte dos processos psicológicos, senão todos, estão submetidos e são regidos por estes esquemas, sendo então que

A definição cognitiva de personalidade inclui processos esquemáticos individuais, que teoricamente determinam a operação dos principais sistemas de análise psicológica (p. ex., motivação, cognição, emoção, etc). A perspectiva cognitiva enfatizaria padrões característicos do desenvolvimento e diferenciação de uma pessoa e sua adaptação a ambientes sociais e biológicos. Estes padrões são compostos de organizações de esquemas relativamente estáveis, que respondem pela estabilidade de sistemas cognitivos, afetivos, e comportamentais através do tempo. Estes sistemas de esquemas especializados são conceitualizados como os componentes básicos da personalidade. (Beck, A. T. & Alford, 2000, p. 33).

Como é possível perceber neste trecho, Beck apenas cita brevemente os processos motivacionais, mas não apresenta uma teoria ou seu posicionamento em relação à motivação e seu papel na teoria da personalidade, o que torna suas teses de teoria da personalidade no mínimo incompletas, tendo em vista a importância que o processo motivacional tem para qualquer explicação do funcionamento humano.

A formulação geral da teoria cognitiva na tentativa de explicar a personalidade (principalmente as diferenças individuais) gira em torno de “como a dotação inata pode interagir com influências ambientais para produzir distinções quantitativas em padrões cognitivos, afetivos e comportamentais característicos”, sendo que “cada indivíduo possui um perfil de personalidade único, com graus variados de probabilidade de responder de uma determinada maneira a uma situação específica” (Beck, A. T., et al., 2005, p. 36).

Uma tentativa de definição de personalidade e de explicação de seu funcionamento, na terapia cognitiva de Aaron Beck, pode ser caracterizada pela suposição de que a história evolutiva influencia no desenvolvimento dos padrões de pensamento, sentimento e comportamento, ou seja, a personalidade seria como um resultado da interação entre as disposições genéticas e a experiência (Beck, A. T., et al., 2005). E, ainda, pela consideração de que os esquemas idiossincráticos são os elementos básicos da personalidade, sendo a personalidade, portanto, um conjunto de esquemas individuais que determinam o funcionamento dos sistemas motivacionais, cognitivos, emocionais em relação ao contexto ambiental, social e biológico (Beck, A. T., & Alford, 2000). Isto constituiria os “traços” ou padrões da personalidade, - por exemplo: “dependente”, “extrovertido”, “agressivo”, “tímido”- padrões estes que, na perspectiva cognitiva, seriam organizações de processos esquemáticos, ou seja, conjuntos organizados de estruturas cognitivas denominadas “esquemas”, onde estariam contidas as crenças e as funções de selecionar, sintetizar e atribuir significado às situações, mantendo certa estabilidade dos sistemas cognitivos, afetivos e comportamentais ao longo do tempo (Beck, A. T., et al., 2005, p. 32).

De acordo com os autores Weishaar e A. T. Beck (2006) a teoria da personalidade na qual está baseada a Terapia Cognitiva caracteriza-se principalmente pelo padrão do processamento de informações que ativam respostas pessoais dos sistemas cognitivo, afetivo, motivacional e comportamental em um ambiente. É importante salientar que, segundo os autores, estes sistemas interagem entre si durante o processamento da informação, ou seja, na percepção, interpretação e atribuição de significado a um evento a fim de gerar uma resposta, que pode ser ou não adaptativa ao contexto.

Brevemente o autor apresenta um dado a respeito do funcionamento normal dos indivíduos e afirma que “o comportamento humano normal teoricamente depende da capacidade de a pessoa compreender a natureza do ambiente social e físico dentro do qual ela está situada” (Beck, A. T. & Alford, 2000, p. 30).

Essa teoria está ancorada na teoria evolucionista, que “ênfatiza a função adaptativa de estratégias geneticamente determinadas que facilitam a sobrevivência e a reprodução” (Weishaar & Beck, A. T., 2006, p. 113). Da mesma forma Beck afirma que seu postulado girava em torno de que a constituição e organização dos esquemas tinham por base princípios etológicos. Contudo, de acordo com A. T. Beck e Alford (2000) esta visão da personalidade não é completa, pois a personalidade possui uma singularidade que não pode ser explicada restritamente em termos fisiológicos, mas deve incluir o significado único de cada experiência vivida pela pessoa, função esta de responsabilidade dos esquemas.

Estes esquemas – que equivalem às estratégias, citadas acima, podem ser explicados como sendo os padrões relativamente estáveis que integram e organizam os sistemas emocionais, cognitivos, motivacionais e de ação que compõe a personalidade do ser humano, além de serem essencialmente “estruturas de significado” (Beck, A. T., & Alford, 2000). Para A. T. Beck et al. (1997) a função dos esquemas enquanto organizador dos sistemas cognitivos foi um grande avanço teórico em relação a outras teorias pois, segundo ele, este era um domínio negligenciado.

Temos dessa forma, resumidamente, que os pressupostos gerais ou axiomas da teoria cognitiva de Beck são, de acordo com A. T. Beck e Alford (2000):

1. O principal caminho do funcionamento ou da adaptação psicológica consiste de estruturas de cognição com significado, denominadas esquemas. Sendo que significado refere-se à interpretação da pessoa sobre um determinado contexto e da relação daquele contexto com o self.
2. A função da atribuição de significado (seja em nível automático e deliberativo) é controlar os vários sistemas psicológicos (p. ex.

comportamental, emocional, atenção, e memória). Portanto, o significado ativa estratégias para adaptação.

3. As influências entre sistemas cognitivos e outros sistemas são interativas.
4. Cada categoria de significado tem implicações que são traduzidas em padrões específicos de emoção, atenção, memória e comportamento. Isto é denominado *especificidade do conteúdo cognitivo*.
5. Embora os significados sejam construídos pela pessoa em vez de serem componentes preexistentes da realidade, eles são corretos ou incorretos em relação a um determinado contexto ou objetivo (o que equivale ao *realismo*, n.a.). Quando ocorre *distorção cognitiva ou preconcepção*, os significados são disfuncionais ou maladaptativos (em termos de ativação de sistemas). As distorções cognitivas incluem erros no conteúdo cognitivo (significado), no processamento cognitivo (elaboração de significado), ou ambos.
6. Os indivíduos são predispostos a fazer construções cognitivas falhas específicas (distorções cognitivas). Estas predisposições a distorções específicas são denominadas *vulnerabilidades cognitivas*. As vulnerabilidades cognitivas específicas predispoem as pessoas a síndromes específicas: especificidade cognitiva e vulnerabilidade cognitiva estão inter-relacionadas (Equivale ao modelo de psicopatologia, ou seja, descreve os transtornos específicos, n.a.).
7. A psicopatologia resulta de significados maladaptativos construídos em relação ao self, ao contexto ambiental (experiência), e ao futuro (objetivos), que juntos são denominados de a *tríade cognitiva*. Cada síndrome clínica tem significados maladaptativos característicos associados com os componentes da tríade cognitiva. Todos os três componentes são interpretados negativamente na depressão. Na ansiedade, o *self* é visto como inadequado (devido a recursos deficientes), o contexto é considerado perigoso, e o futuro parece incerto. Na raiva e nos transtornos paranoides, o *self* é visto como sendo maltratado ou abusado pelos outros, e o mundo é visto como injusto e em oposição aos interesses da pessoa. A especificidade do conteúdo cognitivo está relacionada desta maneira à tríade cognitiva.
8. Há dois níveis de significado: (a) o significado público ou objetivo de um evento, que pode ter poucas implicações significativas para um indivíduo; e (b) o significado pessoal ou privado. O significado pessoal, ao contrário do significado público, inclui implicações, significação, ou generalizações extraídas da ocorrência do evento (Beck, 1976, p.48). O nível de significado pessoal corresponde ao conceito de “domínio pessoal” (Beck, 1976, p. 56).
9. Há três níveis de cognição: (a) o pré-consciente, o não-intencional, o automático (“pensamentos automáticos”); (B) o nível consciente; e (c) o nível metacognitivo, que inclui respostas “realísticas” ou “racionais” (adaptativas). Estas têm funções úteis, mas os níveis conscientes são de interesse primordial para a melhora clínica em psicoterapia.
10. Os esquemas evoluem para facilitar a adaptação da pessoa ao ambiente, e são neste sentido estruturas *teleonômicas*. Portanto, um determinado estado psicológico (constituído pela ativação de sistemas) não é nem adaptativo nem maladaptativo em si, apenas em relação a ou no contexto do ambiente social e físico mais amplo no qual a pessoa está. (Beck, A. T., & Alford, 2000, p. 24).

Tendo-se passado mais de quatro décadas, algumas modificações e aprimoramentos ocorreram no modelo da depressão (Beck, A. T., 2008; Clark & Beck, A. T., 2011), sendo de grande importância o conceito de vulnerabilidade cognitiva da depressão, e mais



recentemente os correlatos da teoria cognitiva com aspectos neurobiológicos. A vulnerabilidade cognitiva diz respeito à predisposição dos indivíduos a erros ou distorções cognitivas. Este segundo é bem abordado no artigo em que Beck trata da evolução do modelo cognitivo e os correlatos neurobiológicos (Beck, A. T., 2008), onde afirma que recentemente tem sido demonstrada potencial interação entre fatores genéticos, neuroquímicos e fatores cognitivos (apesar de já poder ser observado desde o início a forte influência de aspectos biológicos como uma das bases de sua teoria). Afirma especificamente que “uma amígdala hipersensível está associada a um polimorfismo genético e um padrão de vieses cognitivos negativos e crenças disfuncionais, os quais constituem fatores de risco para a depressão” (Beck, A. T., 2008, p. 969). Corroborando esta afirmação Clark e A. T. Beck (2011) apresentam resultado de pesquisa de neuroimagem em que são observadas evidências de que o modelo apresentado por Beck, ou seja, a teoria cognitiva da depressão está associada a fatores neurobiológicos como a “diminuição da ativação da região da amígdala hipocampal subcortical e aumento da ativação em regiões do córtex frontal” (p. 419).

Observamos que a grande maioria das modificações e acréscimos ao modelo básico se dá no campo da psicopatologia, em que o autor vai tratar da hipótese da vulnerabilidade e especificidade cognitiva, a qual “propõe um perfil cognitivo distinto para cada transtorno psiquiátrico” (Beck, A. T., 2005a, p. 954), ou seja, modelo de psicopatologia ou de transtornos da personalidade. Mas, talvez, a principal modificação seja justamente a introdução do conceito de modo, juntamente com um novo modelo explicativo o qual chamaremos de modelo modal o qual veremos mais adiante.

### 3.2 MODELO DE PSICOPATOLOGIA OU DE TRANSTORNOS DA PERSONALIDADE

A partir de então será abordado o modelo cognitivo da psicopatologia, mas primeiro será apresentada de forma breve alguma conceitualização do que vem a ser um transtorno de personalidade, de acordo com os manuais atualmente utilizados na área.

Então temos, de acordo com a CID-10 (Organização Mundial da Saúde [OMS], 1993), que um transtorno refere-se a uma forma de classificação diagnóstica, onde este termo é utilizado para indicar a presença de um conjunto de comportamentos e sintomas que podem ser observados clinicamente e que, geralmente, são causadores de grande sofrimento pessoal (psíquico, físico, emocional) e social ou interpessoal.

Para o Manual Diagnóstico e Estatístico para Transtornos Mentais ou DSM-IV\_TR (American Psychological Association [APA], 2003) uma definição geral de *transtorno da personalidade* diz respeito a um “padrão persistente de vivência íntima ou comportamento que se desvia acentuadamente das expectativas da cultura do indivíduo, é generalizado e inflexível”, e ainda “é estável ao longo do tempo e provoca sofrimento ou prejuízo” (APA, 2003, p. 641).

Ainda de acordo com o DSM-IV-TR (APA, 2003) temos que os traços de personalidade são

[...] padrões consistentes no modo de perceber, relacionar-se e pensar sobre o ambiente e sobre si mesmo, exibidos em uma ampla faixa de contextos sociais e pessoais. Apenas quando são inflexíveis e mal adaptativos e causam prejuízo funcional ou sofrimento subjetivo significativo, os traços de personalidade constituem Transtornos da Personalidade. [...] Critérios específicos de diagnóstico também são oferecidos para cada um dos Transtornos de Personalidade específicos incluídos nesta seção. (APA, 2003, p. 642).

Será possível observar mais adiante grande semelhança destas definições, principalmente da última, com os conceitos e pressupostos teóricos utilizados por Beck em sua teoria cognitiva da psicopatologia (por exemplo: perceber e pensar sobre o ambiente e sobre si mesmo – tríade cognitiva; o uso do termo mal adaptativo largamente utilizado por Beck). Isto pode estar relacionado à influência da abordagem cognitiva como um todo na ciência psicológica atual, e/ou também pode ser indício de que Beck utiliza de forma geral este modelo de classificação, apesar de fazer alguma distinção ao propor a conceitualização de caso e apresentar um quadro de referência em que apresenta as características ou perfis de cada transtorno de personalidade específico, de acordo com os conceitos e teses teóricas da Terapia Cognitiva.

