

Unidade 2 – A Procura da Mente - Problemas e conceitos teóricos da Psicologia

1. A psicologia não era considerada uma ciência autónoma de pleno direito pois esta baseava-se em investigações de foro metafísico, pouco concretas e difíceis de provar de acordo com métodos objetivos científicos. Graças a isto, a psicologia nunca foi considerada uma ciência de pleno direito, pois as suas investigações sobre os mistérios da mente, da alma e do comportamento humano eram meras especulações não submetidas a testes empíricos. Apenas mais tarde as teorias psicológicas foram submetidas a testes empíricos e formadas mediante métodos que valorizam a experimentação e a observação, a partir daí a psicologia já pode ser considerada uma ciência.
2. Psicologia provem do grego *psykhé*, "psique", "alma", "mente" e *lóγος*, *lógos*, "palavra", "razão" ou "estudo". Psicologia é o estudo do comportamento e dos processos mentais como experiências subjetivas inferidas através do comportamento. A psicologia enquanto ciência trata de analisar o comportamento segundo as leis da ciência, ou seja, dizer que a psicologia é uma ciência significa que ela é regida pelas mesmas leis do método científico as quais regem as outras ciências: ela busca um conhecimento objetivo, baseado em fatos empíricos. Pelo seu objeto de estudo a psicologia desempenha o papel de elo entre as ciências sociais, como a sociologia e a antropologia, as ciências naturais, como a biologia, e áreas científicas mais recentes como as ciências cognitivas e as ciências da saúde.
3. Comportamento é qualquer ato efetuado pelo organismo que possa ser observado e registado. Processo mental é um fenómeno interno e subjetivo, inferido a partir dos comportamentos observados. Sorrir, falar e vestir são exemplos de comportamentos e sensações, é tudo o que conseguimos observar. Sensações, lembranças, emoções, sonhos, crenças, pensamentos ocorrem no interior, por isso são processos mentais, daí não os conseguimos observar. Assim os comportamentos podem ser observados, enquanto que os processos mentais não podem ser observados e têm que ser inferidos.
4. As quatro características específicas para obter o estatuto legítimo de ciência são descrever, explicar, prever e controlar factos ou fenómenos. Descrever o comportamento e os processos mentais é um propósito da psicologia científica tendo em vista a sua explicação, ou seja estabelecer as relações com as suas causas, o que provoca certas respostas emocionais, quais são as causas da inteligência, são alguns exemplos. O objeto da psicologia refere-se aos fenómenos ou factos estudados pela ciência comportamental. O descrever refere-se a comportamentos e processos mentais, como é que se manifestam, em que consistem, por exemplo, o que é uma emoção. A parte de explicar tem a ver com as hipóteses ou teorias psicológicas, os comportamentos e processos mentais, o que significa identificar as causas que os determinam. O prever refere-se aos comportamentos, o que só é possível a partir da identificação das suas causas. Controlar as circunstâncias em que ocorrem os comportamentos, o que exige a sua explicação e previsão, mas resulta de uma intenção de alterar os comportamentos.
5. O primeiro laboratório de psicologia do mundo surgiu em 1879, na cidade alemã de Leipzig, e foi aqui que foi formada a primeira geração de psicólogos. Os alunos de Wundt propagaram a

nova ciência e fundaram vários laboratórios similares pela Europa e Estados Unidos da América. Wundt declarou que a psicologia se tornaria uma ciência credível na condição de seguir o modelo da física e química. O objeto de estudo de Wundt era a estrutura consciente da mente e do comportamento, sobretudo as sensações.

Todavia, havia imensas limitações e críticas apontadas ao seu método de investigação, apesar de recorrer a instrumentos e medidas experimentais próprias das ciências naturais. Foi a primeira tentativa, ainda que fracassando, para afirmar a psicologia enquanto ciência não deixando de ter o seu papel importante na história da psicologia.

