



PUNIÇÃO NÃO É CASTIGO*¹

Hélio José Guilhardi

**Instituto de Terapia por Contingências de Reforçamento
Campinas -SP**

Crime e Castigo de Dostoiewski revela como as relações humanas são e não como elas deveriam e poderiam ser. (H.J.G.)

Os procedimentos de punição merecem cuidadosa avaliação antes de serem empregados. Devem ser evitados. Se, porém, a punição for inevitável deve, então, ser empregada da forma mais branda possível. Deve atender a todas as especificações que as pesquisas mostraram que são essenciais para torná-la mais eficiente. Deve, ainda, produzir o menor sofrimento possível.

Há dois procedimentos básicos de punição:

1. *Punição positiva* (o termo “positivo” aqui empregado tem o sentido matemático de adição, acréscimo, soma): quando um determinado comportamento é emitido segue-se a ele a apresentação contingente de um evento (coloquialmente chamado de “aversivo”) e como decorrência dessa relação funcional o comportamento se enfraquece. Exemplos: a pessoa emite um comportamento e é criticada pelo que fez; ou sofre um tapa; ou ouve um grito etc. (desde que o comportamento alvo se enfraqueça...).
2. *Punição negativa* (o termo “negativo” aqui empregado tem o sentido matemático de subtração, remoção, retirada): quando um determinado comportamento é emitido segue-se a ele a retirada contingente de um evento (coloquialmente chamado de “gratificante”) e como decorrência dessa relação funcional o comportamento se enfraquece. Por exemplo: a pessoa emite um comportamento e o outro se afasta dela retirando a atenção que lhe estava dando; ou desliga a televisão em que passava um programa favorito da pessoa; ou é mandada para o quarto para “pensar no que fez” etc. (desde que o comportamento alvo se enfraqueça...).

* O presente texto apresenta os itens, a serem desenvolvidos com detalhes, que devem ser atendidos quando a punição for utilizada.

¹ Agosto de 2010

No presente texto somente será considerada a punição negativa. Assim, seguem-se os procedimentos para fazer com que uma punição seja, dentro do possível, branda, eficiente, justa e construtiva:

1. A remoção dos privilégios e condições gratificantes, contingente a determinado comportamento, deve ser *temporária* e a condição removida deve voltar a estar disponível o mais brevemente possível.
2. A aplicação do procedimento deve ser firme: faça o que se propôs a fazer, isto é, retire a atenção, desligue a televisão, conduza a criança para o local em que ela fará o “momento de reflexão” etc. Não introduza, porém, componentes desnecessários, tais como gritos, beliscões, puxões de orelha (procedimentos da punição positiva), pois estes produzem reações emocionais e sofrimento ainda mais intensos e desviam a atenção da criança dos focos mais importantes que são: observar seu próprio comportamento inadequado e as conseqüências (aversivas, sim, mas amenas) que ele produziu. O foco da atenção se volta para o comportamento (agressivo) dos pais e para a emissão de comportamentos de fuga-esquiva, que podem e precisam ser emitidos imediatamente. Ou seja, a criança aprende melhor a fugir e a se esquivar das conseqüências aversivas intensas do que substituir o padrão comportamental inadequado, que, originalmente, iniciou o episódio, por padrões mais adequados. Punir não deveria envolver constrangimentos e dor desnecessárias. Os pais deveriam estar ensinando, até mesmo quando punem. Não se justifica que os pais acrescentem quaisquer outros comportamentos, além daqueles que compõem o procedimento básico de punição negativa funcionalmente eficiente. Os pais devem atuar sob controle do comportamento inadequado do filho, não sob controle de suas preocupações, frustrações etc., pois neste caso estariam agredindo, não punindo.
3. A *imediaticidade* da aplicação da conseqüência é fundamental: torna o procedimento mais eficiente, fica claro para a criança a relação causal entre a emissão do comportamento inadequado e a perda de privilégios. Na primeira vez que o procedimento for aplicado, pode-se verbalizar o porquê da ação dos pais (“Se você se comporta desta maneira, então merece ficar um tempo sozinho, pensando no que fez”, por exemplo), mas basta uma vez. A criança deve, ela própria, elaborar, nas ocasiões sucessivas, as razões do que está ocorrendo com ela. Como conseqüência natural deste item, não se deve adiar a punição com frases do tipo “Espere seu pai chegar para ver o que ele vai fazer com você”. O atraso nas conseqüências é pouco eficiente e incorreto, pois a punição acaba sendo aplicada (pelo pai) num momento em que a criança já está se comportando adequadamente (a inadequação ocorreu horas antes). Além disso, o atraso gera desnecessários sentimentos de ansiedade, enquanto a criança aguarda o desfecho do episódio com a chegada do pai. Outro aspecto negativo desta prática é tornar o pai o agente punitivo, e a mãe a delatadora e a incapaz de educar seu filho por si mesma.

