



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



---

**MATHEUS CAIANO SIMÕES AMORIM**

TERAPIA COGNITIVA CONSTRUTIVISTA E EPISTEMOLOGIA

**Orientador: Prof. Dr. Gustavo Arja Castañon**

Juiz de Fora

2014



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



---

**MATHEUS CAIANO SIMÕES AMORIM**

TERAPIA COGNITIVA CONSTRUTIVISTA E EPISTEMOLOGIA

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Juiz de Fora como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Psicologia por MATHEUS CAIANO SIMÕES AMORIM.

Orientador: Prof. Dr. Gustavo Arja Castañon.

Juiz de Fora

2014

Ficha catalográfica elaborada através do Programa de geração automática da Biblioteca Universitária da UFJF, com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

Simões Amorim, Matheus Caiano .  
Terapia Cognitiva Construtivista e Epistemologia / Matheus Caiano Simões Amorim. -- 2014.  
108 f.

Orientador: Gustavo Arja Castañon  
Dissertação (mestrado acadêmico) - Universidade Federal de Juiz de Fora, Instituto de Ciências Humanas. Programa de Pós-Graduação em Psicologia, 2014.

1. Construtivismo. 2. Epistemologia. 3. Terapia Cognitiva.  
4. Terapia Construtivista. I. Arja Castañon, Gustavo , orient. II. Título.

## TERMO DE APROVAÇÃO

Dissertação defendida e aprovada, em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_, pela banca constituída por:

**Autor: Matheus Caiano Simões Amorim.**

### BANCA EXAMINADORA

---

Orientador: Prof. Dr. Gustavo Arja Castañon  
Universidade Federal de Juiz de Fora / UFJF

---

Membro interno: Prof. Dr. Lélío Moura Lourenço  
Universidade Federal de Juiz de Fora / UFJF

---

Membro externo: Prof. Dr. Helmuth Ricardo Krüger  
Universidade Católica de Petrópolis / UCP

*Dedico com carinho e admiração, ao meu irmão, querido  
amigo, que me ensina muito mais do que pode supor.*

## **AGRADECIMENTOS**

Como sempre, um oceano de gratidão à minha mãe, mulher incrível, por todo seu amor e apoio incomparáveis. Obrigado por ser meu esteio, minha rocha, por entender tudo, e principalmente, por ter me ensinado a amar o ser-humano, e que viver é o amar por excelência.

Muita gratidão ao meu pai, pela fé em mim e no meu trabalho; e por me mostrar que é possível mudar.

A meu irmão, companheiro nos caminhos da vida, que me faz buscar inteirezas além dos limites. Pela força e confiança que me mantém, obrigado. É você que faz tudo ter um significado.

Ao meu orientador Gustavo Castañon, pela competência e generosidade tamanhas. É reconfortante saber que sempre estive em tão boas mãos.

Eu seria muito negligente se não agradecesse à minha terapeuta, Cynthia Schiavon, por evitar que eu “caia do precipício”.

Aos colegas do Centro de Terapia Cognitiva Pós-racionalista de Buenos Aires, pelas inestimáveis reconstruções que tanto me inspira e entusiasma a seguir no meu trabalho; e aos membros dos grupos de estudos em Terapia Cognitiva Comportamental e Terapia Cognitiva Construtivista, os quais coordeno, pela motivação e confiança em mim.

Muito obrigado aos meus amigos, incluído os novos que fiz neste percurso, pela cumplicidade, discernimento, talento e paciência com as minhas lamúrias e ausências.

Agradeço, carinhosamente, aos meus pacientes, nada passivos, por me colocarem diante das minhas maiores responsabilidades e das minhas maiores paixões, a complexidade da natureza humana e a psicoterapia.