6. Wundt na história da Psicologia Moderna, ou seja, Psicologia Científica obtém o título de seu fundador, sobretudo, pelo espírito científico, empírico, de que ele conseguiu imbuí-la. Antes de Wundt, a Psicologia era apenas uma disciplina da Filosofia, voltada ao estudo metafísico da alma e buscando explicar os processos cognitivos e volitivos do ser humano com base em pura argumentação. Não havia ainda um estudo de bases científicas a respeito do assunto. Porém com Wundt tudo mudou, as suas teorias baseadas, não mais, em puros raciocínios, mas em experimentação e averiguação crítica e metodologicamente rigorosa, levaram o conceito de Psicologia a outro nível. A criação de um laboratório em 1879 assinala o início da Psicologia Científica. Todavia, a obra de Wundt não se pode resumir à criação desse laboratório. Ele elaborou também todo um corpo teórico que não deve ser ignorado.
7. Para Wundt o objeto de investigação psicológica era, a consciência, a experiência consciente, identificar a estrutura das nossas experiências conscientes. Esta estrutura seria descoberta ao identificar as unidades básicas da consciência e o modo como se combinam. Com base nas experiências este concluiu que os elementos ou unidades básicas da consciência se combinam de tal modo que os fenômenos psíquicos são a associação e não a simples soma desses dados elementares, ou seja, a mente humana é uma estrutura, um conjunto organizado de elementos básicos.
8. Wundt inspirando-se nas suas experiências como filósofo declarou que a psicologia se tornaria uma ciência credível na condição de seguir um modelo da Física e da Química. Com base em múltiplas experiências, Wundt concluiu que os elementos ou unidades básicas da consciência (como sensações, sentimentos e imagens) se combinam de tal forma que os fenômenos psíquicos (os processos mentais) são a associação e não a simples soma destes dados elementares. Por outras palavras, a mente humana é uma estrutura, um conjunto organizado de elementos. Desta forma, a doutrina de Wundt é conhecida pelo nome de estruturalismo ou associacionismo.
9. Três das críticas possíveis ao método introspectivo de Wundt são:
A mobilidade dos estados da consciência dificulta a observação; só se observa um fenômeno psíquico depois de ele ter acontecido. A introspeção é, no fundo, uma retrospeção. Os dados da introspeção só podem ser comunicados através da linguagem. Muitas vezes, o sujeito tem dificuldade em exprimir por palavras o que sente. Os fenômenos psicológicos, como a emoção, a ira, a cólera, não são compatíveis com a introspeção. Se se está muito emocionado, não se consegue analisar a emoção.
10. A nova teoria criada por Sigmund Freud que revolucionou a psicologia denomina-se de teoria psicanalítica. Esta teoria procura descrever a etiologia dos transtornos mentais, o

desenvolvimento do homem e da sua personalidade, além disso procura também a explicação para a motivação humana. Esta teoria desenvolvida por Freud está interligada com a psicoterapia.

11. Segundo Freud, o método da hipnose teve de ser abandonado porque era um método terapêutico limitado por três motivos: nem todas as pessoas eram suscetíveis de ser hipnotizadas; os resultados não eram duráveis, porque as resistências pessoais eram evitadas e não analisadas; o doente não tinha um papel ativo no processo de cura. Foram estas limitações que levaram Freud à descoberta de um método de exploração do inconsciente: o método psicanalítico, e assim abandonar o método da hipnose.