Tendo explanado um pouco sobre estas questões relevantes, passaremos agora a descrever o modelo cognitivo de psicopatologia, que inclui todos os pressupostos do modelo de depressão descrito anteriormente neste trabalho, e apresenta como novidade o chamado perfil cognitivo, que nada mais é do que a caracterização das especificidades de cada transtorno, ou seja, é quando Beck elabora um dos aprimoramentos em sua teoria e apresenta sua “hipótese da especificidade cognitiva” (Beck, A. T., 2005a, p. 954), em que propõe um padrão cognitivo distinto para cada transtorno psiquiátrico.

Segundo A. T. Beck (2005a, p. 953) “a abordagem cognitiva original para a psicopatologia foi baseada em um modelo de processamento da informação”, assim como dito

acima, de modo geral o mesmo modelo básico inicial desenvolvido para depressão, apenas acrescentando ênfase nas crenças disfuncionais que geram um padrão tendencioso no processamento da informação e caracterizam os transtornos específicos.

De acordo com A. T. Beck et al. (2005) o que ocorre no processamento da informação é que os dados sensoriais são transformados em um tipo de configuração significativa, e ainda que “essa integração em um padrão coerente é produto de estruturas (esquemas) que operam sobre os dados sensoriais brutos dentro do contexto específico” (Beck, A. T. et al., 2005, p. 37).

A avaliação da informação e atribuições de significados às situações é uma função dos esquemas que compõem uma estrutura organizadora de ordem superior no sistema psíquico, mas o conteúdo destes está contido em componentes chamados de crenças, as quais “se organizam segundo uma hierarquia que atribui significados progressivamente mais amplos e mais complexos, em níveis sucessivos” (Beck, A. T. et al., 2005, p. 38). Logo os esquemas, ou seja, as organizações cognitivas são compostas de uma hierarquia de crenças denominadas *constelação cognitiva controladora* (Beck, A. T., Emery, & Greembreg, 1985), estas constituem as estruturas de atribuição de significados, interpretações, explicações e expectativas (Beck, A. T., 2005b).

Beck juntamente com seus colaboradores definem os esquemas em alguns de seus trabalhos como sendo padrões cognitivos estáveis e regras específicas que orientam o processamento da informação bem como o comportamento, ou seja, como sendo as estruturas competentes e que servem para codificar e avaliar as informações que chegam ao organismo, sendo responsáveis por categorizar, interpretar e atribuir significado às experiências, organizando assim o mundo a sua volta (Beck, A. T., 2005a; Beck, A. T. et al., 1997; Padesky, 1994).

De acordo com Padesky (1994), o que também pode ser observado na obra de Beck é que os esquemas cognitivos constituiriam a parte do desenvolvimento normal da personalidade, uma vez que funcionam ativamente no entendimento e organização do mundo e das experiências, agrupando e categorizando especificamente as situações. No entanto, Beck não dedicou tempo a investigação do desenvolvimento não patológico da personalidade.

Esta consideração a respeito dos esquemas é característica, como veremos adiante, do perfil cognitivo específico para cada transtorno da personalidade (Beck, A. T., et al., 2005; Beck, J. S. & Bieling, 2004; Weishaar & Beck, A. T., 2006). Mas, se concordarmos com a opinião dos autores Weishaar e A. T. Beck (2006) que afirmam que existe implicitamente um modelo prototípico de personalidade no modelo psicopatológico de Beck, teremos que os

esquemas respondem basicamente por este protótipo. Assim, os autores afirmam que “o perfil cognitivo para cada transtorno da personalidade são apresentados de acordo com o manual diagnóstico DSM-IV puramente por razões práticas; então, uma visão prototípica da personalidade está implícita na descrição da terapia cognitiva dos transtornos da personalidade”. (Weishaar & Beck, A. T., 2006, p. 120).

Talvez Beck esteja falando de uma visão prototípica de personalidade disfuncional ou patológica, pois afirma que “nos transtornos da personalidade, os esquemas são parte do processamento normal, cotidiano, da informação” (Beck, A. T., et al., 2005, p. 39). Os autores afirmam ainda que

No campo da psicopatologia, o termo ‘esquema’ tem sido aplicado a estruturas com conteúdos idiossincráticos altamente personalizados, que são ativados durante transtornos como depressão, ansiedade, ataques de pânico e obsessões e se tornam preponderantes. Quando hipervalentes, esses esquemas idiossincráticos deslocam e, provavelmente, inibem outros esquemas mais adaptativos ou mais apropriados a uma dada situação. Conseqüentemente, eles introduzem um viés sistemático no processamento da informação. Os esquemas típicos dos transtornos da personalidade assemelham-se aos que são ativados na síndrome sintomática, mas operam sobre processamento da informação em uma base mais contínua. (Beck, A. T., et al., 2005, p. 39).

Beck então afirma que de forma geral, assim como os esquemas são responsáveis pelo funcionamento geral ou normal da personalidade, as crenças (e esquemas) disfuncionais são responsáveis pelo modo enviesado característico no processamento da informação de transtornos da personalidade, ou seja, na interpretação distorcida e disfuncional dos dados. Dessa forma A. T. Beck et al. (2005) afirmam que

A maneira pela qual as pessoas processam os dados sobre si mesmas e os outros é influenciada por suas crenças e pelos outros componentes de sua organização cognitiva. Quando existe algum tipo de transtorno – uma síndrome sintomática (Eixo I) ou um transtorno da personalidade (Eixo II) – a utilização ordenada desses dados assume sistematicamente um viés disfuncional. Esse viés na interpretação e o conseqüente comportamento são criados por crenças disfuncionais. (Beck, A. T., et al., 2005, p. 37).

Assim sendo temos que o modelo psicopatológico de A. T. Beck (2005a) estipula basicamente que

[...] o processamento de estímulos de eventos internos ou externos é tendencioso e, portanto, sistematicamente distorce a construção do indivíduo de suas experiências, levando a uma variedade de erros cognitivos (ex.: generalização, abstração seletiva e personalização). Subjacentes a estas interpretações distorcidas estão as crenças disfuncionais incorporadas em estruturas cognitivas relativamente duradouras ou esquemas. Quando estes esquemas são ativados por eventos externos, drogas ou fatores endócrinos, eles tendem a enviesar o processamento da informação e produzir um conteúdo cognitivo típico de um transtorno específico. (Beck, A. T., 2005a, pp. 953-954).

| <b>O perfil cognitivo dos transtornos psicológicos</b> |  |
|--|--|
| <b>Transtorno</b>                                      | <b>Tendências Sistemáticas no Processamento da Informação</b>  |
| Depressão  | Visão negativa de si mesmo, do mundo e do futuro               |
| Hipomania  | Visão inflada de si mesmo e do futuro                          |
| Transtorno de Ansiedade                                | Sensação de perigo físico ou psicológico                       |
| Transtorno de Pânico                                   | Interpretação catastrófica de experiências corporais / mentais |
| Fobia  | Sensação de perigo em situações específicas, evitáveis         |
| Estado Paranóico                                       | Atribuição de tendências a outros                              |
| Histeria   | Noção de anormalidade motora ou sensorial                      |
| Obsessão   | Estado de alerta constante ou dúvidas sobre segurança          |
| Compulsão  | Rituais de fuga e percepção de ameaça                          |
| Comportamento suicida                                  | Desesperança e deficiência em solução de problemas             |
| Anorexia nervosa                                       | Medo de ser gordo  |
| Hipocondria  | Atribuição de vários transtornos médicos                       |

*Figura 1.* O perfil cognitivo dos transtornos psicológicos. Adaptado de “Cognitive therapy” de Beck, A. T. e Weishaar, 2000, p. 273. (tradução do autor).

De acordo com A. T. Beck (1993) em artigo no qual o autor faz uma retrospectiva e apresenta os principais avanços teóricos da terapia cognitiva até aquele momento, um dos

principais desenvolvimentos teóricos que serviriam na aplicação da terapia cognitiva estava relacionado à “formulação de um modelo cognitivo específico para cada ‘novo’ transtorno” (p.195). Este modelo consiste, segundo ele, de dois grandes pressupostos, quais sejam:

[...] primeiro, o quadro geral da teoria cognitiva, a saber, que existe uma tendência no processamento da informação que produz comportamento disfuncional, aflição excessiva, ou ambos. Segundo, crenças disfuncionais incorporadas em estruturas relativamente estáveis – esquemas – levam a estas dificuldades (o conceito de especificidade cognitiva). (Beck, A. T., 1993, p. 195).

Estas especificidades ou perfis cognitivos como já sabemos por meio do modelo de depressão, caracterizam-se fundamentalmente pelos esquemas, pelas crenças disfuncionais e também pelo que Beck vai chamar de estratégias. Sendo assim, temos a seguinte passagem em que o autor trata principalmente sobre os esquemas e as estratégias:

[...] cada transtorno da personalidade tem um conjunto distinto de esquemas cognitivos, afetivos e comportamentais. Estes incluem a visão de si mesmo, a visão dos outros, as principais crenças e principais estratégias. Alguns têm estilos característicos de pensamento, assim como, o pensamento global impressionista da personalidade histriônica ou o “não pode ver a floresta para ver as árvores” estilo do transtorno de personalidade obsessivo-compulsivo. Estas características formam o *perfil cognitivo* para cada transtorno da personalidade (Beck et al., 1990, 2004). Eles são mais aparentes quando a situação impede a pessoa de usar sua estratégia idiossincrática, por exemplo, quando um estudante evitativo tem que fazer uma apresentação na sala de aula ou quando uma pessoa dependente é separada do outro significativo. (Weishaar & Beck, A. T., 2006, p. 120).

Os atributos ou traços de personalidade são entendidos, na teoria cognitiva, como expressões dos padrões comportamentais, ou seja, das estratégias desenvolvidas para lidar com as situações que, por sua vez, são realizados pelas funções de um conjunto de esquemas básicos que atribuem significado aos eventos (Beck, A. T., et al., 2005).

Em relação às estratégias, estas “podem ser consideradas formas de comportamento programado que são planejadas para atender a objetivos biológicos”, sendo que, “nos humanos, o termo ‘estratégia’ é aplicado, analogamente, a formas de comportamento que podem ser adaptativas ou desadaptativas, dependendo das circunstâncias” (Beck, A. T., et al., 2005, p. 33).

As diferentes formas de estratégia ou as diferenças de comportamento manifesto, “refletem características relativamente persistentes que são típicas de certos ‘tipos de personalidade’”, conforme A. T. Beck et al. (citado por Beck, A. T., et al., 2005, p. 33), ou

seja, estes padrões estáveis e persistentes quando são desadaptativos em relação ao contexto e geram grande sofrimento psíquico e emocional consistem nos transtornos de personalidade, de acordo com a teoria cognitiva de Beck.

As estratégias estão intimamente relacionadas com os padrões cognitivos e afetivos específicos e, ainda, às crenças e atitudes, o que, na verdade seria a base de ativação de determinada estratégia. Disso, afirmamos que um dos pressupostos gerais presentes no modelo de psicopatologia, de acordo com Beck, seria o de que uma crença/atitude específica produz uma estratégia específica correspondente sendo que, assim como os esquemas, podem estar super ou subdesenvolvidas ou ativadas, constituindo assim o funcionamento característico nos transtornos da personalidade (Beck, A. T., et al., 2005).

| <b>Transtorno da personalidade</b> | <b>Superdesenvolvida</b>                             | <b>Subdesenvolvida</b>                                 |
|------------------------------------|--|--|
| <b>Obsessivo-compulsiva</b>        | Controle<br>Responsabilidade<br>Sistematização       | Espontaneidade<br>Divertimento                         |
| <b>Dependente</b>                  | Busca de ajuda<br>Apego extremo                      | Autossuficiência<br>Mobilidade                         |
| <b>Passivo-agressiva</b>           | Autonomia<br>Resistência<br>Passividade<br>Sabotagem | Intimidade<br>Assertividade<br>Atividade<br>Cooperação |
| <b>Paranoide</b>                   | Vigilância<br>Desconfiança<br>Suspeita               | Serenidade<br>Confiança<br>Aceitação                   |
| <b>Narcisista</b>                  | Autoengrandecimento<br>Competitividade               | Compartilhamento<br>Identificação com o grupo          |
| <b>Antissocial</b>                 | Combatividade<br>Exploração<br>Predação              | Empatia<br>Reciprocidade<br>Sensibilidade social       |
| <b>Esquizoide</b>                  | Autonomia<br>Isolamento                              | Intimidade<br>Reciprocidade                            |
| <b>Esquiva</b>                     | Vulnerabilidade social<br>Evitação<br>Inibição       | Autoassertividade<br>Agregacionismo                    |
| <b>Histriônica</b>                 | Exibicionismo<br>Expressividade<br>Impressionismo    | Reflexão<br>Controle<br>Sistematização                 |

*Figura 2.* Quadro de estratégias típicas superdesenvolvidas e subdesenvolvidas. Adaptado de “Terapia cognitiva dos transtornos da personalidade” de A. T. Beck, et al., 2005, p. 46.

