Gabriele Tracz

Anna Rosa Solak

Cristy Andrzejewski

Yanka Forte

Felipe Ganzert Oliveira

Faculdades Pequeno Príncipe

Curso de Psicologia

**Palavras-chaves:** Regras; Auto Regras; Análise do Comportamento.

**REGRAS E AUTO REGRAS**

[Gabitracz02@gmail.com](mailto:Gabitracz02@gmail.com)

O Behaviorismo Radical tem como sua principal premissa o estudo do comportamento e das demais variáveis associadas a este, ou seja, eventos ambientais que eliciam ou evocam a sua ocorrência, assim como aqueles que mantém ou enfraquecem sua frequência. Desta forma, entende-se que os comportamentos são controlados pelas variáveis associadas ao contexto onde o indivíduo encontra-se inserido.

Assim, dentre as variáveis que podem controlar o comportamento humano, encontram-se as Regras e Auto Regras. Nesse contexto as regras são definidas como um estímulo discriminativo verbal ou escrito que tende a ser cumprida quando há um reforço posterior (Baum, 2006). Já a auto regra ocorre quando o indivíduo passa a formular e cumprir uma regra de acordo com seu desempenho, ou na ausência daquele que emitiu a regra anteriormente.

Partindo de tais argumentos, esse estudo tem importância para a comunidade acadêmica, principalmente na área da Psicologia, pois traz a base teórica para a compreensão das regras e auto regras, fundamentais para o bom desenvolvimento de um processo psicoterapêutico de acordo com os pressupostos da Análise do Comportamento. E mostra sua relevância social uma vez que busca através de um levantamento bibliográfico, compreender e explicar os processos existentes nas entrelinhas das regras e auto regras.

Dentro do exposto, o comportamento controlado por regras é entendido como todo comportamento que se encontra sob controle de um estímulo discriminativo verbal. Assim, segundo Maio e Silva (2012), a aquiescência e o rastreamento fazem parte desse grupo de regras que governam determinadas práticas nos indivíduos. A aquiescência refere-se ao que depende de contingências sociais, ou seja, a consequência de um comportamento é mediada pelo emissor da regra, por exemplo leis e normas; o rastreamento depende da correspondência entre a descrição do comportamento verbal e os eventos ambientais, como uma placa de trânsito avisando sobre um desvio necessário no trajeto (Meyer, 2005; Maio & Silva, 2012).

No entanto, quando o indivíduo – com base em suas experiências passadas ou em instruções recebidas – passa a criar suas próprias regras e as mesmas passam a exercer função de controle sobre o sujeito, diz-se que o último formulou suas auto regras.

Identificar se há algum problema relacionado às regras ou auto regras pode ser uma atribuição do psicólogo, uma vez que algo errado com regras e, principalmente, auto regras pode gerar sofrimento no indivíduo. Esses problemas podem ocorrer no âmbito individual ou coletivo, e podem ser causados pela má formulação da regra ou pela forma como se segue a mesma. A cultura está em constante desenvolvimento, e se as regras ou auto regras não acompanharem tais mudanças, inevitavelmente se tornarão estimulações aversivas para aquele que as segue.

**Referências**

American Psychological Association – APA. **Manual de Publicação da Apa**.  São Paulo: Penso, 6 ed, 2012.

Baron, A.;Galizio, M. **Instructional control of human operant behavior.**The Psychological. Record, 33, 495-520, 1983.

Baum, William M. **Comportamento controlado por regras e pensamento**. 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 2006.

Catania, C.A. **Aprendizagem: Comportamento, linguagem e cognição**. 4 ed. São Paulo: Artmed, 1999.

Jonas, A. L. **Regras e auto-regras do contexto terapêutico**. São Paulo, 2004.

Maio, T. P; Silva, R. S. **Comportamento governado por regras: Um estudo de revisão sistemática da literatura**. Rev. de Psicologia, Rio Grande, 2012.

Matos, M. A. **Comportamento governado por regras.** Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva, 3(2), 51-66, 2001. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\_arttext&amp;pid=S1517-55452001000200007&amp;lng=pt&amp;tlng=pt. Acesso em 19 de outubro de 2016.

Meyer, S. B. Regras e Auto-regras no laboratório e na clínica. In: Abreu-Rodrigues, J.; Ribeiro, N. **Análise do comportamento: Pesquisa, teoria e aplicação**. Porto Alegre: Artmed, 2007.

Passos, M. L. **A análise funcional do comportamento verbal em Verbal Behavior (1957) de B. F. Skinner.**Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva, 5(2), 195-213, 2003. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\_arttext&amp;pid=S1517- 55452003000200009&amp;lng=pt&amp;tlng=pt. Acesso em 19 de outubro de 2016.