



UNIVERSIDADE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS - UNIPAC

FACULDADE DE PSICOLOGIA

DÉBORA CRISTINA RODRIGUES

O AMOR NA PERSPECTIVA DO BEHAVIORISMO RADICAL

BARBACENA

2014

DÉBORA CRISTINA RODRIGUES

O AMOR NA PERSPECTIVA DO BEHAVIORISMO RADICAL

Monografia apresentada à Faculdade de Psicologia da Universidade Presidente Antônio Carlos – UNIPAC como requisito parcial para a obtenção do título de bacharel em Psicologia.

Orientador: Karina Otoni

BARBACENA

2014

Débora Cristina Rodrigues

O AMOR NA PERSPECTIVA DO BEHAVIORISMO RADICAL

Monografia apresentada à Universidade Presidente Antônio Carlos – UNIPAC, como requisito parcial para obtenção do título em bacharel em Psicologia.

Aprovada em __/__/____

BANCA EXAMINADORA

Professora Orientadora: Karina Aparecida Coelho Otoni
Universidade Presidente Antônio Carlos – UNIPAC

Vilmara Lucia Rodrigues Teixeira
Universidade Presidente Antônio Carlos – UNIPAC

Esther de Matos Ireno Marques
Universidade Presidente Antônio Carlos – UNIPAC

A Deus, por ter me dado força nos momentos de desespero e coragem para não desistir nas horas difíceis e aos meus Pais perfeitos, que sempre estiveram ao meu lado.

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais, que sempre me apoiaram e sofreram junto comigo, me socorrendo nas horas de angústia e ansiedade;

Aos meus amigos Saulo, Ericksson, Luiza, Edson, Bira, Thaís, Carol, Déa, Lívia, Caio, Sarinha e Ju que não me deixaram perder o humor nos momentos mais terríveis, me fazendo rir e incentivando com conselhos;

Aos amigos de sala Maria, Raíssa, Diego e Deise, que me apoiaram me ajudando a corrigir a monografia, me emprestando notebook e livros;

À minha grande orientadora Karina, pelo suporte no pouco tempo que lhe coube, não desistindo de mim, me incentivando e fazendo as correções necessárias;

À Esther Ireno, pela inspiração na escolha da abordagem;

À Vilmara Lucia, por ter aceitado o convite para participar da banca e por mostrar sempre seu bom humor e simpatia;

Agradeço a todos por me ajudarem a subir mais um degrau. Este é apenas o começo de uma nova conquista.

Cada um sabe a dor e a delícia de ser o que é.

Caetano Veloso.

Resumo

O amor é considerado pela psicologia um dos temas mais amplos da atualidade, por se dividir em uma gama de nuances e peculiaridades. Com base na teoria do Behaviorismo Radical o trabalho irá mostrar que os sentimentos e emoções são aprendidos ao longo de sua vida e cultura. Que o amor é um sentimento que pode se definir de várias maneiras, como um amor de um namorado dando carinho e flores para a namorada, de amizades e o quanto é importante reforçar o comportamento do outro para se manter em uma relação.

Palavras-chave: Amor. Amor Romântico. Behaviorismo Radical.

Abstract

Love, in psychology, is considered one of the most important topics nowadays, because of its nuances and characteristics. This work's goal is to show that love, focused on romantic love, is important because it reinforces people's behavior. In other words, the work wants to explain that people's feelings are learned throughout life. Based on Skinner's theory, Behaviorism, we can conclude that the feeling of love, as well as other feelings, is transmitted by society and apprehended by the individual in its own way. Even though the community teaches the individual what is love and its meaning, the person will define it and give it their own interpretation of what they feel love is.

Keywords: Love. Romantic Love. Radical Behaviorism.

Sumário

Introdução.....	9
1 Comportamento e Reações Fisiológicas	11
1.2 Condicionamento Pavloviano.....	12
1.2.1 Caso de Albert e o rato	12
1.2.2 Outros estudos acerca das emoções	14
1.3 Emoções são aprendidas	15
1.4 Controle emocional	17
2 SENTIMENTO, UM LUGAR DENTRO DO CORPO	18
2.1 Descrição de sentimentos	19
3 O AMOR.....	22
3.1 Homogamia	24
3.2 Relações afetivas.....	26
____CONCLUSÃO	29
____REFERÊNCIAS	30

Introdução

Um dos sentimentos mais difundidos do mundo é o amor em suas mais diversas formas e ganha os mais diversos nome: amor fraterno, amor sexual, amizade, carinho, afeto, apreço etc. O sentimento, no entanto, é, para cada um de nós, expresso de uma maneira diferente. Alguns se tocam, outros expressam em palavras, outros, ainda, agem para demonstrar seu amor.

O dicionário Aurélio conceitua amor como “sentimento que predispõe alguém a desejar o bem de outrem; sentimento de afeto ditado por laços de família; sentimento terno ou ardente de uma pessoa por outra; atração física; adoração; apego profundo”. Há diversas maneiras de conceituar o amor. Porém, de acordo com a teoria behaviorista, cada indivíduo tem um comportamento ao longo de seu desenvolvimento, sua vida e cultura, externalizando-o de maneira própria, tentando fazer com que o outro tenha acesso aos seus sentimentos e emoções através de palavras e algumas expressões corporais.

Baseado na teoria do Behaviorismo Radical, especialmente sob a ótica de Skinner, o trabalho tem o fim de demonstrar, através de uma breve revisão bibliográfica, que sentimentos e emoções, em especial o amor, são aprendidos.

O indivíduo tem sua conduta reforçada pelas contingências, ou seja, tudo o que os amantes fazem para evitar a separação é reforçado pelas consequências de seus atos (SKINNER, 1991).

Desta maneira, o trabalho apresenta, em seus capítulos, a teoria do reforçamento positivo (exemplo do pai que incentiva seu filho a estudar prometendo-lhe um presente caso a nota seja boa; o filho fica feliz e passa a estudar mais na esperança de sempre receber um presente como incentivo) como a base para a existência do sentimento do amor.

O trabalho é dividido em três capítulos: emoção, sentimentos e amor. Em cada um deles foi feita uma breve revisão de literatura para saber o que tem sido produzido diante do Behaviorismo Radical sobre as emoções, sentimentos e reforço diante do amor.

Diante do primeiro capítulo, observa-se que a emoção é um sentimento privado e aprendido diante a história de vida de cada um e que a várias formas de sentir emoção com o mesmo estímulo. Segundo Moreira e Medeiros (2007), os pessoas já nascem preparadas para interagir com o ambiente e poder responder emocionalmente a determinados estímulos. Além disso, Millenson (1967), vai dizer que o ser humano acredita ter controle das suas emoções, mas realmente o que acontece é o indivíduo conseguir controlar o riso ou choro em determinados lugares disfarçando os respondentes.

O capítulo dois, explica que o sentimento também são aprendidos e, segundo Skinner (1991), os sentimentos são produtos de contingências e reforçamento de ações sensoriais, como por exemplo, sentir um sapato e se lembra de um momento bom ou ruim.

Ao final, chega-se à conclusão diante dos estudos de Skinner, que sentimentos são aprendidos e reforçados positivamente, deixando claro que quando uma pessoa descreve seus sentimentos e emoções isto é comportamento. Além disso, baseado no experimento de Watson para demonstrar o condicionamento Pavloviano, conclui-se, também, que a emoção é aprendida.