4. Avaliar criteriosamente a definição e a seleção daquilo que os pais classificaram como *comportamento inadequado*. A classificação comportamental que fizeram deve ser:

- justa
- contribuir para o desenvolvimento da criança
- não privilegiar o bem estar imediato dos pais
- não interferir no desenvolvimento de habilidades de pré-requisito para desempenhos mais elaborados e essenciais para o desenvolvimento sadio da criança.

Não se pode esquecer que qualquer classificação de comportamentos é, em última análise, *arbitrária*. Assim, apenas as punições que decorrem de relações da pessoa com seu ambiente não social poderiam ser chamadas de naturais: manejar desajeitadamente uma faca produz um corte doloroso (punição positiva), soltar inadvertidamente um balão de gás, que sobe sem poder ser mais alcançado (punição negativa), são exemplos.

5. O comportamento inadequado envolve uma gama ampla de desempenhos diferentes entre si, mas com a mesma função: compõem uma *classe de comportamentos*, não exemplos específicos e isolados de inadequações. Assim, não é correto selecionar um membro da classe e punir apenas este comportamento. É necessário enfraquecer *toda a classe* aplicando a mesma contingência a todos os membros da classe de comportamentos inadequados. Às vezes, os pais punem um determinado comportamento inadequado porque este lhes é aversivo, mas não os demais membros da classe porque não lhe são aversivos. Neste caso, os pais não estão educando o filho, mas se livrando de um problema que os incomoda.
6. Cada comportamento é composto por unidades menores, que, metaforicamente, lembram uma cadeia de ações ou um *encadeamento*: um elo é pré-requisito para o seguinte e assim sucessivamente. Deve-se atuar no ponto mais inicial possível do encadeamento e não esperar que a cadeia inteira ocorra para, só então, intervir. Este procedimento exige observação criteriosa e atenta por parte dos pais para detectar os primeiros elos, usualmente, movimentos sutis e pouco aversivos e que, por isso mesmo, tendem a não ser notados. E, inversamente, por essas mesmas características são os elos mais fáceis de serem enfraquecidos por procedimentos mais amenos.
7. É comum os pais se tornarem tolerantes a determinados níveis ou intensidades do comportamento inadequado e reagirem apenas a exemplos progressivamente mais intensos e aversivos do comportamento do filho. Neste caso, estarão modelando, reforçando diferencialmente padrões progressivamente mais elaborados e graves de inadequações. Atentar para o item anterior é fundamental para evitar esta possibilidade.
8. Durante a vigência da punição negativa deve-se usar o procedimento de *extinção*: ignore todos os comportamentos inadequados que forem emitidos. É de se esperar que no início do procedimento, a frequência, intensidade e

variabilidade dos comportamentos inadequados aumentem, como resultado esperado da correta aplicação da extinção. É comum aparecerem novas e inesperadas formas de comportamentos inadequados. Ocorrem ainda manifestações de emoções como: raiva, agressividade etc. Permita que as emoções sejam expressas livremente nestes períodos, enquanto que os comportamentos devem ser ignorados.

9. A criança pode quebrar objetos, tirar coisas do lugar etc. durante a fase de extinção. Qualquer correção na organização do ambiente deve ser deixada para depois: recolher coisas atiradas no chão, por exemplo, deve ser feito pela criança (às vezes, até com a ajuda dos pais), porém não há pressa. Espere que as reações emocionais tenham entrado em extinção e se dissipado completamente. Diga, simplesmente, “Vamos por as coisas no lugar”, “Vamos arrumar seu quarto” etc. Não há razão para acrescentar “Você quebrou seu caminhão; vai ficar sem ele”. O filho já sabe isso.
10. Qualquer forma de atenção: comentários, afagos, avisos, advertências funcionam como gratificação (ou reforço positivo social). Não deve, portanto, ocorrer durante a ocorrência da punição negativa nenhuma manifestação de atenção. Assim, não interfira no procedimento, fazendo comentários, ameaças, promessas, respondendo a questões etc.
11. Os esquemas de *reforçamento intermitente* mantêm o comportamento, tanto quanto o reforçamento contínuo, porém produzem – o que é importante desvantagem – maior resistência à extinção. *Todas* as ocorrências do comportamento inadequado devem sofrer o mesmo procedimento. Ora punir, ora aconselhar o filho a não agir mais daquela forma, ora ignorar compõem um emaranhado de contingências, influenciando umas as outras, com resultados desastrosos. Portanto, a aplicação da punição deve ser *sistemática*: sempre que ocorrer o comportamento inadequado ela deve ser empregada. Seu uso não deve ficar sob critério das conveniências da pessoa responsável ou de suas flutuações de humor.
12. A interrupção do procedimento deve ocorrer contingente a ocorrência de comportamentos adequados: *reforçamento diferencial de outros comportamentos quaisquer* (exceto, comportamento inadequado). Um critério prático, poderia ser a passagem de 2 min ininterruptos, sem ocorrência de nenhum comportamento inadequado. Não prolongue, desnecessariamente, o procedimento.
13. O tempo da punição deve ser breve, a fim de não propiciar condição para a criança desenvolver, durante a vigência da extinção, um repertório alternativo de brincadeiras ou auto-estimulação gratificantes, que podem tornar o contexto de isolamento social gratificante, de tal forma, que ela passa a preferir se manter na situação, mesmo quando autorizada a sair.