*Na verdade, afinal, não proponho soluções. É uma questão de tornar-se familiar com as várias estradas e as regiões para as quais elas nos levam. Nego que a estrada do norte seja, de uma maneira absoluta e sempre, melhor que a do sul; mas, sem dúvida, serve para assegurar que uma é tão boa quanto a outra. Precisamos projetar mapas, mostrando como cada estrada leva a direções genuinamente diferentes e interessantes.*

*(Fingarette, 1962, p. 89)*

## RESUMO

Esta pesquisa aborda o tema do arcabouço conceitual da Terapia Construtivista, e mais especificamente, de suas afiliações epistemológicas. A importância deste trabalho é baseada no fato de que o Construtivismo enquanto enfoque terapêutico é recente e inovador, e sua produção teórica têm crescido significativamente, mas suas posições epistemológicas permanecem obscuras e com poucos estudos sistematizados. Assim, torna-se uma necessidade o entendimento filosófico mais consistente e claro sobre tais posições, auxiliando os profissionais adeptos desta corrente em psicoterapia a tornar sua prática mais respaldada e consistente. O objetivo deste trabalho é estabelecer as posições epistemológicas assumidas explícita ou implicitamente pelos principais autores da Terapia Cognitiva Construtivista e esclarecer quais as diferenças nos pressupostos epistemológicos assumidos por estes autores. Para atingir esses objetivos foram determinados em pesquisa histórica e teórica os principais autores construtivistas. Com base nas fontes primárias dos autores em questão, foi realizada uma análise lógica das posições estabelecidas para determinar o nível de consistência de suas obras em relação à determinada teoria epistemológica declarada como base, assim como a possível existência de um núcleo básico de crenças compartilhado entre eles. O enfoque construtivista nas Terapias Cognitivas constituiu-se num marco da revolução em psicoterapia. Tal abordagem psicoterápica deve seu nome à concepção acerca dos processos de obtenção do conhecimento como sendo primariamente afetivos; assim como uma concepção acerca do ser humano como ativo, e não passivo, na construção dos significados na experiência vivida, de modo que esta concepção impõe uma série de mudanças e especificidades na prática psicoterápica. A psicoterapia construtivista apresenta importantes diferenças em suas bases epistemológicas, de maneira que os pressupostos que dizem respeito à relação observador/observado, sujeito/objeto, à noção de realidade, conhecimento e verdade, enfim, aos aspectos da interação entre organismo e ambiente apresentam grandes variações. Sendo assim, o construtivismo compartilha uma instância epistemológica comum, e mesmo havendo diferenças perceptíveis entre as várias terapias sistêmicas, elas concordam em considerar o conhecimento como um processo de construção, em vez de uma representação direta da realidade. Considerando que o conhecimento do mundo externo é ativamente construído pelo sujeito observador num dado contexto social, a ideia de que existe um conhecimento totalmente verdadeiro acerca da realidade desaparece. Dessa forma, a formulação de que a realidade pode ser interpretada de várias maneiras é partilhada por muitos construtivistas. Os



terapeutas construtivistas, então, rejeitam os pressupostos do objetivismo tradicional de forma que uma psicoterapia construtivista não acredita na existência de apenas uma avaliação da realidade e que nenhum nível de conhecimento possa ser, em última análise, validado por qualquer autoridade absoluta.

Palavras-chave: Construtivismo. Epistemologia. Terapia Cognitiva. Terapia Construtivista.

## **ABSTRACT**

This research addresses the issue of the conceptual framework of Constructivist Therapy, and more specifically, its epistemological affiliations. The importance of this work is based on the fact that constructivism as a therapeutic approach is new and innovative, and their theoretical production has grown significantly, but their epistemological positions remain unclear and few systematic studies. Thus, it becomes a necessity as consistent and clear position on such philosophical understanding, helping the supporters of this current in psychotherapy professionals make their most supported and consistent practice. The objective of this work is to establish the explicitly or implicitly assumed epistemological positions by the main authors of Constructivist Cognitive Therapy and clarify the differences in the epistemological assumptions made by these authors. To achieve these goals were determined in historical and theoretical research leading constructivist authors. Based on the primary sources of the authors in question, a logical analysis of the positions set out to determine the level of consistency of their works in relation to certain declared epistemological theory as a basis was provided as well as the possible existence of a basic core beliefs shared between them. The constructivist approach in Cognitive Therapies constituted a landmark revolution in psychotherapy. This psychotherapeutic approach owes its name to the conception of the processes of obtaining knowledge as being primarily affective, as well as a conception of the human being as active, not passive, in the construction of meanings in lived experience, so that this conception imposes a series of changes and specificities in psychotherapeutic practice. The constructivist psychotherapy presents important differences in their epistemological foundations, so that the assumptions concerning the relative observer/observed, subject/object, to the notion of reality, knowledge and truth, in short, the aspects of the interaction between organism and environment present major variations. Thus, constructivism shares a common epistemological instance, and even with noticeable differences between the various systemic therapies, they agree to consider knowledge as a process of construction, rather than a direct representation of reality. Whereas knowledge of the external world is actively constructed by observing subject in a given social context, the idea that there is a totally true knowledge about reality disappears. Thus, the formulation of that reality can be interpreted in many ways is shared by many constructivists. Constructivist therapists then reject the assumptions of traditional objectivism so that constructivist

psychotherapy does not believe in the existence of only one measure of reality and that no level of knowledge can be ultimately validated by any absolute authority.