1 Comportamento e Reações Fisiológicas

O comportamento humano tem sido foco de estudo da Psicologia desde os primórdios de seu desenvolvimento. A Análise do Comportamento é uma abordagem psicológica baseada nos princípios filosóficos do Behaviorismo Radical de Skinner, que procura compreender o ser humano a partir de sua interação com o ambiente. Nesta análise de Comportamento, o ambiente a que Skinner se refere é tanto o mundo social, no qual há interação entre as pessoas, quanto o mundo físico e a história de vida de cada indivíduo. (MOREIRA e MEDEIROS, 2007).

Moreira e Medeiros (2007) afirmam que cada espécie de organismo nasce preparada para interagir com seu ambiente. A filogênese – termo utilizado para estudar a história da evolução das espécies – nasce com cada indivíduo. Desta forma, os autores explicam que uma das características filogenéticas da espécie humana é a capacidade de o indivíduo responder emocionalmente quando determinados estímulos surgem em seu ambiente.

Moreira e Medeiros (2007) lembram que as emoções do indivíduo são assaz importantes na análise do comportamento e podem ser descritas de diversas maneiras: alegria, medo, tristeza etc. Segundo eles, emoção é um evento privado, ou seja, é um tipo de comportamento não acessível pela percepção direta e só pode ser acessado por uma terceira pessoa se tal sentimento for relatado por quem o sente (MOREIRA e MEDEIROS, 2007).

Além de ser um evento privado, as emoções são respostas reflexas a situações e estímulos ambientais. Quando um determinado estímulo aparece no ambiente surgem respostas emocionais imediatas. Segundo Moreira e Medeiros (2007) “não sentimos medo, alegria ou raiva sem motivos; sentimos essas emoções quando algo acontece” (MOREIRA e MEDEIROS, 2007, p. 26). As emoções são, portanto, respostas do organismo que ocorrem em função de um estímulo e, devido a este estímulo, são tão difíceis de serem controladas – “tão difícil quanto um comportamento não “querer chutar” quando o médico dá uma martelada em nosso joelho” (MOREIRA e MEDEIROS, 2007, p. 26) –, conforme o pensamento de Millenson (1967) a seguir:

Um aspecto primordial de todas as emoções é a ruptura, distúrbio, intensificação ou mudança geral que ocorre em qualquer comportamento no qual um indivíduo possa estar empenhado no momento em que ocorre o que nós chamamos de situação emocional. [...] (MILLENSON, 1967, p. 411)

Millenson (1967) aponta que há uma forma de controle do comportamento chamada esquiva, isto é, o indivíduo faz com que os estímulos que eliciam a emoção não apareçam ou

demorem a aparecer no ambiente. Um exemplo da esquiva é quando um indivíduo evita frequentar um local por saber que uma determinada pessoa que gera emoções desagradáveis em si estará presente (MOREIRA e MEDEIROS, 2007).

No entanto, quando é impossível evitar a situação de sentir raiva, alegria, medo ou tristeza, uma série de reações fisiológicas acontecem no corpo, conforme demonstram Moreira e Medeiros (2007):

Boa parte (não tudo) daquilo que entendemos como emoções diz respeito à fisiologia do organismo. Quando sentimos medo, por exemplo, uma série de reações fisiológicas estão acontecendo em nosso corpo: as glândulas supra-renais secretam adrenalina, os vasos sanguíneos periféricos contraem-se, e o sangue concentra-se nos músculos (ficar branco de medo), entre outras reações fisiológicas. (MOREIRA e MEDEIROS, 2007, p. 26)

Ocorrem mudanças viscerais no corpo humano, ou seja, as emoções afetamos órgãos internos como pulmão, coração e estômago e causam as mais diversas reações fisiológicas. Mas além da investigação fisiológica é imprescindível investigar os estímulos presentes no ambiente em que o indivíduo se encontra, para ter informações concretas.

1.2 Condicionamento Pavloviano

As emoções são comportamentos respondentes e reflexivos, e surgem da relação entre estímulos e respostas. O comportamento respondente é também conhecido como condicionamento Pavloviano, procedimento pelo qual “um evento neutro ao anteceder de forma sistemática um evento incondicionado acabaria por adquirir propriedades do estímulo incondicionado “e eliciar respostas semelhantes” a que este eliciava, tornando-se um estímulo condicionado” (VICHI *et al*, 2012, p. 18), o que significa que indivíduos aprendem novos reflexos a partir de eventos repetitivos.

Moreira e Medeiros (2007) refletem acerca do tema e sugerem que, se os indivíduos podem aprender novos reflexos, poderão, também, entender e aprender emoções (respostas emocionais) que não são inatas em cada indivíduo.

1.2.1 Caso de Albert e o rato

Para demonstrar a aprendizagem do Condicionamento Pavloviano, o psicólogo americano John Watson realizou, em 1920, um experimento conhecido como “Pequeno Albert”, no qual o bebê Albert, de 11 meses, era submetido a testes com o objetivo de comprovar se seria possível adquirir, por experiência própria, reações emocionais a partir da

teoria de Pavlov. (BISACCIONI e CARVALHO NETO, 2010), o que, segundo Moreira e Medeiros (2007), se provou verdadeiro.

O primeiro passo de Watson foi escolher um bebê – o fato de não ter trabalhado com adultos é, segundo Bisaccioni e Carvalho Neto (2010), porque adultos têm reações emocionais muito complexas e possuem grande gama de estímulos já adquiridos ao longo da vida – que fosse saudável e com grande “estabilidade emocional, já que antes do experimento ele não demonstrava nenhuma reação de medo diante de uma série de animais e objetos, como, por exemplo, rato branco, coelho, cachorro, algodão, máscara com e sem cabelo e jornais em chamas” (BISACCIONI e CARVALHO NETO, 2010, p. 493).

Para iniciar os testes, Watson (1930) verificou um reflexo conhecido: som estridente (estímulo), susto ou medo (resposta). A cabeça do bebê foi posicionada próxima a uma haste de metal, na qual Watson bateu com um martelo. O ato produziu um barulho alto e estridente que, imediatamente, fizeram com que os músculos do corpo e da face do bebê se contraíssem e ele começasse a chorar. A ação foi repetida e Watson observou um comportamento similar, concluindo que o estímulo dado, ou seja, o barulho da martelada na barra de ferro, é incondicionado para a resposta incondicionada de medo.

Em outra sessão, foi colocado próximo ao bebê um rato que, após observações, verificou-se que não gerava nenhum tipo de estímulo (chamado de estímulo neutro) na criança, que tentou tocá-lo. Watson (1930) concluiu que o bebê não sentia medo do rato e então prosseguiu com o experimento. O bebê foi posicionado novamente próximo à haste de metal e Watson (1930) colocou o rato ao seu alcance. No momento em que Albert tocou o animal, Watson (1930) martelou contra a barra, produzindo o som que havia eliciado respostas de medo no bebê. Após alguns repetidos emparelhamentos (som-rato), apenas o rato foi colocado próximo ao bebê e foi observado que, ao ver o rato, Albert apresentou respostas semelhantes às produzidas pelo barulho da martelada na barra de ferro. Portanto, Watson (1930) concluiu que “houve o aprendizado de um novo reflexo, envolvendo respostas emocionais. Albert aprendeu a ter medo do rato” (MOREIRA e MEDEIROS, 2007, p. 34).