12. O método psicanalítico delineado por Freud consiste num conjunto de processos que visam trazer à consciência das pessoas os traumas, impulsos, frustrações recalcadas no seu inconsciente que lhes provocam distúrbios psico emocionais e comportamentais. Para Freud a interpretação dos sonhos é o melhor meio de atingir o inconsciente de um paciente existe um conjunto de mecanismos que visam disfarçar o conteúdo inaceitável de um sonho. O conteúdo manifesto consiste na descrição que um paciente faz acerca do que sonhou. A história de que se recorda, o conteúdo manifesto, é apenas uma fachada que requer uma interpretação que consiste na procura de um sentido oculto escondido no sonho, isto é o conteúdo latente. O psicanalista pode recorrer à associação livre de ideias que permite ao paciente dizer livremente o que lhe vem ao espírito e expressar os afetos e emoções sentidas sem se preocupar com uma descrição lógica ou com sentido das suas afirmações. O paciente deve reviver terapêuticamente o seu passado numa viagem à raiz dos problemas, o objetivo seria recordar e/ou reviver os acontecimentos traumáticos recalcados, interpretá-los e compreendê-los de modo a dar-lhes um significado. À medida que o material significativo emerge o paciente resiste, o processo de resistência está relacionado com a importância dos acontecimentos que revelam ter na realidade ou na fantasia do indivíduo. A viagem interior do paciente revela um importante suporte para o psicanalista. O psicanalista pode recorrer ao estudo do “transfert” (transferência e contra-transferência). Segundo o processo de transferência, a atualização de sentimentos e emoções como desejos, medos, ciúmes, invejas, ódios e amor. A transferência pode ser positiva ou negativa relativamente ao tipo de relação e sentimentos relativos ao terapeuta. Se a transferência for negativa (contra-transferência) o psicanalista e o paciente irão ter de romper o tratamento pois o paciente começa a olhar para o psicanalista como o culpado de todos os males. Na análise dos atos falhados é frequente cometemos um conjunto de ações perturbadas, lapsos usuais ou lapsos de linguagem (esquecer de um objeto ou confundir uma palavra), a falsa leitura e a falsa audição (confundir uma palavra escrita ou confundir uma coisa que foi dita) e certos tiques (piscar os olhos ou mexer no cabelo). O lapso mais frequente consiste em dizer ou fazer exatamente o contrário do que se pretende. Os atos falhados resultam da interferência de intenções diferentes que entram em conflito. São desejos recalcados que dão origem a atos falhados. Este método psicanalítico assenta no pressuposto de uma vez que o sujeito tome consciência do que se passa no seu inconsciente, as pulsões libertam-se, deixando de ser uma perturbação para a pessoa.

13. Esta teoria abalou de modo radical a representação clássica do ser humano como animal racional porque segundo Freud os fenómenos psíquicos inconscientes têm uma forte

influência no nosso comportamento e na nossa personalidade. Freud defende que a nossa vida psíquica não se reduz à consciência, afirmando até que o consciente é a realidade psíquica fundamental, tendo a consciência de um papel secundário.

A teoria freudiana apresenta não só uma nova conceção do aparelho psíquico (psíquico não é sinónimo de consciente), mas também uma nova visão do ser humano. Em nós não é a razão que domina. Freud diz-nos que a nossa vida é dirigida por impulsos, desejos e pulsões de natureza inconsciente. Dito de outro modo após a teoria freudiana ser divulgada publicamente e ser uma parte integrante da nossa cultura, “normalidade” racional, foi substituída pela “anormalidade psíquica”, o elemento irracional faz de cada um de nós “anormal”.

14. Ivan Pavlov foi um importante investigador russo que desenvolveu a teoria do condicionamento clássico. A ideia básica desta teoria consiste em que algumas respostas são reflexos incondicionais, ou seja, são inatas em vez de aprendidas enquanto que outras são reflexos condicionados, apreendidos através do emparelhamento em situações agradáveis ou aversivas simultâneas ou imediatamente posteriores. Através da repetição consistente desses emparelhamentos é possível criar ou remover respostas fisiológicas e psicológicas em seres humanos e animais. Essa descoberta abriu caminho para o desenvolvimento da psicologia comportamental e mostrou ter ampla aplicação prática, inclusive no tratamento de fobias.
15. O psicólogo norte-americano John Watson concebia a noção de comportamento dizendo que este supõe adaptações ou ajustamentos constantes. Estas adaptações têm uma série de aspetos que dizem tanto respeito ao meio interno (fisiológico) como o meio externo (social). Watson defendeu que a psicologia, enquanto ciência, se devia circunscrever aos comportamentos observáveis e rigorosamente mensuráveis, a fim de evitar o fracasso noutras escolas de psicologia. Só se pode estudar diretamente o comportamento observável (“behaviour”), isto é, a resposta (R) de um indivíduo a um dado estímulo (E) do ambiente. Por estímulo (E) entende-se todo o objeto do meio geral e toda a modificação dos tecidos devido a condição a condição fisiológica do animal. Por resposta (R) entende-se tudo o que o animal faz, ou então atividades mais organizadas, os behavioristas consideram que o domínio real da psicologia consiste apenas nos movimentos observáveis. Não se podem formular leis, não se podem praticar medições sendo a propósito de coisas observáveis, direta ou indiretamente. Observa-se o comportamento, aquilo que os organismos fazem ou dizem. Assim, o behaviorismo não é apenas uma psicologia da “reação”, mas uma ciência do comportamento, que recorre aos métodos das ciências objetivas, como os da medição e observação exterior sistemática.
16. O behaviorismo de John Watson tem dois pressupostos. O primeiro pressuposto propõe que a psicologia estude o comportamento e só o comportamento através daquilo que era observável, debruçou-se sobre o estudo do efeito dos diferentes estímulos do meio nas respostas dos vários indivíduos.
Para levar a cabo as suas teorias, efetuou então várias experiências com animais e seres humanos. Eis algumas das mais conhecidas: -Segundo uma experiência realizada com bebés, a resposta que se obteria deles perante diferentes estímulos (sons fortes, obstáculos ao movimento corporal e cócegas e carícias) seria a demonstração de medo, ira e amor, respetivamente.