Key-words: Constructivism. Epistemology. Cognitive Therapy. Constructivist Therapy.

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	12
<b>CAPÍTULO 2. CONSTRUTIVISMO</b> .....	17
<b>2.1. Histórico</b> .....	17
<b>2.2. Definições</b> .....	24
2.2.1. Natureza do objeto do conhecimento.....	25
2.2.2. Origem do conhecimento.....	27
2.2.3. Possibilidade do conhecimento.....	29
2.2.4. O problema do objetivismo.....	32
2.2.5. Construtivismo e objetivismo: definição por contraste.....	33
2.2.6. Construtivismo: conclusão.....	34
<b>CAPÍTULO 3. TERAPIA COGNITIVA CONSTRUTIVISTA</b> .....	35
<b>3.1. Terapia Cognitiva</b> .....	35
<b>3.2. Terapia Cognitiva Construtivista</b> .....	40
3.2.1. Temas básicos do Construtivismo terapêutico.....	41
3.2.2. Psicoterapias Construtivistas: características e fundamentos conceituais...45	
3.2.3. Psicoterapias Construtivistas: mudança pessoal e reconstrução.....	51
<b>CAPÍTULO 4. TERAPIA COGNITIVA CONSTRUTIVISTA E EPISTEMOLOGIA</b> .....	57
<b>4.1. Epistemologia: definição</b> .....	57
<b>4.2. A dispersão epistemológica da Terapia Construtivista</b> .....	61
<b>4.3. Terapeutas Construtivistas e seus pressupostos epistemológicos</b> .....	64
4.3.1. Mahoney.....	64
4.3.2. Greenberg.....	66
4.3.3. Gonçalves.....	68
4.3.4. Guidano.....	70
4.3.5. Neimeyer.....	81
<b>CAPÍTULO 5. AVALIAÇÃO CRÍTICA</b> .....	84
<b>5.1. Construtivismo Crítico e Construtivismo Radical</b> .....	84
5.1.1. Construtivismo Radical.....	85
5.1.2. Construtivismo Crítico.....	90
<b>5.2. Análise dos pressupostos epistemológicos dos Terapeutas Construtivistas</b> .....	91
5.2.1. Mahoney.....	91

5.2.2. Greenberg.....	93
5.2.3. Gonçalves.....	93
5.2.4. Guidano.....	94
5.2.5. Neimeyer.....	96
5.2.6. Considerações finais: semelhanças e diferenças.....	97
<b>CONCLUSÃO.....</b>	<b>98</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>100</b>

# INTRODUÇÃO

## 1.1. Tema

O tema abordado nesta dissertação é o do arcabouço conceitual da Terapia Construtivista, e mais especificamente, de suas afiliações epistemológicas. O enfoque construtivista nas Terapias Cognitivas se constituiu num marco da revolução em psicoterapia. Tal abordagem psicoterápica deve seu nome à concepção acerca dos processos de obtenção do conhecimento como sendo primariamente afetivos; assim como uma concepção acerca do ser humano como ativo, e não passivo, na construção dos significados na experiência vivida, de modo que esta concepção impõe uma série de mudanças e especificidades na prática psicoterápica. No entanto, ainda existem algumas lacunas na terapia construtivista em relação a seus fundamentos epistemológicos. Logo, torna-se importante esclarecer essas dificuldades teóricas a fim de obter um entendimento tanto da teoria, quanto da prática da terapia construtivista.

## 1.2. Caracterização/ Delimitação do Problema

O problema se refere às posições epistemológicas assumidas pela abordagem da terapia construtivista em psicoterapia; visto que desde o seu surgimento, as publicações e as discussões acerca das bases epistemológicas desta abordagem psicoterápica são poucas, além de confusas. Logo, o problema específico, objeto desta pesquisa de investigação teórica, pode ser definido através da seguinte pergunta: quais as semelhanças e diferenças nos pressupostos epistemológicos assumidos pelos principais autores da Terapia Cognitiva Construtivista?