Com o experimento de Watson (1930) é possível compreender melhor como os indivíduos aprendem a ter emoções. Reflexos inatos são uma alteração no organismo mediante a uma modificação do ambiente. Moreira e Medeiros (2007) dão o exemplo do médico que bate com um martelo no joelho do paciente. Este não escolhe se sua perna irá ou não se esticar, o movimento é involuntário. Este reflexo inato se difere do comportamento adquirido exemplificado acima. Os autores exaltam que, quando uma pessoa tem fobia de algo, ela simplesmente tem o medo, ou seja, ela não decide se terá medo ou não daquilo que lhe causa

a fobia. O mesmo vale para as emoções que, por serem consideradas um reflexo condicionado, surgem sem que o indivíduo tenha controle delas (MOREIRA e MEDEIROS, 2007).

1.2.2 Outros estudos acerca das emoções

No fim do século dezanove, o naturalista britânico Charles Darwin descreveu a utilidade biológica das emoções afirmando que o medo e a preocupação podem ter salvado a vida de muitos animais. Segundo Millenson (1967), Darwin relata também que emoções, como alegria, podem ser “úteis para o objetivo de comunicar a outros organismos próximos que nenhuma ação agressiva viria, e que comportamentos cooperativos, sexual e outros seriam agora seguros e reforçadores” (MILLENSON, 1967, p. 406).

Também no fim do século dezanove, o psicólogo americano William James, estava interessado na sequência de causa-efeito das emoções. James inverte a sequência costumeira das emoções ao afirmar que o indivíduo não chora porque está triste e, sim sente-se triste porque chorou:

Nossa maneira natural de pensar sobre essas emoções padrão é que a percepção mental de algum fato desperta a afeição mental denominada emoção, e que esse estado de espírito é que dá origem à expressão corporal. Minha tese, pelo contrário, é que *as mudanças corporais seguem diretamente a PERCEPÇÃO do fato excitante, e que a nossa percepção dessas mesmas mudanças assim que elas ocorrem É a emoção*. O senso comum diz: se perdemos a nossa fortuna, lamentamos e choramos; se encontramos um urso, nos assustamos e corremos; se somos insultados por um rival, nos irritamos e atacamos. A hipótese a ser defendida aqui diz que essa ordem de sequência é incorreta, que um estado mental não é imediatamente induzido por outro e que as manifestações corporais devem ser interpostas entre eles primeiro, e que a afirmação mais racional é que nos sentimos desolados porque choramos, zangados porque atacamos, temos medo porque trememos, e não que nós choramos, atacamos ou trememos, porque lamentamos, temos raiva ou medo, conforme o caso. Sem os estados corporais seguindo-se à percepção, ela seria puramente cognitiva em sua forma, pálida, incolor, destituída de calor emocional. Nós então poderíamos ver o urso, e julgar que é melhor correr, receber o insulto e considerar justo o ataque, mas nós não poderíamos realmente nos *sentir* com medo ou raiva. (JAMES, 2013, p. 98, grifos do autor)

Millenson (1967) completa o pensamento de James (2013) ao afirmar que a emoção é resultado dos padrões de comportamento de cada indivíduo. A raiva, diz James (2013), não existiria se não houvesse o dilatar das narinas, se a face não ficasse vermelha, se os dentes não rangessem ou se não houvesse excitação no peito.

Millenson (1967) ainda cita o fisiologista americano Walter Cannon (1927) que, ao contrário de James, alega, em seus trabalhos realizados durante as décadas de 1920 e 1930, que as emoções são traduzidas por expressões corporais especiais. Cannon(1927) relata que

alguns estados emocionais são muito parecidos— com raiva e ansiedade — e provocam mudanças idênticas em muitos respondentes de emoções. Contestando James, Cannon (1927) argumenta que as emoções surgem em reação a estados não emocionais como com ventos gelados, drogas. Além disso, Cannon (1927) afirma que o estado fisiológico do indivíduo não é facilmente percebido ainda que sejam expressões de emoções tão diferentes, como a ansiedade e a raiva (CANNON, 1927, *apud* MILLENSON, 1967).

Nas teorias de James, Cannon e Darwin percebe-se que, em todas elas, os chamados “sentimentos” são observáveis, porém apenas o indivíduo sabe o que se passa dentro do seu corpo. Millenson (1967) lembra que Cannon (1927) cria sua própria teoria, afirmando que o tálamo, região do cérebro relacionada à sensibilidade, motricidade e comportamento emocional, media os sentimentos.

Skinner (1991), no entanto, reitera James ao afirmar que os indivíduos não reagem porque sentem, ou sentem porque reagem, mas exprimem um sentimento porque alguma coisa aconteceu. Segundo ele, “é fácil confundir o que estamos sentindo com causa, porque nós o sentimos enquanto estamos nos comportando (...), mas os eventos que são responsáveis pelo que fazemos (e portanto pelo que sentimos) permanecem num passado realmente distante” (SKINNER, 1991, p. 15).

1.3 Emoções são aprendidas

Não pode-se determinar um estímulo a uma resposta emocional para todas as pessoas, ou seja, algumas pessoas sentem um determinado tipo de emoção ao ouvir certas palavras de amor e outras não, ou seja, os indivíduos respondem emocionalmente de formas diferentes aos mesmos estímulos, este fato está diretamente relacionado à história de condicionamento de cada um (ontogênese). (MOREIRA e MEDEIROS, 2007) Algumas pessoas têm medo de rato, outras de voar de avião, outras de lugares fechados e pequenos, e outras, ainda, têm medos distintos desses exemplificados. O indivíduo passa por distintos emparelhamentos de estímulos durante a vida, esses emparelhamentos resultam no modo característico de cada organismo em sentir emoções, conforme pode ser percebido a seguir:

Muitos casais têm uma música especial: associam com sentimentos agradáveis que eles experimentaram quando se encontraram a primeira vez. A “música do casal”, por ter sido emparelhada a beijos e carícias do primeiro encontro amoroso, tornou-se um estímulo condicionado para respostas semelhantes às eliciadas pelos beijos e pelas carícias. (MOREIRA e MEDEIROS, 2007, p. 44)

Skinner (2003) acredita que a conduta gerada por uma emoção é aprendida, ou seja,

acontece sem que o indivíduo queira ou pense a respeito dela. Ele lembra, ainda, que é difícil definir os efeitos particulares do comportamento de cada pessoa, pois o homem pode beijar, dar presentes para uma determinada pessoa, apenas para reforçar um comportamento que deseja e não necessariamente por estar sentido uma emoção.

Além disso, Millenson (1967) acredita na ideia de que aquilo que a criança aprende durante sua infância não é nada mais do que repertórios verbais de emoção pelos pais e pela sociedade. Nisto, porém, diz Millenson (1967), há uma incógnita, já que a comunidade nunca irá olhar individualmente e reforçar sentimentos e emoções particulares, ou seja, “esses eventos discriminativos são privados e permanecem privados para cada um de nós” (MILLENSON, 1967, p. 408).