É possível observar que os erros e distorções cognitivos podem ser responsáveis por manter um padrão de funcionamento desadaptativo, ou seja, comportamentos característicos

de transtornos de personalidade. “Estes fatores cognitivos são vistos como resultando em respostas disfuncionais a eventos nos quais, por sua vez, podem ter conseqüências que servem para perpetuar as crenças disfuncionais” (Pretzer & Beck, A. T., 2005, p. 45).

A visão cognitiva da psicopatologia é essencialmente um modelo de processamento de informação. Assume-se que para funcionar na grande variedade de condições de vida que encontram, os humanos estão constantemente percebendo, recordando, interpretando e armazenando os dados do ambiente e que este processo contínuo e automático provoca respostas individuais cognitivas, emocionais e comportamentais a eventos. Assume também que tendências, distorções ou defeitos na percepção e interpretação da experiência podem resultar em respostas mal-adaptativas e que a persistência de erros sistemáticos no processamento da informação tem um papel importante em muitas formas de psicopatologia. (Pretzer & Beck, A. T., 2005, p. 50).

Já em relação às crenças disfuncionais, de acordo com A. T. Beck et al. (2001) em artigo que aborda especificamente sobre as crenças disfuncionais e seus respectivos transtornos de personalidade característicos, ele apresenta que um dos pressupostos mais marcantes na teoria cognitiva dos transtornos da personalidade consiste em sua ênfase no papel das crenças disfuncionais e ainda que esta ênfase é um diferencial da teoria cognitiva em relação a outras teorias dos transtornos da personalidade, ou seja, a ênfase nas crenças disfuncionais e na influência que têm na conformação de estados psicopatológicos é um componente que distingue a teoria cognitiva de Beck de teorias como a psicanálise, a interpessoal, a evolutiva e a neurobiológica (Beck, A. T., et al., 2001; Beck, A. T., et al., 2005; Pretzer & Beck, A. T., 2005).

De acordo com a teoria cognitiva, a essência de um transtorno de personalidade está revelada nas crenças disfuncionais que o caracterizam e perpetuam (Beck & Freeman, 1990; Pretzer & Beck, 1996). Por exemplo, pessoas com transtorno de personalidade evitativo tem crenças fundamentais como ‘Eu sou inapto e indesejável’ e ‘Eu não posso tolerar sentimentos de desprazer’, entre outras. Tais crenças podem explicar parcimoniosamente uma grande variedade de pensamentos e comportamentos no transtorno de personalidade evitativo, pois é esperado de modo frequente a rejeição e conseqüente sofrimento psíquico intolerável, focando excessivamente em uma das imperfeições e na avaliação potencialmente negativa dos outros, e evitando ou recuando situações sociais onde outros possam descobrir uma de suas deficiências. (Beck, A. T., et al., 2001, p. 1213).

Isto posto, fica visível que as crenças centrais disfuncionais são vistas na teoria cognitiva de Beck como vulnerabilidades cognitivas para a psicopatologia e assumem um papel quase que central neste modelo, juntamente com outros conceitos como os próprios



esquemas e as estratégias (desadaptativos). Mas assim como os esquemas são um aspecto central no modelo geral inicial da depressão, as crenças disfuncionais são o ponto focal do modelo psicopatológico (Beck, A. T., 2005b; Beck, A. T., et al., 2005; Weishaar & Beck, A. T., 2006).

| <b>Transtorno da Personalidade</b> | Crença/attitudes básicas                    | Estratégia (comportamento manifesto) |
|------------------------------------|---|--------------------------------------|
| <b>Dependente</b>                  | “Eu sou incapaz”.                           | Apego/vinculação                     |
| <b>Esquiva</b>                     | “Eu posso me machucar”.                     | Evitação                             |
| <b>Passivo-agressiva</b>           | “Eu poderia ser controlado”.                | Resistência                          |
| <b>Paranoide</b>                   | “As pessoas são perigosas”.                 | Cautela                              |
| <b>Narcisista</b>                  | “Eu sou especial”.                          | Autoengrandecimento                  |
| <b>Histriônica</b>                 | “Eu preciso impressionar”.                  | Dramaticidade                        |
| <b>Obsessivo-compulsiva</b>        | “Eu não posso errar”.                       | Perfeccionismo                       |
| <b>Antissocial</b>                 | “Os outros estão aí para serem explorados”. | Ataque                               |
| <b>Esquizoide</b>                  | “Eu preciso de muito espaço”.               | Isolamento                           |

*Figura 3.* Quadro de crenças e estratégias básicas associadas a transtornos tradicionais da personalidade. Adaptado de “Terapia cognitiva dos transtornos da personalidade” de A. T. Beck, et al., 2005, p. 34.

Observamos que em relação aos processos psicopatológicos a teoria de A. T. Beck et al. (2005) ainda salienta que “a pronunciada ativação de esquemas disfuncionais é a essência dos chamados transtornos do eixo I, como a depressão” (p. 32), e explica ainda como se dá a ativação destes esquemas ao afirmar que

[...] os esquemas mais idiossincráticos e disfuncionais deslocam os esquemas mais orientados e adaptativos para a realidade, em funções como processamento da informação, recordação e predição. Na depressão, por exemplo, o modo está organizado em torno do tema da autonegação, como o esquema se torna dominante; nos transtornos de ansiedade, o modo de perigo pessoal está hiperativo; nos transtornos de pânico, é mobilizado o modo relevante para a catástrofe iminente. (Beck, A. T., et al., 2005, p. 32).

Ainda de acordo com os autores acima, sobre a atuação dos esquemas nos transtornos de personalidade, afirmam que estes são parecidos com os que são ativados na síndrome sintomática, porém são mais hipervalentes, ou seja, inibem a ativação de outros esquemas que poderiam ser mais apropriados ao contexto, gerando toda uma mudança cognitiva em relação ao processamento cognitivo normal (Beck, A. T., et al., 2005).

O conceito de vulnerabilidade cognitiva também é um pressuposto fundamental para o modelo cognitivo de psicopatologia, e está intimamente relacionado ao papel das crenças disfuncionais e das estratégias desadaptativas (Beck, A. T., et al., 2005).

As típicas crenças disfuncionais e estratégias desadaptativas expressas nos transtornos da personalidade tornam os indivíduos suscetíveis a experiências de vida que se chocam com sua vulnerabilidade cognitiva. Assim, o transtorno da personalidade dependente é caracterizado por uma sensibilidade à perda do amor e da ajuda; a narcisista, pelo trauma à autoestima; a histriônica, pelo fracasso em manipular ou outros que lhe deem atenção e apoio. A vulnerabilidade cognitiva baseia-se em crenças que são extremas, rígidas e imperativas. Especulamos se essas crenças disfuncionais são o resultado da interação entre a predisposição genética do indivíduo e a exposição a influências externas indesejadas e a eventos traumáticos específicos. (Beck, A. T., et al., 2005, p. 32).

Assim sendo, estas crenças disfuncionais constituem o foco primário de tratamento e intervenção na Terapia Cognitiva para os transtornos de personalidade, além de ser o principal componente a ser avaliado na conceitualização cognitiva de caso – espécie de caracterização do quadro clínico ou diagnóstico, logo se observa, ao menos neste aspecto, que as técnicas têm estado consistentemente de acordo com os pressupostos teóricos (Beck, A. T., et al., 2001; Weishaar & Beck, A. T., 2006).

Em relação à hipótese da continuidade que se refere, de modo geral, ao fato de vários estados psicopatológicos supostamente serem exageros da constituição normal, A. T. Beck (1991) afirma que estes estados “parecem representar formas exageradas e persistentes de respostas emocionais normais. Então, existe uma continuidade entre o conteúdo ‘normal’ de respostas e experiências emocionais excessivas ou inapropriadas associadas com a psicopatologia” (p. 370). É importante observar, que apesar das crenças disfuncionais

constituírem a vulnerabilidade ou predisposição para a psicopatologia, “as crenças disfuncionais mais persistentes do transtorno de personalidade são ‘estruturadas’, isto é, elas são construídas para a organização cognitiva normal” (Weishaar & Beck, A. T., 2006, p. 120), o que corrobora a hipótese da continuidade. Contudo, ainda se faz necessário salientar que as crenças centrais não necessariamente são disfuncionais, quer dizer, não são elas mesmas que são disfuncionais, mas a ativação imprópria ao contexto da situação, ou seja, o desajustamento entre a ativação de um determinado padrão (de crenças, esquemas e estratégias) e a situação específica que está sendo vivida (Neufeld & Cavenage, 2010).

O fato é que “nossa habilidade de autocorrigir percepções e ajustar nossas respostas requerem flexibilidade cognitiva” (Weishaar & Beck, A. T., 2006, p. 115) que é o que caracteriza o funcionamento normal e saudável para Beck, contudo, em caso de psicopatologias ou angústia e estresse psicológico “a flexibilidade cognitiva é perdida e os julgamentos tornam-se mais absolutos e rígidos” (Weishaar & Beck, A. T., 2006, p. 115), dessa forma os erros ou distorções cognitivas assumem o comando.

Observamos que o pressuposto geral da teoria cognitiva da psicopatologia relacionado à hipótese da continuidade é o de que o modelo de psicopatologia de Beck propõe que o comportamento excessivamente disfuncional e emoções perturbadoras ou afeto inapropriado encontrados em vários transtornos psiquiátricos são exageros de processos adaptativos normais (Beck, A. T., 1976, 1991).

Temos no modelo de transtornos da personalidade, de modo geral, que o processamento da informação defectível é ativado por estruturas, ou seja, esquemas maladaptativos, e a consciência é regida pelo produto consciente deste processamento, que são as crenças, pensamentos, suposições e imagens, isto caracteriza o que é chamado de mediação cognitiva, que é importante para ter a compreensão de que o sistema possui uma constante interação (Beck, A. T. et al., 1997; Clark, Beck, A. T., & Brown, 1989).

Este entendimento cognitivo da psicopatologia conduziu naturalmente para a tentativa de modificar o processo cognitivo que parece desempenhar um papel importante na psicopatologia (Pretzer & Beck, A. T., 2005). De acordo com os resultados da pesquisa de A. T. Beck et al. (2001, p. 1222) em relação à discriminação dos transtornos de personalidade, por meio das crenças disfuncionais, estes demonstraram-se amplamente consistentes com as formulações da teoria cognitiva para os transtornos de personalidade evitativo, obsessivo-compulsivo, dependente, narcisista e paranoide, como visto nos quadros apresentados anteriormente. Contudo tem havido nos últimos anos uma expansão e abrangência do modelo

para outros transtornos de personalidade e também para problemas como dependência química e conjugais (Beck, A. T., 1993).

Chamamos este modelo apresentado até aqui de modelo de processamento da informação ou modelo linear, em que um estímulo (interno ou externo) ativa um padrão esquemático e gera o comportamento, seja ele funcional ou disfuncional, adaptativo ou desadaptativo, ou seja, gera tanto uma resposta normal quanto psicopatológica - de um transtorno específico. Contudo, Beck não apresenta um conteúdo palpável do funcionamento normal, dedicando-se mais enfaticamente aos processos psicopatológicos e psicoterápicos, sendo que o autor considera este modelo como sendo um modelo integrado ou unificado de psicopatologia e psicoterapia, o que podemos observar nas suas próprias palavras: “a terapia e teoria cognitivas não apenas constituem uma abordagem coerente, efetiva, mas também podem servir como um paradigma unificador ou ‘integrativo’ para a psicopatologia e a psicoterapia efetiva” (Beck, A. T., & Alford, 2000, p. 13). Porém, o que temos observado é que a maioria dos terapeutas e estudiosos da Terapia Cognitiva considera, equivocadamente, este modelo de psicopatologia e psicoterapia como sendo uma teoria da personalidade estrito senso. Isto foi verificado em duas dissertações de pesquisadores brasileiros (Oliveira, 2009; Perez, 2008) que afirmam que Beck propõe uma teoria de personalidade, apesar de não encontrarmos na obra de Beck tal teoria unificada de personalidade e psicopatologia. O que encontramos são teses consistentes sobre personalidade, sendo que muitas delas referem-se a processos patológicos, mas uma teoria da personalidade completa é feita, dentre outras coisas, de um modelo normal ou não patológico de personalidade. Tanto é que, na mesma obra citada acima, os próprios autores salientam a necessidade de aprimoramento de uma teoria da personalidade, apontando esta como diretriz futura importante para a teoria cognitiva, uma vez que não oferecem um modelo de personalidade normal desvinculado dos modelos psicopatológicos (Beck, A. T., & Alford, 2000).

Podemos ainda chamar este modelo inicial proposto por Beck de modelo linear devido à característica um tanto causal que aparenta. Veremos na próxima sessão que posteriormente ele irá fazer algumas reformulações e apresentará um modelo mais circular e interativo (apesar de não totalmente), o modelo modal, que é um dos poucos achados onde é possível vislumbrar um modelo desvinculado do modelo psicopatológico, uma vez que ele não se explica apenas pela psicopatologia e não explica somente a psicopatologia (Beck, A. T., 2005b; Beck, A. T., & Alford, 2000).