14. Encerrado o episódio da punição, deve-se reconduzir a criança o mais rapidamente possível às situações cotidianas, inclusive àquela que foi interrompida. Desta forma, os reforçadores positivos removidos não perdem sua função, e nem são substituídos por outros. Se um evento reforçador é removido por muito tempo (por ex., “Você não vai usar sua bicicleta por um mês”) a criança pode perder o interesse por aquele item e o efeito da punição se esvai. É melhor proibir um capítulo da novela do que cortá-la por uma semana, não sair na 6ª feira do que durante todo o fim de semana etc.
15. Se ao comunicar a criança que a punição está encerrada (“Pode sair do quarto”, “Pode ligar a TV”, etc.) ela disser “Agora quem não quer sair sou eu”, por exemplo, há evidência de que a punição foi interrompida muito cedo. Tal verbalização da criança é outro exemplo da classe de comportamentos inadequados e, como tal, o procedimento deve ser reiniciado. Basta uma frase do tipo “Se é assim, então, quem não vai deixar você ligar a TV sou eu. Espere minha autorização.”
16. A punição deve ser branda e breve, e só ser usada quando outras alternativas mais favoráveis não surtiram efeito. Num processo de desenvolvimento da criança, em que os pais são vigilantes, atentos, responsáveis e afetivos, poucas vezes chega-se à necessidade de punições. Mesmo assim, eventualmente, são necessárias. Afinal, não se deseja crianças robotizadas, incapazes de romper, de vez em quando, os limites.
17. Muitas vezes, o procedimento de punição é tão suave que nem chega a ser percebido como punição. Ou seja, o próprio procedimento pode ser utilizado em diferentes intensidades. O ideal é usar a intensidade mínima, que tenha função de enfraquecer comportamento.
18. Longas explicações desviam a atenção das contingências em operação e favorecem contra-controle por parte da criança. As “explicações” devem fazer parte do cotidiano da família (quando as pessoas conversam naturalmente estão transmitindo valores, pontos de vista, dando razões do porquê dos comportamentos etc. de forma descontraída) e não devem se constituir na desagradável “hora do sermão”, em particular quando está em processo uma punição. Basta a punição, não atrapalhe com uma overdose de blá-blá-blá. Numa família que pratica o diálogo, a criança já sabe tudo que lhe vai ser dito quando faz alguma coisa “errada”.
19. *Punição* é diferente de *castigo*. Na punição, a pessoa responsável assume o papel e a responsabilidade de ajudar o desenvolvimento do outro, visando o bem deste, e não o seu próprio bem. A punição não deve ser desencadeada sob controle das emoções pessoais, mas, sim, do comportamento inadequado do outro. O castigo humilha, a punição ensina. A punição é exemplo de amor. Quem pune sofre pelo sofrimento (necessário) que produz no outro.

20. Os procedimentos aplicados pela mãe devem ser do conhecimento do pai e vice-versa e conversados com moderação entre eles na presença do filho, a fim de que este saiba que *ambos* concordam com o que está sendo feito. Além disso, quando um dos pais narra para o outro o que fez, permite que o ouvinte faça uma avaliação crítica e construtiva sobre a adequabilidade do seu procedimento e, se necessário, o reveja.
21. Os procedimentos adotados com uma criança, adaptados a contextos diversos também são usados pelos adultos em suas interações. A punição negativa é muito empregada: “o ‘bico’ que a pessoa faz”, “enfiar a cara no jornal”, “trabalhar até mais tarde”, “esquecer-se de um compromisso”, “atrasar o horário de um telefonema”, “dizer que está muito cansado”, etc. são alguns exemplos, dentre inúmeros, em que uma pessoa remove ou atrasa a atenção que não quer dar a alguém.
22. Finalmente, consegue-se a máxima eficiência do procedimento de punição se ele for associado ao uso de reforçamento positivo contingente as quaisquer comportamentos adequados e, eventualmente (não com frequência), se as conseqüências reforçadoras positivas forem apresentadas sem que se preste atenção a nenhuma contingência. A pessoa que vive sob tais condições reforçadoras tem seu repertório de comportamentos adequados fortalecido, apresenta variabilidade aumentada das classes comportamentais adequadas e sentem-se amada. Quase, certamente, precisará muito pouco de punição.