### **1.3. Objetivos**

O objetivo geral deste trabalho é identificar as posições epistemológicas assumidas explícita ou implicitamente pelos principais autores da terapia construtivista. Assim, pretende-se pesquisar seus conceitos principais e textos que tratem de Epistemologia, bem como investigar e estudar detalhadamente as obras dos principais autores da terapia cognitiva construtivista para seja possível explicitar as posições epistemológicas nas quais se alicerçam. Sendo assim, os objetivos específicos delimitados são:

- Identificar em pesquisa de relevância de citação, histórica e teórica os principais autores construtivistas;
- Levantar em pesquisa bibliográfica todos os textos originais onde os principais autores construtivistas expõem suas posições epistemológicas;
- Analisar os textos e determinar suas posições epistemológicas.

### **1.4. Hipótese**

A psicoterapia construtivista apresenta importantes diferenças em suas bases epistemológicas em relação à terapia cognitiva, de maneira que os pressupostos que dizem respeito à relação observador/observado, sujeito/objeto, à noção de realidade, conhecimento e verdade, enfim, aos aspectos da interação entre organismo e ambiente apresentam grandes variações. Dessa forma, acredita-se que existem diferenças entre os alicerces epistemológicos da Terapia Construtivista e na maneira de pensar no ser humano proposta pelo Construtivismo.

### **1.5. Justificativa**

A necessidade desta pesquisa se dá uma vez que o Construtivismo enquanto enfoque terapêutico é recente, de forma que sua produção teórica tem crescido significativamente. No entanto, embora a terapia cognitiva construtivista ainda esteja em expansão, prevalece uma grande obscuridade em relação a suas posições epistemológicas, assim como a existência de poucas publicações e nenhum estudo abrangente e sistematizado sobre o assunto.

A *justificativa pessoal* para o desenvolvimento desta pesquisa baseia-se no meu interesse pelo assunto, visto que atuo como psicoterapeuta construtivista, e na prática encontro necessidade de compreender mais profundamente a estrutura teórica desta abordagem. Além disso, as Terapias Cognitivas de um modo geral fizeram parte da minha trajetória na graduação, e depois, na formação profissional.

A *justificativa teórica* deste trabalho consiste na necessidade de um entendimento filosófico mais consistente em relação à vinculação aos pressupostos epistemológicos assumidos pelos autores da terapia construtivista. A importância da problemática proposta é pautada na falta de clareza das bases ontológicas e epistemológicas específicas, uma vez que a própria prática psicoterápica não tem sentido sem um entendimento epistemológico acerca de qual concepção da realidade e das formas de obter conhecimento encontram-se, de modo implícito, na técnica. Em suma, uma teoria tem uma ação metodológica, e esta, por sua vez, não existe sem uma base epistemológica que a fundamente. (Machado, 2003).

A *justificativa social* para a escolha do tema refere-se à importância em esclarecer os fundamentos, ainda imersos em confusão epistemológica, desta abordagem recente e inovadora nas terapias cognitivas, para auxiliar os profissionais adeptos desta corrente em psicoterapia a tornar sua prática mais respaldada e consistente.

A *justificativa institucional* do tema proposto encontra-se na confluência de meus interesses com os problemas de investigação propostos pela nascente linha de pesquisa em História e Filosofia da Psicologia do programa de pós-graduação em Psicologia da UFJF.

## **1.6. Metodologia**

No que diz respeito aos procedimentos metodológicos, a dissertação é de natureza filosófica, o que evidencia que o único tipo de investigação é teórica, dedutiva, baseada em metodologia de pesquisa bibliográfica. Para descrever isso é importante explicitar como foi a seleção e que tipo de dados teóricos se procurou, assim como os procedimentos de coleta desses dados. Fica claro que, ao ter um caráter de estudo filosófico, não cabe conduzir qualquer tipo de pesquisa empírica.