Observemos uma representação do modelo de processamento da informação ou linear, de acordo com Pretzer e A. T. Beck (2005):

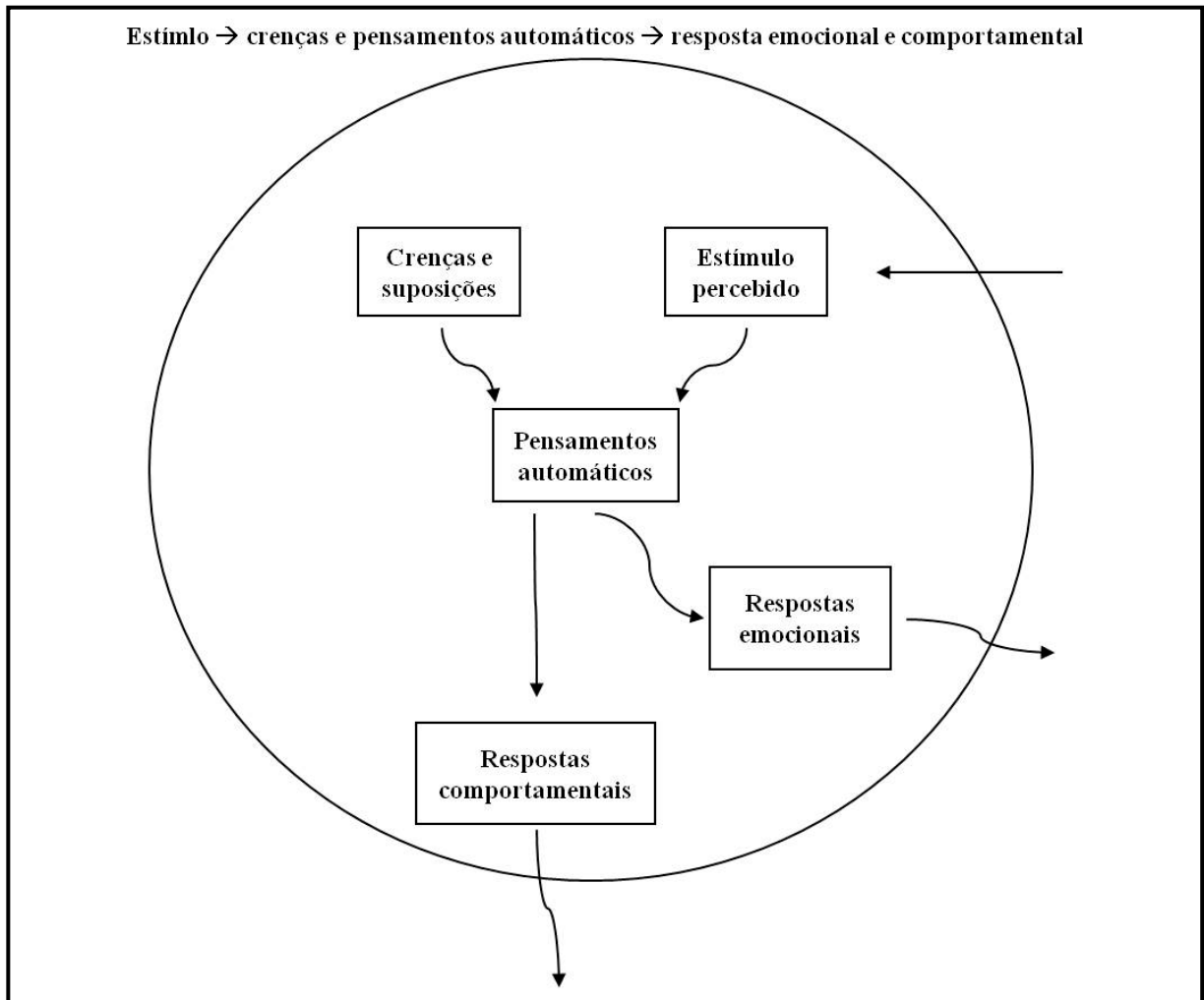


Figura 4. Modelo do processamento de informação esquemático ou modelo linear. Adaptado de “A cognitive theory of personality disorders”, de J. L. Pretzer e A. T. Beck, 2005, p. 52.

Uma observação a ser explicitada refere-se ao fato de que o próprio início das formulações teóricas de Beck, ou seja, o modelo cognitivo da depressão, já estava voltado para a psicopatologia e, mesmo em artigos mais recentes ainda afirma-se que a Terapia Cognitiva é baseada na teoria cognitiva da psicopatologia, como J. S. Beck e Bieling (2004) explicam neste trecho: “Terapia Cognitiva é um sistema abrangente de psicoterapia com um tratamento operacionalizado baseado em uma teoria elaborada e empiricamente sustentada da psicopatologia” (p. 16), logo este modelo coaduna com a hipótese de que as teses de Beck ainda não apresentaram um modelo de personalidade estrito senso.

### 3.3 MODELO MODAL

Passamos agora a descrever as últimas modificações mais significativas que Beck propôs em sua teoria cognitiva, em que apresenta a conceito de modos (daí ser chamado modelo modal), o qual sugere maior interatividade entre os sistemas psicológicos. E como o próprio autor afirma

Em minha teorização anterior, postulei um caminho simples da cognição para a emoção, motivação e comportamento (Beck, 1967, 1976). Propus que uma situação estímulo ativava um esquema cognitivo, o qual, simultaneamente, ativava motivação, emoção e comportamento. De acordo com minha formulação atual, a formação e o desenvolvimento inicial do modo dependem da interação de padrões congênitos ('proto-esquemas') e experiência. (Beck, A. T., 2005b, p. 30).

De acordo com A. T. Beck (2005b) em capítulo que se dedica a explicar seu mais recente modelo explicativo – o modelo modal, ele faz uma revisão dos seus modelos teóricos explicativos anteriores afirmando que o primeiro modelo (modelo da depressão, ou modelo dos esquemas individuais ou ainda modelo do processamento esquemático linear) elaborado por ele propõe basicamente que “a ativação de certos esquemas cognitivos idiossincráticos representavam o problema central na depressão e poderiam ser apontados como tendo um papel primário na produção de vários sintomas cognitivos, emocionais e comportamentais” (p. 21) e ainda esclarece que o modelo de psicopatologia nada mais é que uma forma de aplicação da teoria básica com ênfase nas crenças disfuncionais ao afirmar que “intervenções voltadas para moderar ou modificar as interpretações e predições disfuncionais, bem como as crenças disfuncionais fundamentais (incorporadas aos esquemas disfuncionais) poderiam melhorar o transtorno clínico” (Beck, A. T., 2005b, p. 21).

O autor afirma ainda que estes modelos apesar de terem sido amplamente confirmados por estudos experimentais e clínicos, tendo sido úteis como proposta de tratamento para diversos transtornos psicopatológicos, veem apresentando deficiências graves na explicação de algumas questões teóricas cruciais, estando, portanto, a teoria incompleta ou incapaz de explicar certos fenômenos psicológicos, principalmente os que se referem à personalidade, por exemplo: a multiplicidade de sintomas presentes em um transtorno psicopatológico, a evidência de domínios esquemáticos, indicando ainda uma organização esquemática global e complexa, a questão da normalidade observada em várias reações

psicológicas e a relevância do modelo de humores normais, a possível continuidade entre psicopatologia e personalidade, interação entre estrutura, conteúdo e função na personalidade, a mudança dos sintomas com o decorrer do tempo, entre outros (Beck, A. T., 2005b). Estas são questões suscitadas por vários teóricos como crítica ou lacunas na obra de Beck, então este se vê impelido a fazer modificações e melhoramentos na teoria a fim de responder e de tornar mais completa sua proposta (Williams, Watts, Macleod, & Mathews, 2000).

A. T. Beck (2005b) então vai apresentar os aprimoramentos elaborados para complementar sua teoria do processamento esquemático simples, ou modelo linear, sendo que o principal deles é a incorporação do conceito de *modos*, e o outro é o conceito de *energias*.

Como veremos, a implementação pura destes conceitos ainda não é suficiente para dar conta de todas as deficiências da teoria, mas sem dúvida foi um grande avanço, além de ser produtor para a ciência o simples fato de o autor admitir falhas e incompletudes em sua teoria e buscar melhorá-la para que tenha maior utilidade, o que pode ser observado quando A. T. Beck e Alford (2000) afirmam que o avanço da teoria na terapia cognitiva “virá não da fusão com outras teorias, mas das investigações clínicas e experimentais de hipóteses derivadas dos axiomas formais da teoria cognitiva. Quando uma hipótese particular não se sustenta, a base teórica da hipótese será conseqüentemente modificada” (Beck, A. T. & Alford, 2000, p. 102).

Observamos que A. T. Beck et al. (2005) já teriam apresentado na obra “*Terapia Cognitiva dos Transtornos da personalidade*” um protótipo do que viria a constituir o conceito de modos a partir de uma definição de personalidade como “uma organização relativamente estável composta por sistemas e modos” (p. 39) e a partir dos sistemas de esquemas, sendo que “sistemas de estruturas interligadas (esquemas) são responsáveis pela seqüência que se estende da recepção de um estímulo até o ponto final de uma resposta comportamental” (p. 39), sistemas estes agrupados separadamente, mas em constante interação e que permeiam os vários processos psicológicos como memória, cognição, motivação, afeto, ação e controle, assim como veremos neste modelo modal.

Os sistemas de esquemas ou programas que Beck chamou de *modos* são constituídos, então, a partir da história evolutiva e sua predisposição biológica, mas também das experiências pessoais ocorridas ao longo do desenvolvimento do indivíduo e das influências ambientais, logo não são apenas formados por fatores genéticos ou neurais, mas também pela exposição a situações que são experimentadas (Beck, A. T., et al., 2005).

Dessa forma, a personalidade pode ser entendida na obra de Beck “como uma organização de sistemas integrados- cognitivo, afetivo, motivacional e comportamental-

constituindo estruturas estáveis denominadas esquemas e programas chamados modos [...]” (Weishaar & Beck, A. T., 2006, p.114). Assim sendo, “cada pessoa tem um perfil único de personalidade baseado em suas disposições inatas ou temperamento e influências ambientais” (Weishaar & Beck, A. T., 2006, p.116).

Uma apreciação geral do conceito de modos seria como um conglomerado de esquemas e crenças específicas, formando suborganizações na personalidade que respondem a demandas próprias. Ou seja, de acordo com A. T. Beck (2005b) os modos são caracterizados como

[...] uma teia de componentes cognitivos, emocionais, motivacionais e comportamentais. Os modos, consistindo de setores integrados ou suborganizações da personalidade, são projetados para tratar de problemas ou demandas específicas. Os ‘modos primários’, de maior interesse para o estudo da psicopatologia, incluem as derivações de organizações antigas que evoluíram em circunstâncias pré-históricas e são manifestadas em reações de sobrevivência, mas, também, de uma forma exagerada em transtornos psiquiátricos. (Beck, A. T., 2005b, p. 22).

Beck ainda afirma que “os modos são suborganizações específicas dentro da organização da personalidade e incorporam os componentes relevantes dos sistemas básicos da personalidade: cognitivo (ou processamento de informação), emocional, comportamental e motivacional” (Beck, A. T., 2005b, p. 24). Cada um desses sistemas é constituído de estruturas, chamadas ‘esquemas’, sendo, portanto, o sistema cognitivo composto por seus esquemas cognitivos respectivos, o sistema emocional pelos esquemas emocionais, e assim por diante.