Millenson (1967) aponta três padrões de distúrbios no comportamento: ansiedade, raiva e elação. Tais palavras, no entanto, não são suficientes para abranger todo o campo da emoção aberto pelo autor. “Palavras como tristeza, humilhação, desapontamento, vergonha, culpa, penúria, embaraço, piedade, amor, ternura, contentamento e euforia sugerem que há muitas variantes emocionais sutis não consideradas classificação geral de medo, ansiedade, raiva e elação.” (MILLENSON, 1967, p. 421).

O autor elabora um esquema teórico baseado em outros estudos (especialmente o de Plutchik) parte de duas prerrogativas: a de que algumas emoções se diferenciam das outras apenas na sua intensidade e a de que algumas emoções estão contidas/mescladas em/com outras fazendo, assim, com que algumas sejam consideradas fundamentais.

Millenson (1967) afirma que, no primeiro caso, a semelhança entre alguns sentimentos é clara, como os sentimentos de raiva e cólera, que são, basicamente, a mesma coisa. Já no segundo caso, a diferença é mais sutil e, baseado em Descartes, o autor assevera que pode, sim, haver essa mistura de sentimentos, já que para o filósofo francês, todas as emoções existentes derivam de apenas seis: amor, ódio, tristeza, admiração, desejo e alegria.

O autor lembra, seguindo o pensamento de Plutchik (1962), que os efeitos de um sentimento diminuem e tendem a desaparecer à medida que a intensidade da conduta diminui até que chegam no mesmo ponto de origem no qual as três emoções (elação, raiva e ansiedade) se encontram após serem avaliados nos graus alto, médio e baixo (MILLENSON, 1967). Millenson (1967) explica o fenômeno da seguinte maneira: “Se uma dada situação inclui elementos tanto positivos quanto negativos, os comportamentos de aproximação e esquiva podem existir, ambos, com uma alta força e diz-se que há um conflito entre duas cadeias incompatíveis de comportamento: aproximar-se versus afastar-se” (MILLENSON, 1967, p. 424).

1.4 Controle emocional

Millenson (1967) questiona se é possível o indivíduo ter controle sobre as suas emoções. Ele traz à tona o fato de que o ser humano tem a ilusão de que tem o controle sobre as consequências de suas emoções. Existe esse controle, porém, a sociedade também influencia sobremaneira, ainda que alguns comportamentos sejam aversivos para grande parte da comunidade.

Mudar o comportamento, entretanto, é possível, especialmente na fase adulta, quando está se atingindo o controle emocional e é possível ter reações moderadas aos mais diversos estímulos. Adaptação a tudo – eventos bons e ruins – que acontece faz com que o homem atinja tal maturidade. Millenson (1967) lembra que o adulto já teve uma vivência de perdas, ganhos, revezes e adaptação que podem fazer com que ele tenha controle sobre seus sentimentos.

Outra maneira de manter tal controle seria disfarçar os respondentes e mascará-los com outros opostos, ou seja, segurar as lágrimas quando se sente vontade de chorar, não sorrir quando sentir grande alegria, por exemplo, tornando o indivíduo uma pessoa inexpressiva ou insensível (MILLENSON, 1967).

2 Sentimento, um lugar dentro do corpo

Skinner (1991) afirma que comportamentos, como os sentimentos, são produtos das contingências de reforçamento e de ações sensoriais. Comportamentos operantes, respondentes e os estados corporais são manifestações do organismo, ou seja, temos determinados comportamentos após uma ação sensorial.

No caso de comportamentos respondentes e estados corporais, o que o indivíduo sente, observa ou percebe são manifestações do corpo e não sentimentos, ou seja, “o que você sente é seu corpo se comportando” (GUILHARDI, 2007, p. 2). Sentimento, conforme visto anteriormente, é uma palavra utilizada para descrever verbalmente eventos particulares que acontecem dentro do corpo de cada indivíduo como amor, angústia, ciúme, ansiedade entre tantos outros, seria mais apropriado dizer “percebo ou sinto o meu corpo” e não “eu tenho sentimentos.” (GUILHARDI, 2007).

Guilhardi (2007) sustenta que diversos eventos podem gerar reações orgânicas similares (como formigamento, “frio na barriga” ou batimento cardíaco acelerado), mas que foram geradas por condições diferentes. O autor aponta que o “frio na barriga”, por exemplo, pode ser sentido por algumas pessoas que irão encontrar com a pessoa amada e por outras que irão viajar. Os mais diferentes comportamentos são produzidos pelas as contingências de reforçamento e acompanham os comportamentos privados.

“Existe um mundo interno de sentimentos e estados da mente, mas ele está fora do alcance de uma segunda pessoa e, portanto, da ciência”, afirma Skinner (1991, p. 13). Segundo ele, a maneira como o indivíduo se sente é tão importante quanto o que ele faz.

O posicionamento de Skinner (1991), conforme dito no capítulo anterior, difere de James (2013), pois ele acredita que o sentimento é uma resposta sensorial, assim como ouvir e ver. O autor dá o exemplo de sensorialmente sentir um paletó e, associar àquele paletó o sentimento de depressão. Para Skinner (1991), a teoria de Cannon (1927) se aproxima muito mais da realidade do que aquela de James (2013), pois os indivíduos respondem diferentemente a estímulos diferentes. As respostas verbais, para Skinner (1991), são frutos desses diferentes estímulos e, por estarem fora do alcance do ouvinte, só são sabidas na privacidade do organismo do falante:

Não podemos apresentar ou apontar uma dor, por exemplo. Ao contrário, inferimos a presença da dor através de alguma circunstância concomitante pública. Podemos, por exemplo, ver uma criança levar um grande tombo e dizer: “Ela deve ter se machucado”, ou vemos o susto da criança e perguntamos: “Você se machucou?”. (SKINNER, 1911, p. 15)

A criança, ainda, pode dizer que o tombo doeu por causa de um estímulo interno, mesmo sem o acompanhamento público, o que demonstra a fácil confusão entre sentimento e causa, pois os sentimentos acontecem enquanto há um comportamento ou mesmo antes dele, porém os acontecimentos são os verdadeiros responsáveis pelo que o indivíduo faz e pelo que sente, diz Skinner (1991).

Zuriff¹ (1985), *apud* Skinner (1991), afirma que, quando um indivíduo diz “Eu te amo”, na verdade ele está querendo dizer “Você me reforça”. Para os Behavioristas Radicais existe um elemento reforçador no amor, porém, ainda que as declarações e atitudes sejam uma resposta aos estímulos externos, elas descrevem o sentimento privado de cada um.

2.1 Descrição de sentimentos

Skinner (1991) lembra que os gregos usam três palavras distintas para dizer a mesma coisa: Eros, Philia e Ágape. Cada uma delas significa um tipo diferente de amor. Eros tem como principal derivada, em português, a palavra erótica, o que já diz muita coisa, e trata do amor sexual. Philia diz respeito à admiração, amizade e Ágape representa o amor divino e incondicional.

De acordo com Skinner (1991), pode-se aprender a partir das contingências relevantes de seleção e do reforçamento operante. O autor avalia estes três tipos de amor e chega à conclusão de que Eros é uma questão de seleção natural, Philia é condicionamento operante e Ágape é evolução cultural:

A direção do reforçamento é também revertida em *eros* se a maneira pela qual fazemos amor é afetada por sinais de que nosso amante sente prazer. E também revertida em *philia* quando nosso amor por Brahms assume forma de fundar ou formar uma sociedade para a promoção de suas obras [...]. Nós igualmente demonstramos uma espécie de *agape* quando honramos heróis, líderes, cientistas e outros cujos feitos nos beneficiaram. (SKINNER, 1991, p. 17)

O que o autor quer dizer é que não basta perguntar como ou o que o indivíduo sente, porque as palavras utilizadas na resposta serão palavras aprendidas ao longo de sua vida, ou seja, muitas vezes, nem o próprio indivíduo sabe o que está sentindo para ter capacidade de se expressar com palavras.