Para extinguir o medo de uma criança em relação a alguma coisa (neste caso animais), Watson considerou o seguinte quadro: -Estímulo do medo; -Estímulo inverso; -Resposta. Recondicionamento após várias tentativas, aproximando os animais gradualmente. A experiência consistia em estimular a criança, depois de ter visionado o que lhe infligia medo, num sentido contrário, apresentando-lhe uma situação que ela não visse como ameaçadora. Em seguida, fazer-se-ia uma aproximação gradual da criança ao animal que lhe causava medo, de forma a ser diluído o receio existente em relação a ele.

O segundo pressuposto centra-se na ideia de que o ambientalismo está na base de comportamentos considerados passivos no processo de aprendizagem. Watson atribui exclusivamente ao ambiente a constituição das características humanas, privilegiando a experiência como fonte de conhecimento e de formação de hábitos de comportamento; preocupa-se em explicar os comportamentos observáveis do educando, desprezando a análise de outros aspetos da conduta humana tais como: o raciocínio, o desejo, a imaginação, os sentimentos e a fantasia, entre outros. Defende a necessidade de medir, comparar, testar, experimentar e controlar o comportamento. O ser Humano é condicionado pelo meio, ou seja, o Homem é o resultado do seu meio.

17. Definitivamente podemos considerar que John Watson foi um fundador da psicologia científica.

Watson defendia que o comportamento é um conjunto de respostas que o organismo dá a uma situação. Para este psicólogo situações e reações são objetivamente observáveis e existe entre ambas uma relação de causa-efeito, o que, uma vez detetada, permite estabelecer leis explicativas e preditíveis do comportamento.

Baseado nas experiências de Pavlov que provavam que certos animais adquiriam novos comportamentos, Watson também conseguiu mostrar que o comportamento humano também pode ser condicionado. Deste modo foi consolidada a tese fundamental do behaviorismo: a psicologia tem que ser objetiva; deve estudar o comportamento observável e não a consciência subjetiva; o comportamento reduz-se a respostas objetivas e estímulos também objetivos; entre situação e reação há relações mecânicas que permitem chegar a leis; as leis permitem prever e controlar comportamentos; não há diferença entre a psicologia humana e animal; a psicologia deve usar a experimentação para poder efetuar generalizações.

18. Apesar de em muitos aspetos a teoria behaviorista de Watson estar correta, levantaram-se, ao longo do tempo, algumas críticas pertinentes, sobretudo no que diz respeito ao pouco ênfase que atribuiu aos fatores biológicos na formação dos comportamentos. Duas críticas que se podem ser apresentadas são: - O comportamento não é influenciado somente por estímulos, também a história da aprendizagem e até a representação do meio do sujeito são importantes. Podemos, por exemplo, estimular muito uma criança para que revele o culpado de algum acontecimento, contudo ela pode simplesmente não estar interessada em revelar essa identidade. Assim como o facto de existirem pessoas que não comem determinados pratos, apesar dos estímulos externos, porque elas não o encaram como um estímulo para si próprias. As nossas ações não têm forçosamente de estar associadas a um estímulo. Por vezes, os indivíduos podem comportar-se de uma dada forma (como, por exemplo, se estivesse a sentir cócegas), sem, de facto, estar a sentir algo. Há certas propriedades da nossa mente, como a dor, em que é inviável descrevê-las em termos comportamentais. A corrente behaviorista não explica a ocorrência de determinados fenómenos. Dada esta limitação, vários enigmas do comportamento humano ficavam por esclarecer. De acordo com o que é