Para A. T. Beck (2005b) “o modo, em virtude da rede integrada cognitiva-emocional-comportamental, produz uma resposta síncrona às demandas externas e fornece um mecanismo para implementar ordens e objetivos internos” (p. 24), ou seja, Beck está pressupondo que “cada um dos sistemas que participam de um modo tem uma função individual específica, mas que eles operam em sincronia para implementar uma estratégia coordenada direcionada a um objetivo”(p. 24) – além da função do modo no processamento de informação. Observamos que estas colocações do autor tendem a uma explicação melhor de como ocorre o funcionamento psíquico humano, apresentando conceitos mais globais em uma perspectiva mais complexa e integrada, onde existe maior interação entre os componentes do sistema, ou seja, apresenta uma forma mais elaborada em que a organização da personalidade é explicada de forma mais integrada num todo que se articula e interage constantemente. Isto é um grande avanço teórico, e no campo da teoria da personalidade



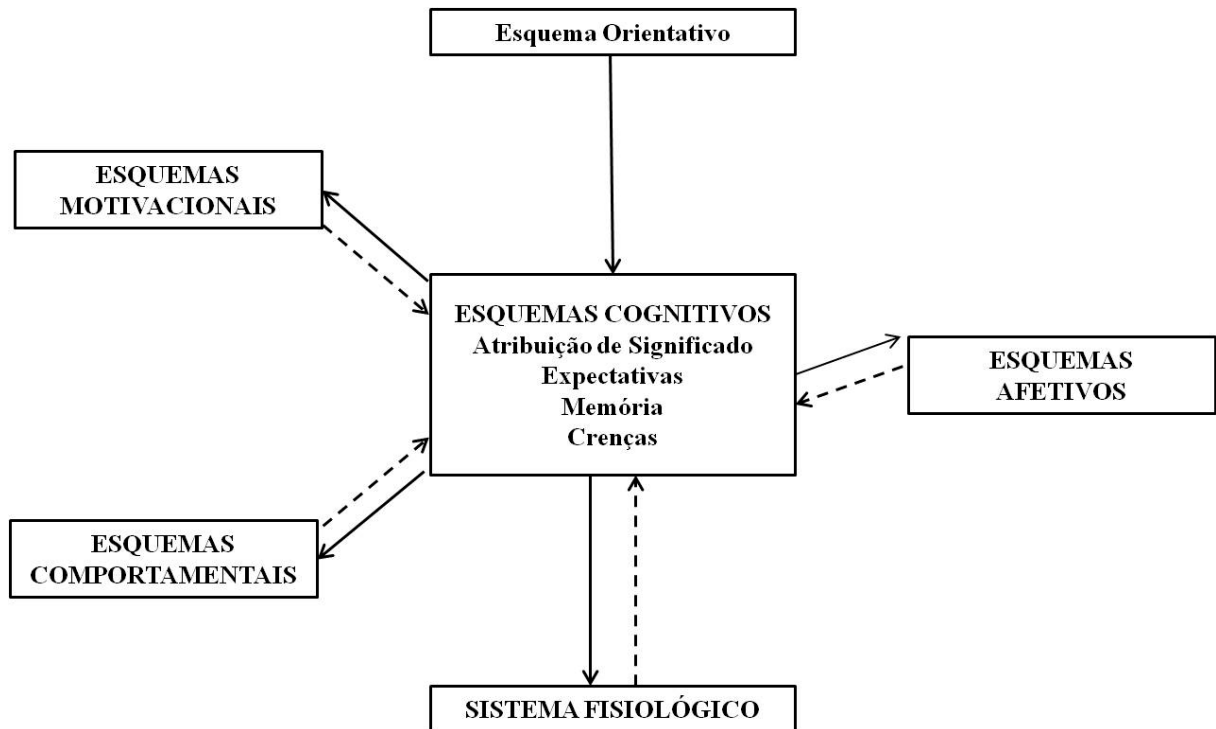
possui muito valor, pois como vimos no primeiro capítulo, um das preocupações primordiais dos teóricos da personalidade está na explicação do funcionamento humano em sua unidade, como um todo organizado, e, neste sentido, Beck tem se esforçado com êxito na explanação deste modelo modal.

Diferentes tipos de esquemas têm funções diferentes. Por exemplo: os esquemas cognitivos têm a ver com abstração, interpretação e recordação; os esquemas afetivos são responsáveis pela geração de sentimentos; os esquemas motivacionais lidam com desejos e anseios; os esquemas de controle estão envolvidos no automonitoramento, na inibição e na direção das ações. (Beck, A. T., et al., 2005, p. 39).

Já em relação ao conceito de cargas ou energias (catexes) apesar de não apresentar a sua definição do conceito, A. T. Beck (2005b) propõe que servem para explicar as variações de intensidades nas estruturas cognitivas, ou seja, a alteração de um estado normal para um anormal, ou de um estado inativo para um ativo, o que pode ser considerada uma proposta explicativa que, ao menos até certo ponto, não se explica unicamente por processos psicopatológicos, como ocorre nos modelos e teses de teoria da personalidade propostos por Beck anteriormente, (apesar de tender a dar mais importância na explicação destes). Ao menos tenta explicar um pouco mais de como se dá o processo, as variações, as transições de um estado a outro, a mudança e considera também maior atividade de interação entre as estruturas e suas funções.

Para A. T. Beck (2005b) então, estes dois conceitos constituem um

[...] modelo explicativo para a instigação de, e mudanças em, estados normais e anormais. Por exemplo, ele ajuda a explicar a observação clínica de que, no início de um transtorno clínico particular (por exemplo, ansiedade, pânico ou depressão), vários sistemas (cognitivo, afetivo, motivacional e comportamental) mudam de um estado inativo para um estado altamente ativado. Além do mais, o conceito de *modos* inclui as condições clínicas caracterizadas pela superativação (ou hipercatexia) de um conglomerado de crenças disfuncionais, significados e memórias próximas ou relacionadas, que influenciam, se não controlam o processamento da informação. O modelo também explica a observação de que, quando a síndrome clínica entra em remissão, as interpretações e crenças disfuncionais características tornam-se menos salientes – ou mesmo desaparecem. (Beck, A. T., 2005b, p. 22).



*Figura 5.* Modelo Modal (ativação dos modos). Adaptado de “Além das crenças: uma teoria de modos, personalidade e psicopatologia” de A. T. Beck, 2005b, p. 26.

O modelo explica como se dá o funcionamento dos modos separadamente, ou seja, como cada sistema atua no processamento da informação, apesar deles interagirem sincronamente uns com os outros. Vamos agora apresentar cada um deles, assim como Beck propõe.

O sistema cognitivo tem por função básica a atribuição de significados, ou seja, todo o processo de seleção, interpretação, atenção e memória. É a partir desta atribuição de significados que torna possível a visão que as pessoas têm de si mesmas, dos outros, do mundo, e também quais são suas expectativas e objetivos, ou seja, é o que rege a experiência subjetiva dos indivíduos, desde elementos mais simples, ou seja, significação de dados de situações cotidianas até elementos mais abstratos e complexos como autovalor. Toda essa atribuição de significado está intimamente relacionada às memórias, sendo que a atribuição de um significado é consolidado, gravado e posteriormente acessado, contribuindo como uma predisposição na significação de situações atuais (Beck, A. T., 2005b).

Quanto ao sistema emocional é o produtor de reações emocionais como alegria, raiva, medo, tristeza, os quais são, de acordo com Beck, e sua imersão nas influências da teoria evolutiva, parte essencial das estratégias de sobrevivência, procriação e adaptação, possuindo, portanto, uma função vital que estaria além da própria experiência de sentimento e

todo significado que carrega (Beck, A. T., 2005b). É fato que as emoções possuem um caráter fundamentalmente fisiológico, contudo é inegável a interação destas com as cognições, ou seja, o papel das emoções na atribuição de significados e vice-versa, o que não é apresentado claramente em Beck. O autor apenas apresenta sua concepção em relação ao papel das emoções enquanto sendo positivas e/ou negativas, com um viés bastante voltado para a aplicação terapêutica, e afirma:

Minha concepção de afeto negativo atribui-lhe uma função específica, isto é, a de chamar a atenção dos indivíduos e estimulá-los a focar numa circunstância particular, que o reduz de alguma forma. O afeto positivo funciona para reforçar as atividades direcionadas a objetivos, através de ‘recompensas’ a realização do objetivo. (Beck, A. T., 2005b, p. 25).

Já os sistemas motivacional e comportamental funcionam no sentido de mobilizar ou inibir ações automáticas do organismo, referindo-se somente a estratégias emergenciais, não caracterizando ações voluntárias, conscientes ou reflexivas. Beck considera o termo motivação como possuindo características quase que estritamente biológicas, ou seja, como as necessidades involuntárias, por exemplo: fome, sono, reações de fuga, entre outros.

O termo ‘motivação’, usado aqui como oposto à ‘intenção consciente, aplica-se ao impulso involuntário automático e às inibições que estão vinculadas a estratégias primitivas. O construto da motivação inclui pulsões biológicas, tais como apetite e sexualidade, as necessidades espontâneas de atacar ou fugir, e as pressões ‘involuntárias’ para evitar ou reprimir ações ‘de risco’. Os sistemas motivacional e comportamental são também compostos de estruturas, denominadas respectivamente ‘esquemas motivacionais’ e ‘esquemas comportamentais’. Essas estruturas são disparadas rápida e automaticamente. (Beck, A. T., 2005b, p. 25).

O sistema fisiológico refere-se aos sistemas periféricos, como sistema nervoso autônomo, motores e sensoriais e geralmente participa quando um modo importante de ameaça é ativado. Uma observação importante diz respeito à forte interação e articulação deste sistema com o sistema cognitivo e emocional, pois quando surgem emoções como raiva e ansiedade, o sistema fisiológico além de disparar reações de luta ou fuga também se associa às interpretações (contidas no sistema cognitivo) como crenças do tipo “Eu não consigo enfrentar isso” ou “Eu sou um idiota, ela está querendo me passar para trás” (Beck, A. T., 2005b). Esta visão dos aspectos neurofisiológicos dos modos é bem evidente neste modelo, apesar de estar sempre acoplado aos processos psíquicos. Beck afirma que

Os *modos* são conceituados como estruturas unitárias. Vistos de uma perspectiva psicológica, eles têm as características (estruturas, conteúdo, nível de ativação) já descritas. A partir de uma perspectiva neuroquímica, os *modos* podem ser vistos como um conjunto de padrões de redes neurais, até o momento não definidas. A ativação do fenômeno psicológico e dos substratos neurais ocorre como um processo unitário, no qual os aspectos psicológicos e neural simplesmente representam diferentes perspectivas do mesmo fenômeno. (Beck, A. T., 2005b, p. 36).

Isto pode explicar a ocorrência de processos de mudança, ou seja, de ativação e desativação (inibição) dos modos, tanto por meio das experiências de situações de vida e também de psicoterapia enquanto um processo experiencial, quanto por meio de substâncias neuroquímicas, dessa forma Beck expõe que “assim como experiências tais como ganhos, perdas ou ameaças podem ativar um *modo* expansivo, depressivo ou vulnerável e intervenções psicológicas podem desativar estes *modos*, da mesma forma os agente farmacológicos” (Beck, A. T., 2005b, p. 36).

Em relação ao sistema de controle consciente este sim diz respeito aos “desejos, metas e valores mais reflexivos, deliberados, conscientes e menos automáticos; por exemplo, para se tornar livre de medos não razoáveis, para estabelecer e atingir metas razoáveis, para resolver problemas”, diferentemente do sistema motivacional que se refere a processos automáticos. Um ponto bem interessante é que este sistema

[...] está envolvido com o estabelecimento de controles sobre os sistemas primitivos, através, por exemplo, da correção dos ‘pensamentos automáticos’, que são gerados pelo sistema cognitivo primitivo, desviando a atenção de pensamentos ou memórias desagradáveis, inibindo impulsos disfuncionais” e sendo que “uma função importante é avaliar as reações cognitivas básicas. (Beck, A. T., 2005b, p. 26).

Isto poderia ser considerado como uma explicação do funcionamento normal ou saudável de personalidade, uma vez que este sistema contribuiria para a manutenção de um estado psíquico mais equilibrado e funcional, evitando formas graves de sintomas que levariam a uma psicopatologia, além de ser uma parte fundamental nos mecanismos de mudança. Neste sentido podemos observar avanços neste modelo proposto por Beck no que se refere a uma tória da personalidade que considera além de aspectos psicopatológicos como o modelo anterior, mas procura salientar um posicionamento a respeito tanto do funcionamento normal da personalidade como os aspectos motivacionais do comportamento humano, fator muito negligenciado até então.

O sistema de controle, portanto, tem a função de avaliar os produtos do processamento cognitivo primitivo (medos automáticos, autocríticas, culpa etc.) através da aplicação de um pensamento mais adaptativo, flexível e maduro. A operação deste sistema tem, às vezes, sido denominada de ‘metacognição’, uma vez que ela envolve “pensar sobre o pensamento”. (Beck, A. T., 2005b, p. 26).

De acordo com Beck existem vários modos, uns são primitivos, e são grandemente responsáveis pelos sintomas patológicos ou comportamentos disfuncionais, embora não possam ser considerados desadaptativos por si, pois frente a um perigo real eles são muito funcionais, os outros são os chamados modos menores os quais são mais facilmente controlados pelo sistema de controle consciente, ou seja, são mais flexíveis. “Quando ativado, este sistema de controle tem o potencial de suprimir, ou, mais precisamente, de ‘desenergizar’ o modo” (Beck, A. T., 2005b, p. 31).

A partir da caracterização dos sistemas que compõem a organização psíquica neste modelo, Beck passa a explicar como se dá a ativação dos modos e a relação destes com processos psicopatológicos ou transtornos de personalidade. Desde já aproveito para explicitar a observação de que não foi encontrada, de maneira objetiva, uma descrição, nem mesmo uma lista dos modos com suas especificidades e correlações com transtornos específicos, como, por exemplo, as várias tabelas demonstrativas em seu modelo de psicopatologia.

Os modos que são considerados neste modelo como as estruturas e operações que caracterizam a personalidade consistem, portanto, de todos aqueles elementos já mencionados no modelo linear como as crenças, estratégias e esquemas, porém estes agora estão em constante interação e processam os dados ao mesmo tempo, sendo considerado assim um modelo mais complexo

De forma geral, temos que

O conceito de modos representa uma expansão global da simples teoria dos esquemas e fornece o enquadre para uma teoria integrada de personalidade e psicopatologia. Modos são concebidos como unidades estruturais e operacionais de personalidade, que servem para adaptar um indivíduo a mudanças em contingências. Os modos consistem em um composto dos sistemas cognitivo, emocional, motivacional e comportamental. Os componentes relevantes desses sistemas são unificados dentro do modo e funcionam sincronicamente como estratégias adaptativas. Os modos podem explicar uma variedade de funções, que vão desde reações relativamente breves em situações de emergência até fenômenos mais diversificados e permanentes tais como emoção, depressão clínica e preconceito. (Beck, A. T., 2005b, p. 37).