Tendo em vista o problema específico desta pesquisa teórica, os dados utilizados são textos nos quais autores representativos da Terapia Cognitiva Construtivista abordem a questão de seus fundamentos epistemológicos e explicitem suas afiliações. Será a partir da



análise lógica do conteúdo teórico desses textos que será possível atingir o objetivo da dissertação além de determinar o nível de consistência das obras destes autores em relação à determinada teoria epistemológica declarada como base, assim como a possível existência de um núcleo básico de crenças compartilhado entre eles.

Assim, as fontes primárias de dados são livros, textos e artigos produzidos pelos autores construtivistas mais representativos e centrais que abordem esses fundamentos; bem como ao surgimento do Construtivismo enquanto terminologia.

As fontes secundárias, que buscam ampliar e analisar as informações contidas nas fontes primárias, são capítulos de livros, periódicos e artigos encontrados através de referências cruzadas e da base de dados Psycinfo que tratem do problema dos fundamentos epistemológicos da terapia construtivista.

Como já mencionado anteriormente, a pesquisa do material para um trabalho filosófico é eminentemente bibliográfica. Para levantar a produção acadêmica sobre o referido tema foi seguido o seguinte percurso metodológico: primeiro, mediante indicação do orientador, aquisição das principais obras que o pesquisador ainda não possuía; tal aquisição foi por meio de bibliotecas virtuais. Segundo, feita uma busca em base de dados no portal de periódicos da CAPES, e na base de dados no Psycinfo e na Web of Science através do cruzamento dos descritores ‘terapia construtivista’, ‘construtivismo’, ‘epistemologia’, ‘Mahoney’, ‘Guidano’, ‘Neimeyer’, ‘Greenberg’, ‘Watzlawick’, ‘Gonçalves’. Após o levantamento, foi realizada leitura dos abstracts e decorrente descarte dos que não tratavam do tema e problemática da pesquisa. Em, terceiro lugar, leitura e elaboração de fichas eletrônicas dos livros, textos e artigos. Em quarto lugar, foi feita uma nova e pequena seleção de artigos com base nas obras citadas nos textos da primeira seleção, mas que não tinham aparecido naquela, e decorrente leitura. E por último, a confecção da dissertação.

### **1.7. Estrutura da dissertação**

Esta dissertação terá a seguinte estrutura: no capítulo dois, que se segue a esta introdução, serão dadas definições que dizem respeito ao Construtivismo enquanto movimento filosófico e as devidas definições relativas à relação sujeito e objeto do conhecimento no que tange a natureza do objeto (realismo e idealismo), a origem do

conhecimento (racionalismo e empirismo) e possibilidade do conhecimento (criticismo e relativismo), bem como ao objetivismo.

No capítulo três será apresentada a Terapia Cognitiva Construtivista, começando por uma introdução a terapia que lhe precedeu, de Aaron Beck, e de alguns fundamentos dessa modalidade psicoterapêutica. Depois, serão expostos os constructos teóricos e fundamentos da prática psicoterápica da Terapia Construtivista, com a finalidade também de definir conceitos importantes, como esquemas emocionais, experiência imediata e as concepções dos principais autores relacionadas ao processo terapêutico.

No capítulo quatro, intitulado Terapia Construtivista e Epistemologia, será definido, na primeira sessão, o conceito de epistemologia, e em seguida apresentadas as várias afiliações epistemológicas que os principais autores da abordagem declaram como base, configurando assim, um quadro de dispersão conceitual.

No último capítulo será feita uma análise da epistemologia da terapia construtivista, a fim de avaliar e comparar as devidas posições epistemológicas nas quais os autores se alicerçam. Por fim, as relativas conclusões ressaltando as minhas intenções em oferecer um panorama das variações de posicionamentos epistemológicos dos diferentes ramos da terapia construtivista, uma vez que esta abordagem é recente e muito fragmentada, e as discussões e estudos sobre os aspectos da epistemologia que alicerçam esta teoria ainda são pouco esclarecedores sobre essa diversidade teórica. Sendo assim, com a definição destas lacunas teórico/epistemológicas e filosóficas, pretende-se contribuir para os estudiosos e clínicos desta abordagem psicoterapêutica, tornando tanto a atuação, quanto a pesquisa nesta área mais respaldada e embasada, uma vez que, sem um entendimento teórico/epistemológico qualquer intervenção perde coerência. Além disso, o respaldo e embasamento teóricos contribuirão para um futuro exame de eficácia da abordagem construtivista em Terapias Cognitivas, objetivando concretamente, o exercício de novas pesquisas.