Todas as palavras usadas para denominar sentimento começaram com metáforas, como a frase “só o amor constrói”. É importante expor que a troca sempre foi do público para

¹ ZURIFF, G. **Behaviorism**: A conceptual reconstruction. Nova Iorque: Columbia, 1985.

o privado, ou seja, o indivíduo aprende a dizer o que está sentindo. Se é possível ir diretamente aos eventos privados, não é necessário que se profira o nome dos sentimentos (SKINNER, 1991).

Outra forma de descrever o que sente é contar a situação de uma forma a ganhar a empatia ou simpatia do interlocutor. Os sentimentos imitam a maneira como o indivíduo diz, assim, é possível, afirma Skinner (1991), conhecer os sentimentos do outro.

Na cultura brasileira, a expressão dos sentimentos é muito importante. Para Rico *et al* (2013), é essencial que as pessoas do convívio social do indivíduo saibam o que se sente em relação ao que fazemos e dizemos para tal. Demonstrar os sentimentos é uma das maneiras de saber como agir melhor com o outro, para assim alcançar a reação ansiada do outro em relação o que se sente e a si mesmo, possibilitando melhor relacionamento com o outro. “Se um rapaz quer, por exemplo, conquistar o afeto de determinada moça, deve agir com a intenção de causar sentimentos de alegria e bem-estar”. (RICO *et al.*, 2013, p. 88). As autoras complementam, ainda, que existem situações em que a exposição de sentimentos não é bem-vinda, como no caso de um jogador de pôquer.

As autoras recordam que, para o Behaviorismo Radical, sentir, fazer e pensar acontecem sob situações específicas do ambiente. Skinner (1991) complementa dizendo que, já que o indivíduo é o único que sabe o que se passa em seu organismo, os sentimentos não seriam os causadores do comportamento, mas sim as ações sensoriais são as manifestações físicas do organismo. As autoras dão o seguinte exemplo:

Ao avistar a jovem desejada, ele [um jovem apaixonado] experimenta uma série de reações corporais que aprendeu a denominar paixão (o coração bate mais forte, as pernas estremeçam, sente um “friozinho” na barriga, não consegue pensar com clareza etc.). É provável que o rapaz apresente alguma reação observável por outrem que indique que está apaixonado (exemplo, certa expressão facial ou um suspiro diante da moça), mas todas essas sensações corporais são acessíveis apenas a ele mesmo, isto é, são eventos privados ou encobertos. (RICO *et al.*, 2013, p.89)

Segundo Skinner (1991), sentimentos não explicam o comportamento das pessoas, pois sentimentos são produtos das contingências e é improvável que se consiga alterar os sentimentos diretamente. É possível, entretanto, modificar as contingências presentes. Para o indivíduo ficar com raiva, por exemplo, é necessário que tenha acontecido alguma coisa que o levou ao sentimento. É importante, dizem as autoras (RICO *et al.*, 2013) que se identifique e entenda que as variáveis ambientais externas provocam um sentimento e, conseqüentemente, uma ação e, somente desta maneira, modificar um sentimento.

Os sentimentos podem ser confundidos facilmente com a causa do comportamento e a provável razão para tanto é que os indivíduos não sabem identificar em que momento cada

um deles surge, já que ambos acontecem praticamente concomitantemente. Outra razão, ainda, é a dificuldade em identificar eventos anteriores que possam ter acarretado o comportamento atual do indivíduo (SKINNER, 1991).

No mesmo sentido, Rico *et al.* (2013) reiteram o pensamento de Skinner ao dizer que a razão de existir do comportamento está na semelhança entre os antecedentes e a sua consequência. Segundo as autoras, o organismo se comporta em resposta a uma história filogenética, ontogenética e cultural individual sendo que terceiros só têm acesso a esse tipo de informação se o indivíduo exprime verbalmente o que sente e sua história.

Além disso, a dificuldade em o indivíduo se expressar e descrever o que se passa vem de uma dificuldade em entender os estímulos que precedem seu comportamento vai ao encontro de uma comunidade que não está acostumada a entender os acontecimentos anteriores à conduta de cada indivíduo (RICO *et al.*, 2013). As autoras usam o exemplo de uma moça sorridente em razão de um novo namorado. É possível que a comunidade afirme que ela só está feliz por causa desse novo namorado. É pouco provável que a sociedade se preocupe em descobrir quais os eventos (o que o namorado faz ou diz) que a fizeram se sentir daquela maneira.

Rico *et al.* (2013) lembram a afirmação de Skinner de que as alterações fisiológicas ocorridas no corpo humano são importantes para que sejam estabelecidas relações com os sentimentos. Toda conduta humana é seguida por uma série de modificações orgânicas como dilatação da pupila, sudorese ou taquicardia e muitas dessas alterações vêm acompanhada do que estamos sentindo no momento. As autoras afirmam que sentimentos:

“são respostas eliciadas correlatas de nossos comportamentos (lembrando que o comportamento é a relação entre organismo e ambiente, e não apenas resposta [...]), produzidos, portanto, pelos os mesmos eventos ambientais que produziram a resposta observada publicamente” (RICO *et al.*, 2013, p. 91).

Então, como já foi visto que o sentimento e o comportamento são respostas a estímulos externos e que a sociedade não consegue compreender de maneira perfeita porque só quem sente é quem sabe o que se passa. “Uma pequena parte do universo está contida dentro da pele de cada um de nós” (SKINNER, 2003, p. 23).

3.O amor

Há muito tempo procura-se uma definição sobre o que é o amor ou o que é o amar. É um tema que interessa a todos, tanto profissionais, quanto pesquisadores do sentimento. Em todos os ambientes há questionamentos e dúvidas sobre o amor, como ele acontece e de onde surge.

O amor é um termo que, usualmente, as pessoas usam para descrever o sentimento que sentem pela outra, tanto em relações amorosas como qualquer outro tipo de relação, sem entender que o amor é uma crença emocional (COSTA, 1998). E toda crença, segundo Costa (1998, p. 12), “pode ser mantida, alterada, dispensada, trocada, melhorada, piorada ou abolida. Nenhum de seus constituintes afetivos é fixo por natureza”.

Almeida (2004) aponta que o amor, apesar de tão falado não é nada além que um desconhecido, pois nada se sabe sobre ele, de onde veio, há quanto tempo, quais os seus fundamentos e suas raízes, quem o criou. O amor chega a ser confundido como parte da história de evolução, da cultura pessoal de cada um, cogitando a hipótese de que somos seus inventores.

Costa (1998) lembra que muitos acreditam que o amor romântico é a única e verdadeira maneira de amar, baseados em três máximas nem sempre verdadeiras: 1) o amor é sentimento natural e universal presente em todas as culturas; 2) o amor é incontrolável e não obedece à “voz da razão” e; 3) somente com o amor é possível ser feliz (COSTA, 1998).