A formação e ativação dos modos, de acordo com a proposta do modelo atual irão depender da interação entre os proto-esquemas que são predisposições genéticas e a experiência. Estes proto-esquemas geram, por sua vez, esquemas diferenciados, que estão relacionados respectivamente aos sistemas apresentados acima, contudo um esquema em especial está mais diretamente relacionado à ativação dos modos, trata-se do esquema orientativo. Diante de um estímulo um “esquema orientativo atribui um significado preliminar à situação estimuladora e ativa o restante do modo relevante” (Beck, A. T., 2005b, p. 30). Isto vai explicar também a predisposição para o desenvolvimento de um transtorno clínico, já que “a estrutura preliminar de um modo disfuncional já está instalada antes do início de transtornos psicológicos – por exemplo, depressão – e é, então, disparada por um evento congruente, tal como uma perda” (Beck, A. T., 2005b, p. 30).

De acordo com Beck a ativação dos modos é explicada pelo conceito de carga ou energia, o que determina a “regularidade com a qual estados específicos são acionados e sua ativação, após intervalos, através de estímulos progressivamente menos intensos”, por exemplo, na depressão “os esquemas negativos superativados interrompem os esquemas mais normais e imprimem seu próprio significado ao evento” (Beck, A. T., 2005b, p. 30-31).

Este modelo também explica o funcionamento nos transtornos de personalidade

Até os transtornos de personalidade podem ser formulados em termos de *modos* (Beck et al., 1990). Quando pessoas com transtornos de personalidade dependente, histriônico, evitativo ou narcisista descompensam, elas podem entrar em um *modo* hostil, depressivo, ansioso ou de outro tipo. Os transtornos de personalidade também podem ser caracterizados em termos de seus modos habituais ou predominantes, os quais exercem um papel constante na vida do paciente. Assim, transtornos de personalidade dependente, evitativo e histriônico são caracterizados com base em modos persistentes dependentes, evitativos ou histriônicos. Nesses transtornos, os modos estão operando a maior parte do tempo e não requerem um forte estímulo para serem ativados. (Beck, A. T., 2005b, p. 31).

É possível observar então que o que caracteriza os transtornos de personalidade seria a constância e o prolongamento de ativação de um modo disfuncional específico em detrimento de outros mais adaptativos ao contexto. Isto faz a diferenciação entre um estado de funcionamento normal e patológico no modelo modal. Dessa forma, Beck afirma que

O conteúdo de um modo particular fornece um guia com relação à possibilidade do indivíduo estar experienciando uma reação normal ou um transtorno clínico. Um estado prolongado caracterizado por um conteúdo extremo, desproporcional a circunstâncias provocadoras, e que não retrocede com a alteração nas circunstâncias, sugere que um transtorno clínico está presente. (Beck, A. T., 2005b, p. 38).

Da mesma forma como no modelo linear, existe também neste modelo, apesar de não ter sido encontrada organizadamente tal discriminação, uma especificidade, onde cada transtorno possui “um modo específico, com propriedades idiossincráticas cognitivas, emocionais, motivacionais e comportamentais” (Beck, A. T., 2005b, p. 38), e ainda a consideração também da existência de uma continuidade, em que as funções dos modos nas patologias são tidas como exagero da função adaptativa normal:

[...] por exemplo, no modo depressivo há uma preocupação com perda (cognitiva), uma tristeza (emocional), e uma inércia e passividade geral (comportamental). Uma função no modo depressivo é a conservação de recursos e uma função do modo de ansiedade é a imediata autopreservação. Os demais transtornos clínicos também podem ser compreendidos em termos dos componentes do modo específico. Suas funções podem ser geralmente vistas como uma aberração ou exageração de um processo adaptativo normal. (Beck, A. T., 2005b, pp. 38-39).

Apesar de termos observado que este modelo é de fato melhor do que o modelo linear, pois propõe conceitos mais globais e tem um forte caráter interativo, este processo de interação não é completo e ainda está muito centralizado nos esquemas cognitivos, não possibilitando, por exemplo, explicações de aspectos motivacionais conscientes. Visto que no modelo anterior não havia nem menção a este tipo de aspectos motivacionais, o modelo atual é neste ponto um grande avanço, embora ainda seja uma lacuna na teoria de Beck seu posicionamento em relação a uma teoria da motivação humana, assim como seu posicionamento claro em relação a uma série de outras questões, por exemplo, sobre a relação entre cognição e emoção, relação mente-corpo, entre outros. Contudo, este novo modelo possui outro grande avanço, que consiste na busca da explicação do funcionamento normal, o que era muito negligenciado até então, visto que sua teoria já nasceu para explicar e tratar psicopatologias. Neste sentido observamos que Beck empenha grande esforço e logra bons resultados no sentido de fornecer explicações mais gerais do funcionamento humano saudável, apesar de seus pressupostos ainda tenderem à explicação das psicopatologias e ainda não apresentar objetivamente uma teoria da personalidade.

Salientamos com as palavras do próprio autor seu empenho em melhorar sua teoria e desta forma promover melhores resultados práticos nos processos de mudança dos indivíduos.

A formulação da teoria dos modos foi estimulada por minha dificuldade em acomodar vários fenômenos psicológicos e psicopatológicos ao modelo esquemático simples de estímulo → esquema cognitivo → motivação, emoção e comportamento. A noção de modo pode fornecer uma explicação mais completa da complexidade, previsibilidade, regularidade e singularidade das reações normais e anormais. Um modelo que englobe um composto de estruturas cognitiva, emocional e comportamental, refere-se ao fenômeno clínico e, ao mesmo tempo, resguarda a unidade psicobiológica essencial do organismo. Este novo modelo, além do mais, pode clarificar não somente a forma e o conteúdo dos transtornos psiquiátricos, mas também sua precipitação, oscilação e remissão. (Beck, A. T., 2005b, p. 36).

Como se trata de uma teoria ainda em construção e evolução, e pelo fato de o autor ainda estar vivo, ficamos aguardando novos avanços, e quem sabe nosso estudo, trazendo à tona a discussão sobre teorias da personalidade, possa contribuir de alguma forma para o aprimoramento desta área de pesquisa.



## **4 AVALIAÇÃO DA TEORIA DA PERSONALIDADE DA TC DE BECK**

### **4.1 AVALIAÇÃO CRÍTICA**

Passamos agora a analisar as teses de Beck em relação aos critérios de teoria apresentados no primeiro capítulo.

Em relação aos critérios de teoria científica foi possível observar que diante dos pressupostos e teses pesquisados e descritos durante esta pesquisa referentes aos aspectos teóricos da obra de Beck, estes cumprem o que é exigido para o estabelecimento enquanto uma teoria científica, visto que apresenta seus axiomas de forma objetiva, sendo estes independentes, necessários e não contraditórios. Além disto, o arcabouço teórico (ainda que apresente algumas deficiências) permite a submissão de suas hipóteses, que são claras e objetivas, a teste empírico (o que vem sendo feito larga e seriamente por diversos pesquisadores), sendo que destas hipóteses pode-se ainda extrair previsões em relação ao funcionamento psíquico e comportamental do ser humano (principalmente no que se refere aos aspectos psicopatológicos), o que tem feito da teoria cognitiva uma teoria mais útil e consistente do que muitas outras.

A partir de então passamos para as análises referentes a alguns critérios necessários no estudo e pesquisa de teorias da personalidade apresentados no primeiro capítulo.

Quanto aos critérios de uma teoria científica geral, o que inclui, também, as teorias da personalidade, analisaremos a obra de Aaron Beck em relação aos seguintes requisitos já apresentados no primeiro capítulo: clareza, abrangência, utilidade e parcimônia.

A teoria de Beck pode ser considerada bastante avançada por se propor a considerar, explicar e articular fatores importantes do funcionamento humano como cognição, motivação, emoção, comportamento e relações interpessoais e com o meio. Contudo, existem ainda dúvidas relacionadas ao seu posicionamento no que diz respeito, por exemplo, à relação entre cognição e emoção e entre mente e corpo. Tem ainda o fato de que Beck, apesar de sempre citar a motivação, não desenvolve de fato uma teoria explicativa da motivação (processo) em sua teoria cognitiva. Ele parece apropriar-se implicitamente dos pressupostos da perspectiva cognitiva como um todo, da mesma forma como faz com o conceito de esquema, pois ele não apresenta uma definição própria bem desenvolvida deste conceito. E assim como afirmam os

autores Pervin e John (2004, p. 37) “as regras da ciência exigem que as teorias sejam explicitadas ao invés de ficarem implícitas”.

Apesar da centralidade do conceito de esquemas nos pressupostos teóricos de Beck, o autor de fato nunca se dedicou a defini-lo de maneira precisa, nem apresenta claramente de onde o tomou, ou seja, qual a fonte primária do termo. Esta falta de uma definição mais detalhada do termo pode dificultar ou até mesmo impossibilitar o rigor de predições científicas que podem ser feitas neste âmbito (Williams, et al., 2000). Diga-se de passagem, esta obscuridade do pensamento de Beck é observada em relação a outros conceitos e pressupostos, visto que, por vezes, o autor não apresenta explicita e claramente seu posicionamento teórico a respeito de uma série de questões, dentre elas a própria teoria da personalidade, sendo a dúvida ou as inferências uma constante para nós pesquisadores.

Contudo, a teoria de Beck possui o mérito de ser pioneira na utilização do conceito de esquemas como sendo o centro de seu modelo explicativo, além de apresentar grande contribuição para as teorias da personalidade e utilidade também para a área clínica. E, ainda que de maneira elementar, o autor assume, de acordo com Williams, et al. (2000) que os esquemas são “um conjunto de conhecimentos armazenados que interage com a codificação, a compreensão e a recuperação da informação” (p. 242).

Um aspecto importante e que diz respeito a uma característica peculiar das teorias da personalidade, ainda que não seja considerado um requisito formal, é a questão da unidade, da explicação do funcionamento humano como um todo integrado e organizado, e não suas explicações fragmentadas em partes separadas. Isto pode ser visto como um grande esforço em Beck, pois principalmente em publicações da metade de sua obra para frente o autor preocupa-se muito com o papel organizador das estruturas conceituais que sugere além de propor principalmente no modelo modal maior interação no funcionamento destas.

Quanto ao critério da utilidade vemos que é evidente na teoria cognitiva de Beck, tanto para a pesquisa quanto para a sociedade, como já salientamos no decorrer do trabalho. Por ser principalmente uma proposta psicoterápica a Terapia Cognitiva contribui de forma eficaz no plano prático. Quanto ao plano teórico, observamos que a teoria de Beck, de forma geral, produz hipóteses testáveis que geram e direcionam pesquisas na área, mas principalmente no que diz respeito aos aspectos técnicos e práticos da psicoterapia, ficando à margem alguns aspectos teóricos importantes desta abordagem. É neste plano que residem alguns problemas como a falta de clareza e precisão de alguns conceitos, como dos próprios esquemas, abordado acima, o que pode dificultar a formulação de novas hipóteses testáveis e possíveis refutações da teoria. Mas o que mais tem gerado incômodo é a falta de clareza em

relação ao posicionamento teórico de Beck, o qual parece, por vezes, mudar de opinião, por exemplo, no que diz respeito à relação entre cognição e emoção.

Já em relação à abrangência e parcimônia, ou seja, a capacidade de uma teoria explicar com simplicidade e economia uma vasta gama de fenômenos psicológicos, é possível observar fortemente estes requisitos na obra de Beck, uma vez que o autor explica uma variedade de fenômenos inclusive os processos de mudança a partir, basicamente, do conceito de esquemas, e sendo que são teoricamente internamente consistentes. A abrangência ainda requer um grau de importância que os fenômenos explicados têm no funcionamento humano o que pode ser observado na teoria de Beck, pois os esquemas referem-se à explicação de aspectos centrais dentro da teoria cognitiva, como a atribuição de significado às experiências, a formação das crenças e conseqüentemente dos esquemas, os quais vão direcionar a forma idiossincrática do indivíduo avaliar e pensar o mundo e gerar respostas às situações em um contexto. Outra característica da abrangência diz respeito à especificidade ou capacidade de promover predições as mais exatas possíveis, o que, de forma geral, é observado na obra de Beck e que é bem demonstrado em sua teoria da psicopatologia, onde apresenta as crenças, atitudes e estratégias comportamentais, ou seja, o funcionamento de cada transtorno da personalidade específico dentro do entendimento da sua teoria cognitiva.

Contudo, um aspecto muito importante do funcionamento humano não é tratado de forma suficiente na teoria cognitiva de Beck, qual seja: a motivação, a explicação do que gera, de onde vem a força que impulsiona o indivíduo a agir de determinada maneira e não de outra, os seus desejos.

Veremos agora a avaliação da obra de Beck quanto aos requisitos básicos que constituem uma teoria da personalidade, quais sejam: estrutura, processo, crescimento e desenvolvimento, psicopatologia e mudança.