## CAPÍTULO 2. CONSTRUTIVISMO

Este capítulo tem como objetivo apresentar o conceito de Construtivismo, sua relação com teses anteriores acerca da origem do conhecimento, como o racionalismo e o empirismo, e teses ontológicas. Tem a função de ajudar a definir o posicionamento da terapia cognitiva e da terapia cognitiva construtivista.

### 2.1. Histórico

O verbo construir, como aponta Mahoney (2004, 2005), vem do latim *construere* que significa organizar ou dar estrutura, e refere-se a processos de curso estruturantes e organizadores, que são o núcleo conceitual do construtivismo. Para Mahoney (2005), entre os defensores mais antigos de alguma forma de construtivismo, se encontram Lao Tse (século VI a.C.), Buda (560-477 a.C.) e o filósofo Heráclito (540-475 a.C.). Os escritos do filósofo Lao Tse enfatizava a estrutura receptiva e flexível da mente; e seguro de um ritmo inerente em todas as coisas, recomendava viver em harmonia com o fluir. Tal como Heráclito, também considerava que os opostos coexistiam, esta ideia é expressada no símbolo visual do Tao, que representa dois opostos entrelaçados entre si (yin e yang). Mahoney sugere que o ancião Lao Tse se encontrou e exerceu alguma influência sobre um jovem chamado Siddharta, que posteriormente se conhecia como Buda.

O construtivismo é uma tradição filosófica que aparece no Ocidente com os escritos de Giambattista Vico (1668-1744) e se define como uma família de teorias que dão ênfase a pressupostos acerca da experiência humana que são interrelacionados. Estes pressupostos defendem que o ser humano é participante ativo na elaboração do sistema de conhecimento individual na estruturação e direcionamento de suas próprias atividades, e não passivo reativo na sua própria experiência e que os processos que ordenam a vida operam em um nível tácito de consciência. Ademais, a experiência e o desenvolvimento psicológico individual refletem

um curso de processos autoorganizadores que tendem a padronizar o que é vivido, e claro, estes processos são influenciados pelos sistemas sociais (Mahoney, 1997b, 1998).

Giambattista Vico expressou que o conhecimento humano implica a construção imaginária de ordem na experiência, o que supõe que, a pessoa que conhece não pode se separar do que, supostamente, se conhece. Vico, ao viver em Nápoles, foi um humanista do Renascimento cujas obras desafiaram a dicotomia entre racionalismo e empirismo. Vico sustentava que o conhecimento humano deve ser entendido como um processo de construção que tem lugar no contexto social e histórico. Afirmava que o pensamento expressa metáforas do corpo e sugeriu que a fantasia, a imaginação e a mitologia eram recursos válidos para conhecer a nós mesmos; e sustentava que a modernidade consagra o culto ao poder e ao si-mesmo e esse culto envolve costumes que produzem divisão e desintegração, das quais a guerra e o paradigma (Mahoney, 2005).

O conceito de “mundos possíveis” de Vico, ressalta o papel ativo da mente humana de organizar e criar significados, ou seja, construir realidade ao invés de descobri-las. É sob a luz desses pressupostos acerca da natureza da mudança e da causalidade, que formas de construtivismo psicológico podem ser distinguidas: Construtivismo Material, Construtivismo Eficiente, Processamento Construtivo de Informação, Teoria da Aprendizagem Social, Construtivismo Formal, Construcionismo Social, Psicologia Narrativa, Construtivismo Finalista, Teorias Dialética e do Desenvolvimento, Perspectivas Sistêmicas e Psicologia Transpessoal (Lyddon, 1997).