Almeida e Mayor (2006) acreditam que o amor muitas vezes cai na ambiguidade e se perde na banalidade de músicas, filmes e no sentimentalismo. Pode-se definir o amor de diversas maneiras, ainda que seja um sentimento individual, o que faz com que, para muitos teóricos (como Lee, Murtein, Peele e Lázaro),isso não seja possível para a Psicologia, já que o amor é algo abstrato, que desafia qualquer mensuração e que, em cada indivíduo, se manifesta de forma diferente (ALMEIDA e MAYOR, 2006).Para o autor, no entanto, é possível analisar o amor por suas diversas evidências, ainda que cada pessoa ame de formas e de maneiras diferentes umas das outras (ALMEIDA e MAYOR, 2006).

“Amar é ir ao encontro de alguém e permitir a vinda deste ao encontro de quem o busca” (ALMEIDA e MAYOR, 2006, p. 102). Há uma série de comportamentos que pertence ao ciclo de reforçamentos de ambas as partes para que, assim, os indivíduos podem se amar um ao outro. Quando o amor entre duas pessoas está se tornando mais forte, dá-se o nome de enamoramento e é exatamente este termo que diferencia o amor romântico dos demais movimentos como sociais, políticos, religiosos.

E por estas razões, o amor traz características inconfundíveis e particulares. Estar enamorado não significa simplesmente estar atraído pelo o outro, não basta apenas decidir racionalmente em querer alguém, deve-se ter disponibilidade psíquica e física para o amor acontecer (ALMEIDA e MAYOR, 2006).

Almeida (2004) lembra que o processo de escolha de um parceiro para se enamorar não é casual ou desprezioso. Se enamorar depende dos princípios de atração tanto física quanto intelectual, que varia de pessoa para pessoa, além do momento que cada indivíduo está vivenciando. Levando em conta um reforçamento mútuo, que os seres humanos são criaturas sociáveis e que a estimulação ocorre entre pessoas, estabelecer relacionamentos uns com os outros consiste em dar e receber estímulos, fazendo com que os indivíduos, quanto mais estímulos dão umas às outras, tornam-se cada vez mais próximas, e sentem-se mais atraídos e interessados (ALMEIDA e MAYOR, 2006).

Shinyashiki e Dumêt, (2002) citados por Almeida (2004) corroboram seu pensamento ao dizerem que, se alguém apenas toma a decisão racional de procurar por amor, ir ao encontro do outro, não será bem sucedido, já que muitas vezes alguém que procura pelo amor e não o encontra é porque ainda não está preparado para amar e, erroneamente, pensa estar. O amor faz parte do outro e, embora os indivíduos dependam um do o outro, a escolha para o amor é seletiva, ou seja, cada pessoa se une a outra por motivos diferentes, guiando-se por alguns princípios que cada indivíduo busca nos seus parceiros e levando em conta as qualidades que se procuram no outro (ALMEIDA, 2004).

Um dos pontos essenciais à interação humana é a sexualidade. Ela é uma das principais origens das construções em relacionamentos amorosos e de interação com o outro. Quanto mais a pessoa estiver angustiada, insatisfeita com ela mesma, mais ela está predisposta e vulnerável para o amor, criando fantasias sobre o objeto que poderia lhe satisfazer. Com sentimentos tão aversivos como angústia, insegurança e insatisfação, o amor do outro torna um poderoso reforçador, reduzindo estes estados internos. Mas, para o amor do outro acontecer, cada indivíduo faz uma triagem com critérios para distinguir pessoas que agradam apenas como amigos de pessoas para se enamorar (ALMEIDA, 2004).

Almeida (2004) lembra, ainda, que a escolha de parceiros é permanente, ou seja, ainda que esteja tudo bem com o casal ou cada vez que os parceiros brigam ou magoam um ao outro, essa escolha está sendo refeita e constantemente reavaliada. “Assim, por meio de avaliações formais ou informais, está se fazendo o tempo todo uma ratificação do(s) porquê(s) se está com alguém, em relação a outra(s) pessoa(s), e o que sedimenta tal escolha” (ALMEIDA, 2004, p. 9). Estes princípios aplicam-se à homogamia, à admiração, as

qualidades e defeitos graves do outro, fazendo com que a escolha do parceiro seja didática, podendo se compor com atribuições de cada um, sendo dinâmico como processo de escolha do parceiro durante todo o relacionamento amoroso. (ALMEIDA, 2004)

3.1 Homogamia

Almeida (2004) lembra que Lowndes (2002) aponta que, casais semelhantes, com afinidades básicas e diferenças complementares têm mais chances de darem certo. As diferenças que fazem com que um complete o outro trazem mais reforços positivos para, assim, nascer o amor romântico em ambos.

Lowndes (2002) ainda afirma que indivíduos que procuram uma relação amorosa precisam de alguém que compense suas limitações, para não criar desconforto entre eles com semelhanças demais. “A dinâmica deste relacionamento, consiste em se formar uma equipe, o que otimizaria os recursos de cada componente e aumentaria a eficácia para o casal atingir seus objetivos em comum gratificando mutuamente as necessidades” (ALMEIDA, 2004, p. 10).

Para alguns, o argumento de que “os opostos se atraem” basta, diz Almeida (2004). No entanto, o autor defende que as diferenças numa relação só são bem vindas quando valorizadas e apreciadas e afirma que, além de ser uma explicação superficial, os indivíduos ignoram o fato de que pessoas com características muito discordantes terão, constantemente, atrito, discórdias e impaciência no seu relacionamento. Exemplo disso, alerta Branden (1998), citado por Almeida (2004), é que não se vê pessoas muito inteligentes se relacionarem amorosamente com pessoas burras ou pessoas com a autoestima elevada com outro com a autoestima baixa. Além disso, Almeida (2004) deixa explícito que, geralmente, se escolhe para amar alguém do mesmo nível social, educacional, com valores, atitudes e crenças semelhantes e que possa desempenhar um papel complementar ao do próprio indivíduo na relação.

Almeida (2004) cita a Teoria de Expansão do Eu, criada por Aron e Aron (1996), que explica a dinâmica dos relacionamentos amorosos nos quais, quando se encontra uma pessoa digna de admiração, o indivíduo tem a necessidade ou a vontade de incorporar tais qualidades ao seu eu e, assim, ele ama essa qualidade do parceiro que quer ter em si. Almeida (2004) conclui que, indivíduos que não conseguem um parceiro qualificado aos seus desejos e admirações, frustram-se e, nestes casos, o amor não importa, o que importa é a resignação de ausência de melhor opção.

“Quando duas pessoas se amam, não precisam compartilhar tudo” (MONTREYNAUD, 1994, p. 42 citado por ALMEIDA, 2004, p. 10). Com este fato pode se dizer que desigualdades são bem vindas e enriquecem e desenvolvem a relação amorosa, como as diferenças físicas de um homem e uma mulher. Almeida (2004) reitera que princípio da homogamia discute, também, que parceiros muito parecidos entre si não sentem atração amorosa e normalmente não se casam, trazendo prejuízos para o relacionamento amoroso.

O ser humano, explica Almeida (2004), tem a necessidade de se complementar e, para ele, estar completo é ter a “sua metade da laranja”. As semelhanças não devem ser excessivas para que não haja desconforto na relação, mas são essenciais para que o relacionamento se torne companheirismo e uma noção de equipe em busca de um objetivo comum.