Quanto à estrutura, a qual se refere basicamente aos conceitos explicativos do funcionamento humano em determinada teoria, ou seja, os componentes mais estáveis da personalidade, temos na obra de Beck que estes componentes que constituem os conceitos estruturais representativos da personalidade são as crenças, os esquemas, as estratégias e os modos, mas claramente existe uma predominância do papel dos esquemas como organizadores do sistema, da unidade e coerência da personalidade, isto principalmente no modelo linear (modelo da depressão e psicopatologia) apresentado. Já no modelo modal, o autor acrescenta um conceito estrutural que, na verdade, é constituído de todos os outros (crenças, esquemas e estratégias) e possui grande interação entre si, o conceito de modos, sendo que estes passam a ser a estrutura mais representativa da estabilidade e permanência da

personalidade, visto que referem aos padrões geralmente mais característicos de cada indivíduo. Então observamos que apesar de serem relativamente poucas as estruturas conceituais na teoria de Beck, estas constituem um sistema que pode ser considerado complexo, principalmente no modelo modal, onde o autor propõe maior interatividade entre os sistemas de esquemas, apesar de ainda não ser total, como vimos.

Já em relação ao processo, que se refere aos processos motivacionais, não encontramos na obra de Beck uma apresentação explícita de seu posicionamento a este respeito, ou seja, Beck não trata detalhadamente sobre os desejos humanos, o que impulsiona o comportamento de um indivíduo. Sua explicação talvez gire em torno das predisposições genéticas, ou seja, do potencial inato que se perpetua ao longo da vida apesar das interações interpessoais e com o meio, uma vez que a experiência pode apenas diminuir ou acentuar essa tendência, este padrão (Beck, A. T., et al., 2005). Assim sendo, diante de uma perspectiva tão previamente determinada, não existe possibilidade explicativa dos motivos, dos desejos. Mas segundo Pervin e John (2004) as abordagens cognitivas da motivação enfatizam os “esforços da pessoa para compreender e prever eventos no mundo” (p. 26), contudo isto não é aprofundado na teoria de Beck, ficando somente implícita esta visão, como um pressuposto já dado. Contudo, no modelo modal encontramos que, para Beck, o termo motivação refere-se apenas aos aspectos automáticos, como as necessidades fisiológicas, sendo que o que estamos nos referindo, ou seja, aspectos mais subjetivos, como os desejos, escolhas, objetivos de vida, Beck afirma que estão associados e são regidos pelo sistema de controle consciente, que tem sido chamado de “metacognição”, por se tratar basicamente de “pensar sobre o pensamento” e não apenas pensar, mas, avaliar e controlar o processamento cognitivo primitivo, por exemplo, por meio da correção dos pensamentos automáticos. Logo, seria esse sistema que permitiria a construção de intenções conscientes, de acordo com Beck.

Porém, isto ainda não explica de forma essencial a motivação humana, é uma explanação muito básica e simplória, a qual precisa ser mais bem abordada na teoria cognitiva de Beck. Uma vez que, comparando-se com outras teorias da personalidade, como a própria Psicanálise, na qual o tratamento dado à motivação humana é central na teoria, a teoria cognitiva de Beck deixa a desejar neste aspecto de suma importância em uma teoria da personalidade e na explicação do comportamento humano

No que diz respeito ao crescimento e desenvolvimento, da mesma forma como no processo, A. T. Beck et al. (2005) afirmam que o que pode explicar as diferenças individuais de personalidade é a “variabilidade do pool genético”, sendo que, “um indivíduo pode ser predisposto a congelar diante do perigo, outro, a atacar e um terceiro, a evitar qualquer

possível fonte de perigo” (p. 33) e, ainda, que são estas diferenças “que refletem características relativamente persistentes que são típicas de certos ‘tipos de personalidade’” (p. 33). Contudo isto não explica detalhadamente como se dá o processo de formação da personalidade, ou seja, a partir de quê e como que as experiências vão se consolidando até gerar um padrão persistente de funcionamento, caracterizando uma forma específica de personalidade. Observo que a explicação de Beck gira muito em torno de aspectos biológicos, de predisposições genéticas que parecem influenciar fortemente até mesmo as experiências futuras, pois uma vez que, mesmo no modelo modal – em que o modo corresponde a estes padrões de comportamento, Beck afirma que “a formação e o desenvolvimento inicial do *modo* dependem da interação de padrões congênitos (‘proto-esquemas’) e experiência”, sendo que esses proto-esquemas seriam a origem da formação das estruturas responsáveis por responder de modo seletivo a experiência, ou seja, os esquemas cognitivos.

Quanto à psicopatologia e mudança temos uma apresentação bem definida e objetiva na teoria cognitiva, sendo estes os pontos mais fortes e consistentes da abordagem. Além da teoria que é praticamente voltada para a explicação do funcionamento psicopatológico e suas especificidades, também as técnicas psicoterapêuticas são bem desenvolvidas de acordo com a teoria e apresentadas de forma bem clara nos manuais de Terapia Cognitiva, e têm sido muito eficientes nos processos de mudança. De acordo com A. T. Beck e Alford (2000) em relação ao processo de mudança, afirmam que, de modo geral, “a teoria cognitiva especifica que a melhora sintomática no transtorno psicológico resulta da modificação do pensamento disfuncional, e que a melhora durável (redução de relapso) resulta da modificação de crenças maladaptativas” (p. 36).

Apresentaremos agora a avaliação quanto aos requisitos que uma teoria da personalidade ou um teórico da personalidade deve apresentar seu posicionamento, ou seja, a perspectiva que assume quanto à concepção de homem, aos determinantes internos e externos, os processos conscientes e inconscientes e a relação entre cognição, afeto e comportamento.

Não foi encontrado de forma clara e explícita na obra de Beck seu posicionamento a respeito de várias questões como já salientamos em outros momentos ao longo do trabalho, dentre estas questões algumas áreas básicas que uma teoria da personalidade deve contemplar, por exemplo, sua concepção de homem, a relação mente corpo, bem como os aspectos motivacionais, não são tratados de forma direta nem suficientemente, ou seja, não são satisfatórias dentro dos requisitos de uma boa e completa teoria da personalidade. Em se tratando da concepção de homem Beck apenas apresenta implicitamente uma visão de homem como um organismo capaz de processar informações de forma ativa, sendo possível observar

isto quando o autor apresenta os pressupostos gerais da TC e afirma que: “a percepção e a experiência em geral são processos ativos que envolvem tanto dados de inspeção e introspecção” e ainda quando busca em outros teóricos algumas citações que, na verdade, buscam explicar a natureza construtivista do significado, mas que demonstram algo que se refere à concepção de homem, que podem ser vistos em A. T. Beck e Alford (2000) quais sejam:

Meichenbaum (1993) definiu a perspectiva construtivista como ‘a ideia de que os seres humanos constroem ativamente suas realidades pessoais e criam seus próprios modelos representativos do mundo’ (p.203). Similarmente, Neimeyer (1993) afirma que o centro da teoria construtivista é ‘uma visão de seres humanos como agentes ativos que, individual e coletivamente, constroem o significado de seus mundos experienciais’ (p.222). (Beck, A. T., & Alford, 2000, p. 30).

Apesar de ser possível averiguar que implicitamente existem indícios na teoria cognitiva de Beck que possibilitam a inferência de sua concepção de homem como sendo praticamente equivalente à concepção da perspectiva cognitiva (cognitivismo) como um todo, não será possível afirmar aqui nada além do que encontramos de forma evidente na teoria de Beck.

Em relação aos determinantes internos e externos Beck apresenta claramente sua posição que é de que sua teoria cognitiva considera a interação entre interno e externo. Esta afirmação é bem clara e evidente na seguinte passagem

Na terapia cognitiva, as variáveis dentro do ambiente externo e da experiência fenomenológica interna são integradas em uma teoria unificada, coerente para prática clínica. Essa posição foi expressa tanto nas primeiras formulações (p. ex., Beck, 1964) quanto em formulações mais recentes (Beck, 1991b). Por exemplo, ao explicar as origens proximais do constructo cognitivo ‘pensamentos automáticos’, (Beck, 1991b, p.370) envolve variáveis internas e externas: ‘As crenças relevantes interagem com a situação simbólica para produzir os pensamentos automáticos’ (ênfase no original). Portanto, a posição filosófica fundamental da terapia cognitiva, e os constructos teóricos básicos consistentes com sua posição filosófica, integram dimensões internas (fenomenológicas) e externas (ambientais) (Beck, A. T., & Alford, 2000, p. 42).

Quanto a seu posicionamento no que refere a relação entre cognição e emoção, é tema de grande discussão e não há um consenso. Ao observarmos os pressupostos teóricos de Beck, acabamos por inferir que ele tende a estabelecer uma inter-relação entre estes dois aspectos, apesar de a sua teoria cognitiva dar ênfase explícita à cognição, mas o autor não

apresenta um posicionamento claro sobre esta questão, talvez por ter mudado sua visão a respeito do tema. Apesar de, às vezes, ponderar que seus pressupostos consideram e não excluem as emoções, o próprio autor assume que sua teoria, sob um olhar superficial, parece desconsiderar o papel dos afetos. Podemos observar isto na passagem: “a discussão dos padrões cognitivos e comportamentais pode parecer que desconsidera os aspectos subjetivos da nossa vida emocional” (Beck, A. T., et al., 2005, p. 40). Contudo, o que podemos observar é que Beck possui uma grande preocupação com esta questão e, apesar de sua teoria enfatizar mais os aspectos cognitivos, ele sabe da importância das emoções no funcionamento mental humano e procura articular e incorporar, dentro do possível, este aspecto à teoria cognitiva, mas é um aspecto que merecia ainda mais atenção e pesquisas (Beck, A. T. & Alford, 2000).

No que se refere ao mecanismo consciente e inconsciente dos processos psíquicos, Beck apresenta uma tendência em considerar e se preocupar mais com os aspectos conscientes ou, pelo menos, aqueles que podem facilmente se tornar conscientes. Porém, um aspecto que tem sido mais recentemente desenvolvido na teoria cognitiva de Beck é justamente o que ele chama de processamento inconsciente e pré-consciente, muito inspirado pelos estudos da psicologia cognitiva geral sobre o “inconsciente cognitivo”, afirmando o próprio Beck que a teoria cognitiva “incorpora implicitamente alguns dos conceitos relevantes, tais como processamento pré-atencional” (Beck, A. T., & Alford, 2000, p. 27). Beck explica, por exemplo, os pensamentos automáticos como sendo processamentos pré-conscientes, e afirma que

Não há razão teórica para que os processos cognitivos relevantes à psicopatologia devam operar inteiramente dentro da percepção fenomenal consciente. [...]. Os conceitos “pensamentos automáticos” e “inconsciente cognitivo” possuem muitos aspectos comuns. Embora a observação clínica tenha revelado que os pensamentos automáticos são com frequência muito facilmente admitidos à percepção consciente (Beck, 1976; Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979), a situação teórica da noção de ‘automatismo’ sugere que esse processamento cognitivo talvez seja melhor denominado de “pré-consciente”. (Beck, A. T., & Alford, 2000, p. 27).

Nesta obra, A. T. Beck e Alford (2000) apresentam também os esquemas como executando processos tanto conscientes como inconscientes, o que pode ser observado quando afirma que “os esquemas são essencialmente ‘estruturas de significado’ conscientes e inconscientes” (p. 35), e também em relação à avaliação cognitiva das emoções, que quer sejam consciente ou inconscientemente estão presentes.

Assim, podemos ver que Beck aborda algumas questões importantes, mas não trata de outras, que apresenta seu posicionamento em relação a alguns critérios de teorias da personalidade, mas não é claro em relação a outros, principalmente em relação às emoções, aspecto que ele próprio, em vários momentos, aponta que é criticado. Apesar de tentar melhorar a clareza neste aspecto, ele continua sendo uma deficiência teórica importante no que diz respeito principalmente ao desenvolvimento da personalidade e de aspectos psicopatológicos. Além disso, outra lacuna fundamental no que se refere a uma teoria da personalidade é a ausência ou incipiência de uma teoria da motivação humana em Beck, uma vez que esta é parte da essência da condição humana.



## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da apresentação das teses de Beck sobre personalidade e das avaliações em relação aos critérios de teoria científica e de teorias da personalidade, podemos observar que apesar de o autor esboçar uma teoria da personalidade consistente, esta não está completa. Vimos que as teses, axiomas e hipóteses referentes à teoria da personalidade encontradas na obra de Beck são consistentes, ou seja, são independentes, necessárias e não são contraditórias, contudo não encontramos uma teoria completa da personalidade, pois há lacunas importantes na apresentação de alguns aspectos imprescindíveis em uma teoria da personalidade, além da falta clareza do autor em relação a alguns pontos.

A principal lacuna da obra de Beck é a ausência ou incipiência de uma teoria da motivação humana, pois é um aspecto comum presente em todas as teorias da personalidade por se tratar de uma condição essencialmente humana que direciona e dá sentido às ações, pensamentos e emoções e também por ser o que deveria direcionar a explicação teórica do desenvolvimento da personalidade humana. Aparentemente Beck se vale da perspectiva geral da abordagem cognitiva (cognitivismo) sobre a motivação que diz que a motivação humana estaria nos “esforços da pessoa para compreender e prever eventos no mundo” (Pervin & John, 2004, p. 26). Contudo, em uma teoria que afirma que o indivíduo interpreta, atribui significado aos eventos que vivencia esta noção de motivação seria no mínimo limitada. Logo, isto serve como um apontamento ou um direcionamento no qual a teoria cognitiva de Beck precisa ainda avançar bastante, se pretender ser considerada uma teoria completa e integrada da personalidade.