defendido por muitos autores, é com esta questão que se prende a necessidade de estudar de um modo rigoroso os processos mentais que se estabelecem em cada pessoa. Desta forma, o estudo dos comportamentos ligar-se-ia também às predisposições, ou seja, às atitudes, segundo a personalidade dos indivíduos.

19. O gestaltismo ou psicologia da forma representou uma crítica à escola associacionista de Wundt, enquanto os associacionistas partem das sensações elementares para construir as percepções, os gestaltistas partem das estruturas das formas: nós percebemos configurações, isto é, conjuntos organizados em totalidades. A teoria da forma considera a percepção como um todo. O todo é percebido antes das partes que o constituem. A forma corresponde à maneira como as partes estão dispostas no todo. Por exemplo, quando observamos uma bicicleta olhamos para o todo, só depois é que reparamos nas partes que a constituem. O todo não é a soma das suas partes, estas organizam-se segundo determinadas leis. Para os gestaltistas esta organização é inata. Os gestaltistas enunciam um conjunto de leis para estudar a organização das nossas percepções. Uma delas é a lei da proximidade: perante elementos dispersos, temos tendência a agrupar aqueles que se encontram mais próximos, para construir uma forma. Os gestaltistas põem em causa todo o tipo de explicações simplistas. O comportamento humano, os fenómenos psíquicos são de uma grande complexidade, não se podendo reduzir o complexo ao simples, no modelo behaviorista o comportamento é decomposto nos reflexos que o constituem, ou seja o complexo reduz-se ao simples, por isso é que os gestaltistas criticam Wundt. O esquema explicativo $E \rightarrow R$ é o mecanismo, não corresponde à realidade complexa do comportamento humano. Se só reagisse ao mundo exterior de uma forma estereotipada, através de um conjunto de comportamentos aprendidos, de condicionamentos, o ser humano seria incapaz de qualquer comportamento mais adaptado. A atividade humana não se trata de um somatório de reações e estímulos, mas sim de uma organização determinada pelo mundo exterior, pela natureza das coisas, integrada na totalidade psicológica do sujeito: a "gestalt" ou fenómeno, o todo, a estrutura que *a priori* defende o campo de percepção do real.
20. A teoria formulada por Jean-Piaget tem a ver com o desenvolvimento cognitivo: é uma teoria de desenvolvimento intelectual infantil, chamada interacionismo. A teoria de Piaget baseia-se em três princípios gerais. O primeiro defende que o desenvolvimento intelectual implica mudanças qualitativas. A criança não é um adulto em miniatura, com menos aptidões ou com aptidões menos desenvolvidas. Para Piaget existe uma diferença qualitativa entre o adulto e a criança quanto ao modo de funcionamento intelectual. O segundo defende que o conhecimento é uma construção ativa do sujeito. Não consiste na receção passiva de informação proveniente do meio nem na pura e simples atualização de um potencial genético na aplicação de estruturas e esquemas dadas *a priori*. O terceiro diz que o desenvolvimento cognitivo é descontínuo, qualitativamente diferenciado, processando-se ao longo de momentos diferentes, os estádios. Para Piaget, nós pensamos e raciocinamos de forma diferente, consoante as fases de desenvolvimento intelectual. O desenvolvimento cognitivo processa-se através de estádios cuja ordem de sucessão é invariante e cujas aquisições são progressivamente mais complexas, ou seja é influenciada por fatores como a hereditariedade e a maturação física, a experiência, a transmissão social e a equilibração.

Para Piaget, o desenvolvimento cognitivo implica que a atividade do sujeito na interação com o meio corresponde aos desequilíbrios cognitivos, procurando atingir um estado de equilíbrio entre a assimilação e a acomodação.