Almeida (2004) cita a Teoria da Troca, desenvolvida por Thibaut e Kelley (1959), na qual os seres humanos são atraídos por alguém que ofereça mais que exija do parceiro, ou seja, uma relação custo-benefício. Quando não há comparação de nível tanto econômico, como intelectual, a atração seria da capacidade do indivíduo de produzir resultados favoráveis para o outro. Levando em consideração que um mínimo custo e uma gratificação máxima proporcionam uma relação altamente satisfatória.

Embora pareça insensível e pouco romântico, as pessoas avaliam o grau de atração de seus parceiros, considerando defeitos e qualidades em potencial, mas muitas das vezes esta avaliação não é consciente, conforme Almeida (2004) explicita:

Cada um é avaliado segundo a importância que se dá aos atributos, seus respectivos resultados e de acordo com o escore que se atribui a estes itens. [...] Estes resultados são somados de modo a se obter um único ‘valor de elegibilidade’ para o candidato(a). Tal processo acontece no inconsciente das pessoas, muitas vezes, quase que instantaneamente. (ALMEIDA, 2004, p. 12)

As qualidades têm que superar os defeitos para que o parceiro amoroso seja considerado atraente e adequado, tendo defeitos toleráveis, como opinião, crenças, pensamentos, características físicas. Defeitos muito graves podem minimizar as chances de uma relação amorosa, mesmo que as qualidades sejam muito valorizadas em um parceiro. Assim, à medida que os indivíduos possam compreender e aceitar as características, a seleção do parceiro ideal será perfeita (ALMEIDA e MAYOR, 2006).

3.2 Relações afetivas

Bauman (2004) acredita na instabilidade dos relacionamentos amorosos da contemporaneidade como uma das formas das causas de sofrimento, em uma sociedade consumista, que crê no prazer sem precisar se esforçar. Segundo o autor, há uma concepção de que se pode aprender a amar sem esforço, reforçando positivamente as relações de apenas ter prazer sem se esforçar para não causar sofrimento com o amor.

Thomaz *et al.* (2013) ainda apontam a sociedade capitalista como uma das variáveis responsáveis pela instantaneidade das relações amorosas, que valoriza a produtividade, competitividade e o consumismo, procurando apenas relações íntimas, se desvinculando dos laços que possam existir. Segundo eles, abre-se mão cada dia mais do apego, da tolerância com o outro, da estabilidade das relações amorosas, e cresce a falta de capacidade para lidar com frustrações e de convivência com o outro.

A sociedade contemporânea ensina que não se deve e não se pode sofrer por outro e impulsiona o individualismo. Segundo os autores, a maneira que a sociedade caminha, de alguma forma, exerce forte influência na noção de que amar e ser amado não vale a pena, mostrando várias contingências aversivas sobre o amor, assim, confundido o amor com sentimento de dor. (THOMAZ *et al.*, 2013).

As relações amorosas da contemporaneidade, a escolha do parceiro, deveriam ser analisadas a partir dos três níveis do modelo de seleção por consequências. Proposto por Skinner (1981) e citado por Thomaz *et al.* (2013), estes níveis de seleção se dividem em: filogenético (refere-se àquelas variáveis que foram importantes para a sobrevivência da espécie), as ontogenéticas (refere-se às consequências da conduta do indivíduo, ao longo da sua história de vida), e as culturais (refere-se a aspectos importantes para a sobrevivência de uma cultura).

Pode acontecer uma separação do sistema de reforçadores quando um indivíduo perde a capacidade de reforçar o comportamento do outro, ou deixando que os reforçadores sejam perdidos quando estão juntos. (relação de casal frete aos novos padrões)

As contingências em cada um dos níveis (filogenético, ontogenético e cultural) entram em conflito, ou seja, o mesmo comportamento pode trazer benefícios para o indivíduo nos níveis filo e ontogenético, mas podem trazer efeitos deletérios para outros indivíduos envolvidos em suas relações sociais. Por esta razão, a escolha em manter o ganho para o sistema social pode (e em geral o faz) causar prejuízos na obtenção de reforçadores individuais. (THOMAZ *et al.*, 2013, p. 118)

A escolha do parceiro (a) ideal se repete em diferentes culturas e que os indivíduos

ficam sensíveis na escolha do parceiro. Segundo Bauman (2004), os relacionamentos amorosos estão sofrendo influências do prazer sem limites (hedonismo) e do imediatismo da sociedade atual, deixando o amor cada vez mais descartável e superficial. Segundo Thomaz *et al.* (2013, p. 119), “pode ser que as dificuldades nas relações afetivas na atualidade sejam efeito, também, das diferenças entre o ideal de relacionamento e o que é possível na vida cotidiana”.

Há estudos históricos, sociológicos e antropológicos, que indicam que os indivíduos se juntam por duas razões especiais: procriação e condições econômicas melhores. As relações de casal exigem que os dois tenham propósitos únicos e companheirismo para enfrentar os desafios que a vida impõe (já que um pode complementar as inabilidades do outro e vice-versa), que tenham melhor visão a respeito dos problemas e, portanto, maior força para enfrentar as dificuldades do dia a dia. (THOMAZ *et al.*, 2013). Estes reforçadores só existem quando há um laço e aproximação entre os indivíduos, fazendo com que um reforce o comportamento um do outro, numa relação amorosa. Um indivíduo unido a outro tem seus comportamentos interligados para a resolução de problemas comuns, com mais sucesso do que isoladamente.

Os autores apontam o pensamento de Skinner (1953) e, segundo o psicólogo, o comportamento social é aquele onde dois ou mais indivíduos se comportam em um ambiente comum e através dessa concepção que a análise do comportamento examina as relações de casais. Enquanto existir a liberação de reforçadores de uma relação para outra, ou do ambiente em comum que os indivíduos estão, um sistema social se manterá.

As relações sociais entre cada indivíduo do casal e as relações sociais são mais controladas por contingências biológicas e pessoais, com o intuito de mantê-los ligados um ao outro, assim obtendo esforços pessoais. As relações amorosas são mais do que estarem juntos é também realizar desejos um do outro. Para um bom convívio do casal seria essencial que os dois indivíduos do casal se beneficiassem em conjunto como com as necessidades físicas e afetivas ou reconhecimento social para que se mantenham juntos em uma relação saudável. Os indivíduos do casal devem estar em sintonia um com o outro, com comportamentos ligados para o alcance de benefícios e bem comum.

De acordo com Rico *et al.* (2013), se ama algo ou alguém sempre que alguns reforçadores de alta grandeza para o comportamento de quem está amando são favorecidos. Por exemplo, se ama um namorado que sempre dá atenção, elogia, dá presentes e proporciona momentos de prazer e felicidade ou, ainda, se ama um cachorro que sempre dá carinho e espera pelo o seu dono em casa, demonstrando alegria quando ele chega. Como isso, as várias

histórias individuais produzem diferentes controles do comportamento e sentimentos.

Conclusão

Foi feita uma breve revisão de literatura para saber o que tem sido produzido na Análise do Comportamento sobre emoções, sentimentos e amor. Verificou-se também os aspectos importantes a serem considerados em uma relação amorosa, constatando a importância de reforçar o comportamento dos parceiros.