Outro ponto importante que Beck deixa a desejar e que é fundamental em uma teoria da personalidade diz respeito à explicação do desenvolvimento do funcionamento normal dos indivíduos, pois se considerarmos que a teoria cognitiva de Beck foi criada para explicar e tratar psicopatologias (inicialmente a depressão, expandindo para outros transtornos), e que este é o foco principal do autor – o que pode ser visto em Clark, Hollifield, Leahy e J. S. Beck (2009) – que ao tratar de uma definição de teoria cognitiva apresentam a teoria da psicopatologia, fica claro que os aspectos normais ou saudáveis são de forma geral marginalizados teoricamente, e uma teoria da personalidade não se faz apenas a partir dos aspectos patológicos, mas antes de explicações e demonstrações do funcionamento sadio.

Martins e Lopes (2010) salientam, em pesquisa realizada com o intuito de averiguar como o tema da personalidade tem sido abordado pelos artigos publicados na área das terapias

cognitivas e cognitivo-comportamentais, que este termo quase não aparece ou é referenciado de modo muito implícito e discreto, supondo que seja por desinteresse dos autores ou por dificuldades metodológicas, o fato é que tem havido esta lacuna nos estudos, ou seja, falta de conhecimento produzido no que se refere ao tema personalidade nesta abordagem teórica, principalmente no Brasil, o que pode ser prejudicial para a prática clínica.

Dessa forma, a principal contribuição desta pesquisa reside em trazer a tona o tema da personalidade no âmbito da teoria e terapia cognitiva de Beck, tendo em vista que os adeptos desta abordagem, por vezes, tendem a caracterizar a teoria de psicopatologia de Beck como sendo uma teoria da personalidade completa, clara e estruturada, contudo vimos que isto não é verossímil e que há ainda muito a ser feito e organizado. Também levantamos a necessidade de mais estudos e pesquisas no que se refere ao campo da personalidade e das teorias da personalidade, área tão essencial para a ciência psicológica e para a prática clínica de psicoterapia, que atualmente tem sido questionada por alguns, mas que é a base de orientação para os psicoterapeutas. Pesquisas básicas se fazem necessárias, principalmente para atender aos critérios de cientificidade como o teste de hipóteses, assim como pesquisas aplicadas de avaliação das técnicas e práticas da terapia são importantes para a verificação da utilidade e eficiência do conhecimento produzido. Mas é no aspecto teórico que a Terapia Cognitiva talvez esteja mais carente, visto que durante a pesquisa bibliográfica da obra de Beck foi possível observar que a maioria das publicações pesquisadas referia-se ao aspecto prático de aplicação das técnicas aos mais variados transtornos psicológicos, e somente uma pequena parte delas referia-se a qualquer aspecto teórico da Terapia Cognitiva.

Como estamos tratando de um autor vivo e em plena atividade, podemos esperar ainda alguns avanços nesta área, pois o próprio Beck admite e salienta a necessidade de aprimoramentos no que tange a uma teoria da personalidade em sua obra. Alguns desses aprimoramentos puderam ser observados no seu novo modelo, o modelo modal, contudo, o autor ainda não apresentou formal e explicitamente uma teoria completa da personalidade. Talvez isto constitua o interesse de novas e aprofundadas investigações e incitações

## REFERÊNCIAS

- Abbagnano, N. (2000). *Dicionário de filosofia* (4a ed.). São Paulo: Martins Fontes.
- Allport, G. W. (1937). *Personality: a psychological interpretation*. New York: Henry Holt & Company.
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- American Psychological Association [APA]. (2003). *Manual Diagnóstico e Estatístico para os Transtornos Mentais DSM-IV-TR* (4a ed. Rev.). Porto Alegre: Artmed.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Amith, E. E., Bem, D. J. & Nolem-Hoeksema, S. (2002). *Introdução a Psicologia de Hilgard*. (13a ed.). Porto Alegre: Artmed.
- Beck, A. T. (1963). Thinking and depression. I. Idiosyncratic content and cognitive distortions. *Archives of general psychiatry*, 9, 324-344.
- Beck, A. T. (1964). Thining and depression. II. Theory and therapy. *Archives of general psychiatry*, 10, 561-571.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: clinical, experimental and theoretical aspects*. New York: Harper & Row.
- Beck, A. T. (1970). *Depression: causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press
- Beck, A. T. (1974). The development of depression: a cognitive model. In R. Friedman & M. M. Katz (Eds.), *The psychology of depression: contemporary theory and research* (pp. 3-20), New York: Wiley.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive Therapy and emotional disorders*. Oxford, UK: International Universities Press.
- Beck, A. T. (1991). Cognitive Therapy. A 30-year retrospective. *The American psychologist*, 46(4), 368-375.
- Beck, A. T. (1993). Cognitive Therapy: past, present, and future. *Journal of consulting and clinical psychology*, 61(2), 194-198.
- Beck, A. T. (2005a). The current state of cognitive therapy. A 40-year retrospective. *Archives of general psychiatry*, 62(9), 953-959.
- Beck, A. T. (2005b). Além das crenças: uma teoria de modos, personalidade e psicopatologia. In P. M. Salkovskis (Ed.), *Fronteiras da terapia cognitiva* (pp. 21-40). (A. M. Serra, Trad.). São Paulo: Casa do Psicólogo.

- Beck, A. T. (2006). How an anomalous finding led to a new system of psychotherapy. *Nature medicine*, 12(10), 1139-1141.
- Beck, A. T. (2008). The evolutions of cognitive model of depression and its neurobiological correlates. *The American journal of psychiatry*, 165(8), 969-977.
- Beck, A. T. & Alford, B. A. (2000). *O poder integrador da terapia cognitiva*. Porto Alegre: Artes Médicas Sul.
- Beck, A. T., Butler, A. C., Brown, G. K., Dahlsgaard, K. K., Newman, C. F., Beck, J. S. (2001). Dysfunctional beliefs discriminate personality disorders. *Behaviour research and therapy*, 39(10), 1213-1225.
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: a cognitive perspective*. New York, NY: Basic Books.
- Beck, A. T., Freeman, A., & Davis, D. (2005). *Terapia cognitiva dos transtornos da personalidade* (M. A. V. Veronese, Trad.). Porto Alegre: Artmed. (Original publicado em 1990).
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1997). *Terapia cognitiva da depressão* (S. Costa, Trad.). Porto Alegre: Artes Médicas. (Original publicado em 1979).
- Beck, A. T., & Weishaar, M. E. (2000). Cognitive therapy. In R. J. Corsini, & D. Wedding, *Current psychotherapies* (6th ed., pp. 263 -294). Itasca, IL: Wadsworth Publishing.
- Beck, J. S. & Bieling, P. J. (2004). Cognitive Therapy: introduction to theory and practice. In G. O. Gabbard (Series Ed.) & M. J. Dewan, B. N. Steenbarger & R. P. Greenberg (Eds.), *The art and science of brief psychotherapies: a practitioner's guide* (pp. 15-50). Washington: American Psychiatric Publishing.
- Castañón, G. A. (2005). Construtivismo e terapia cognitiva: questões epistemológicas. *Revista brasileira de terapias cognitivas*, 1(2), 31-42.
- Chalmers, A. F. (1993). *O que é ciência afinal?* São Paulo: Brasiliense.
- Clark, D. A., & Beck, A. T. (2011). *Cognitive therapy of anxiety disorders: science and practice*. New York: The Guilford Press.
- Clark, D. A., Beck, A. T., & Brown, G. (1989). Cognitive mediation in general psychiatric outpatients: a test of the content-specificity hypothesis. *Journal of personality and social psychology*, 56(6), 958-964.
- Clark, D. A., Hollifield, M., Leahy, R., & Beck, J. S. (2009). Theory of cognitive therapy. In G. O. Gabbard (Ed.), *Textbook of psychotherapeutic treatments in psychiatry* (pp. 165-200). Arlington: American Psychiatric Pub.
- Cloninger, S. C. (2003). *Teorias da personalidade*. São Paulo: Martins Fontes.
- DeRubeis, R. J., Tang, T. Z. & Beck, A. T. (2006). Terapia Cognitiva. In K. S. Dobson (Org.), *Manual de terapias cognitivo-comportamentais* (2a ed., pp. 269- 299). Porto Alegre: Artmed.

- Dozois, D. J. A. & Beck, A. T. (2011). Cognitive therapy. In Herbert, J. D. & Forman, E. M. (Eds.). *Acceptance and mindfulness in cognitive behavior therapy: understanding and applying the new therapies*. New York: John Wiley e Sons.
- Epstein, S. (2007). Problems with McAdams and Pals's (2006) proposal of a framework for an integrative theory of personality. *The American psychologist*, 62(1), 59-60.
- Gazzaniga, M. S., & Heatherton, T. F. (2005). *Ciência psicológica: mente, cérebro e comportamento*. Porto Alegre: Artmed.
- Geiwitz, J. (1973). *Teorias não-freudianas da personalidade*. São Paulo: Epu.
- Hall, C. S., Lindzey, G., & Campbell, J. B. (2000). *Teorias da personalidade*. Porto Alegre: Artmed.
- Hempel, C. G. (1970). *Filosofia da ciência natural*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Honderich, T. (Ed.) (1995). *The Oxford Companion to Philosophy*. Oxford: Oxford University Press.
- Knapp, P. & Beck, A. T. (2008). Fundamentos, modelos conceituais, aplicações e pesquisa da terapia cognitiva. *Revista brasileira de psiquiatria*, 30(Supl. 3), 554-564.
- Maddi, S. R. (2007). Personality theories facilitate integrating the five principles and deducing hypotheses for testing. *The American psychologist*, 62(1), 58-59.
- Martins, P. F. S. & Lopes, E. J. (2010). Relação entre personalidade, transtornos de ansiedade e de humor: uma revisão da literatura brasileira. *Revista brasileira de terapias cognitivas*, 6(1), 85-107.
- Marx, M. & Hillix, W. (1990). *Sistemas e teorias em Psicologia*. São Paulo: Cultrix.
- Mora, J. F. (2004). *Dicionário de filosofia*. São Paulo: Martins Fontes.
- Nagel, E. (1975). Ciência: natureza e objetivo. Morgenbesser, S. (Org.), *Filosofia da Ciência* (pp. 11-24). São Paulo: Cultrix.
- Nagel, E. (2006). *La estructura de la ciencia*. Barcelona: Paidós.
- Neufeld, C. B. & Cavenage, C. C. (2010). Conceitualização cognitiva de caso: uma proposta de sistematização a partir da prática clínica e da formação de terapeutas cognitivo-comportamentais. *Revista brasileira de terapias cognitivas*, 6(2), 3-35.
- Oliveira, D. S. (2009). *Relações entre perfis cognitivos de personalidade e estratégias de coping em adultos*. Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia (MG).
- Organização Mundial da Saúde [OMS]. (1993). *CID-10 - Classificação dos transtornos mentais e de comportamento da CID-10: descrições clínicas e diretrizes diagnósticas* (D. Caetano, Trad.). Porto Alegre: Artes Médicas.

- Padesky, C. A. (1994). Schema change processes in cognitive therapy. *Clinical psychology and psychotherapy*, 1(5), 267-278.
- Perez, A. J. S. (2008). *Esquemas cognitivos e crenças mal-adaptativos da personalidade: elaboração de um instrumento de avaliação*. Dissertação de mestrado, Universidade de Brasília, Brasília.
- Pervin, L. A., & John, O. P. (2004). *Personalidade: teoria e pesquisa*. Porto Alegre: Artmed.
- Popper, K. (1975). *Conhecimento objetivo*. São Paulo: USP.
- Popper, K. (1994). *Conjecturas e refutações*. Brasília: UNB.
- Popper, K. (2007). *A lógica da pesquisa científica*. São Paulo: Cultrix.
- Pretzer, J. L. (2004). Cognitive therapy of personality disorders. In J. Magnavita (Ed.), *Handbook of personality disorders: theory and practice*. (pp. 169-193). Trenton, NJ: John Wiley & Sons.
- Pretzer, J. L. & Beck, A. T. (2005). A cognitive theory of personality disorders. In M. F. Lenzenweger, & J. F. Clarkin (Ed), *Major theories of personality disorders* (2a ed., pp.43-113). New York: Guilford Pres.
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2011). *Teorias da personalidade* (2a ed.). São Paulo: Cengage Learning.
- Suppes, P. (1975). O que é uma teoria científica. In S. Morgenbesser (Org.), *Filosofia da Ciência* (pp. 109-123). São Paulo: Cultrix.
- Weishaar, M. E., & Beck, A. T. (2006). Cognitive Theory of Personality and Personality Disorders. In S. Strack (Ed.), *Differentiating normal and abnormal personality* (2nd ed., pp. 113-135). New York: Springer Publishing Co.
- Williams, J. M. G., Watts, F. N., Macleod, C. & Mathews, A. (2000). *Psicologia cognitiva e perturbações emocionais*. Lisboa: CLIMEPSI.