Os sentimentos são comportamentos respondentes, fisiológicos eliciadas por eventos ambientais. Respostas como medo, alegria e raiva são reflexos incondicionados, porque não depende de um condicionamento durante a vida da pessoa, pois as respostas reflexas não são inatas, mas sim aprendidas durante a vida.

Tal condicionamento, entretanto, é individual, ou seja, cada ser humano terá uma resposta pública diferente ao mesmo estímulo simplesmente porque o que passa em seu organismo é único, ainda que este indivíduo expresse verbalmente o que sente. O que se passa internamente, na mente de cada ser humano, é impossível de ser sabido.

O trabalho, com o fim de demonstrar que os sentimentos são aprendidos e reforçados, atinge seu objetivo, com base no pensamento de Skinner e dos behavioristas.

Além disso, constatou-se, com a elaboração do trabalho, que os seres humanos nascem com sensibilidade, mas, a partir dos estímulos recebidos ao longo da vida, aprendem a responder e a se comportar tendo emoções, sentimentos e maneiras de amar e ser amado de formas diferentes

Referências

- ALMEIDA, T. A Gênese e a Escolha no Amor Romântico: Alguns Princípios Regentes. **Revista de Psicologia da UFC**. Fortaleza, Universidade Federal do Ceará, 2004, p. 9-13.
- ALMEIDA, T.; LOURENÇO, M.L. Ciúme Romântico: um breve histórico, perspectivas, concepções correlatas e seus desdobramentos para os relacionamentos amorosos. **Revista de Psicologia da UFC**. Fortaleza, v.II, n. 2, p. 9-13, 2004.
- ALMEIDA, T.; MAYOR, A. S. (2006). O Amar, o Amor: uma perspectiva contemporâneo-ocidental da dinâmica amorosa para os relacionamentos. In R. R. Starling & K. A. Carvalho. **Ciência do Comportamento Humano: conhecer e avançar**, São Paulo: ESETEC, (pp. 99-105).
- AMOR. In: FERREIRA, A.B.H. **Novo Dicionário da Língua Portuguesa**. 2. ed. rev. E aum. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1999.
- ARON, E. N; ARON, A. Love and expansion of the self: the state of the model. **Personal Relationships**, New York: Cambridge University Press, v.3, p.45-58 1996.
- BAUMAN. **Amor Líquido: Sobre a fragilidade dos laços humanos**. Rio de Janeiro: Zahar, 2004.
- BISACCIONI, P., CARVALHO NETO, M.B.C. Algumas considerações sobre o “pequeno Albert”. **Temas em Psicologia** – 2010, v. 18, nº 2, PP. 491 – 498.
- BRANDEN, N. **A psicologia do amor: o que é o amor, por que ele nasce, cresce e às vezes morre**. Trad. Monica Braga. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1998.
- COSTA, J. F. **Sem fraude nem favor: estudos sobre o amor romântico**. 5. ed. Rio de Janeiro: Rocco, 1998.
- GIANFALDONI, M.H.T.A.; TEIXEIRA, R.R.P.; COMOLATTI, C. *et al.* Critérios de seleção de parceiros de curto e de longo prazo de universitárias paulistas. **Psic. Rev.** São Paulo, v. 18, n. 1, p. 99-101, 2009.
- GUILHARDI, H.J. Conceituação de Sentimentos. **Instituto de Terapia por Contingências de Reforçamento**. Campinas, 2007.
- GUILHARDI, H.J. Terapia por Contingências de Reforçamento. . **Instituto de Terapia por Contingências de Reforçamento**. Campinas, 2004.
- HAYDU, V.B. Compreendendo os processos de interação do homem com seu meio ambiente. In: SOUZA, S.R.; HAYDU, V.B. **Psicologia comportamental aplicada: avaliação e intervenção nas áreas do esporte, clínica, saúde e educação**. Londrina: EDUEL, 2009.
- JAMES, W. O que é uma emoção?. Trad. Raphael Silva Nascimento. 1884. **Clínica & Cultura**, São Cristóvão, Universidade Federal de Sergipe, v. II, n. I, jan-jun 2013, pp. 95-113.
- LOWNDES, L. **Como fazer qualquer pessoa se apaixonar por você**. 9 ed. Rio de Janeiro: Record, 2002

- MOREIRA, M.B.; MEDEIROS, C.A. **Princípios Básicos de Análise de Comportamento**. Porto Alegre: Artmed, 2007.
- MILLENSON, J.R **Princípios de Análise do Comportamento**. Trad. Alina de Almeida Souza e Dione de Rezende. Brasília: Coordenada, 1967.
- MONTREYNAUD, F. **O que é amar?**respostas simples a perguntas não tão simples. São Paulo: Scipione, 1994.
- PLUTCHICK, R. **The emotions: facts, theories, and a new model**. New York: Random House, 1962.
- RICO, V.V., GOLFETO, R., HAMASAKI, E.I.M. Sentimentos. In: HÜBNER, M.M.C., MOREIRA, M.B. (orgs.). **Temas Clássicos da Psicologia sob a ótica da Análise do Comportamento**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013. pp. 88 – 99.
- SÉRIO, T.M.A.P. O behaviorismo radical e a psicologia como ciência. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**. São Paulo, v. VII, n. 2, p. 247-261, 2005.
- SHINYASHIKI, R. T; DUMÊT, E. B. **Amar pode dar certo**. São Paulo: Gente, 2002.
- SKINNER, B.F. **Ciência e Comportamento Humano**. 11. ed. Trad. João Carlos Todorov e Rodolfo Azzi. São Paulo: Martins Fontes, 2004.
- SKINNER, B. F.. **Questões Recentes na Análise Comportamental**. 3. ed. Trad. Anita Liberalesso Neri. São Paulo: Papirus, 1991.
- SKINNER, B.F. **Sobre o Behaviorismo**. 8. ed. Trad. Maria da Penha Villalobos. São Paulo: Cultrix, 2003.
- SKINNER, B.F. **Walden Two**. 11. ed. Indianapolis: Hackett Publishing, 2005.
- THOMAS, C.R.C., ALVES, A.C.M., GUSHI, H.A. *et al.* Relações afetivas e cultura: a influência do ideal de amor sobre os relacionamentos reais. In: ZEGLIO, Carla, FINOTELLI JR., Ítor, RODRIGUES JR, Oswaldo (orgs). **Relações Conjugais**. Comportamento e Terapia Cognitivo-Comportamental com Casais. São Paulo: LP Books, 2013.
- THIBAUT, J. W; KELLEY. H. H. **The social psychology of groups**. New York: Wiley, 1959.
- VALE, A.M.O.; ELIAS, L.R.. Transtornos Alimentares: uma perspectiva analítico-comportamental. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, São Paulo, v. XIII, n. 1, p. 52-70, 2011.
- VICHI, C.; NASCIMENTO, G.S., SOUZA, C.B.A. Aprendizagem ostensiva, comportamento de ouvinte e transferência de função por pareamento de estímulos. **Revista brasileira de terapia comportamental e cognitiva**. São Paulo, v.14, n.1, p. 16-30, 2012.

VICHI, C. Aprendizagem Ostensiva, Comportamento de Ouvinte e Transferência de Função por Pareamento de Estímulos. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, São Paulo, v. XIV, n. 1, p. 16-30, 2012.

WATSON, J.B. **Beharviorism**. (rev. ed.) Chicago: Univer. Of Chicago Press, 1930.