Vico passou a maior parte de sua vida profissional como professor de Retórica na Universidade de Nápoles. Foi treinado em jurisprudência, mas lia muito filosofia, que influenciou seus pontos de vista sobre a história, historiografia e cultura. Seu pensamento é mais plenamente expresso em sua obra *Scienza Nuova* ou *The New Science*. Em seu próprio tempo, Vico era relativamente desconhecido, mas a partir do século XIX em diante, seu pensamento ampliou e hoje sua influência é generalizada nas ciências humanas e sociais. Muitos temas permeavam seus primeiros trabalhos: sabedoria, história, verdade, causalidade, retórica, filosofia e poesia. Na obra *The New Science*, publicada pela primeira vez em 1725, Vico desenvolve sua noção de *scienza* (ciência ou conhecimento), em oposição à filosofia então dominante de Descartes, com sua ênfase em ideias claras e distintas acerca do pensamento de que todo o conhecimento, conforme os cartesianos, poderia ser derivado a priori por meio de regras dedutivas. Como Vico argumentava, uma consequência e

desvantagem deste método hipotético-dedutivo é que ele torna os fenômenos que não podem ser expressos lógica ou matematicamente ilusões. Isso se aplica não só à maioria dos dados provenientes dos sentidos e da experiência psicológica, mas também para as provas não quantificáveis que compõe as ciências humanas (Costelloe, 2012).

Outro filósofo fundamental para a compreensão do construtivismo contemporâneo é Immanuel Kant (Castañon, 2006, 2009; Von Glasersfeld, 1984; Mahoney, 2004). Kant (1724-1804) foi um filósofo que revolucionou a Filosofia como Copérnico revolucionou a Astronomia. Diferenciando *noumenon* (a coisa em si) e *phainomenon* (“o que aparece”, na realidade objetiva) sustentou que era impossível nos libertar de nossos próprios processos de experiência e descreveu a mente como um órgão ativo que transforma a multiplicidade caótica da experiência em uma unidade ordenada de pensamento, enfatizou a importância dos padrões no pensamento e considerava as ideias como princípios reguladores. Apesar dos padrões limitarem o conhecimento, Kant não entendia os seres humanos como prisioneiros de sua mente, ao contrário, acreditava na vontade autônoma e se referia a esta fé como uma ética da ação. Acreditava na participação de uma legitimidade universal, e que a integridade e boa vontade eram atos categóricos. Kant sugeriu que conhecemos muito mais do que nos damos conta e que fazemos classificações continuamente (Mahoney, 2005).

A inversão do sentido da relação entre sujeito e objeto é a raiz do construtivismo kantiano (Castañon, 2009). Kant (2001) sustenta o processo de conhecimento como a organização ativa por parte do sujeito do material que é captado pelos sentidos, impondo a este as formas da sensibilidade e as categorias do entendimento. Ou seja, para o construtivismo, o sujeito constrói suas representações dos objetos, e não recebe passivamente impressões causadas por estes. O sujeito então é entendido como pró-ativo, foco de atividade do universo, e não um recipiente passivo de estímulos do ambiente.

Para compreender adequadamente o construtivismo devemos recorrer à ideia da “grande luz” que é a distinção entre fenômeno e númeno apresentada por Kant (2001). Para ele o conhecimento advindo dos sentidos não revela as coisas como são, mas sim como aparecem para o sujeito, por isso dão acesso a fenômenos. Por sua vez, o conhecimento intelectual é a capacidade de representar os aspectos das coisas que, pela sua própria natureza, não podem ser captados pelos sentidos, os númenos. Os conceitos de possibilidade, existência, semelhança e necessidade não derivam dos sentidos, mas do intelecto. Em tese, para Kant nossa mente tem uma estrutura que enquadra os dados da experiência em suas

formas e categorias a priori. Desta forma, só podemos conhecer em si mesmos aqueles conceitos que são resultado de uma especulação racional; isso por que a razão vê aquilo que ela própria produz e que, com os seus juízos, ela obriga a natureza a responder às suas perguntas, uma vez que, se nossas observações forem feitas sem um plano prévio não se ligariam entre si e, portanto, não construiriam relações que uniriam os fenômenos. Dessa maneira, a razão procura na natureza o que põe nela e necessita de uma hipótese prévia.

Sendo assim, o sujeito organiza ativamente o conhecimento advindo dos sentidos por meio das estruturas mentais. Isso implica no fato que não é o sujeito que descobre as leis do objeto, mas sim o objeto que se adapta às leis do sujeito que conhece. Ou seja, o sujeito, na atividade de representar o objeto enquadra-o ativamente construindo representações através de estruturas mentais *a priori*. Como na passagem:

Até hoje admitia-se que o nosso conhecimento se devia regular pelos objetos; porém, todas as tentativas, para descobrir a priori, mediante conceitos, algo que ampliasse nosso conhecimento, malogravam-se com este pressuposto. Tentemos, pois, uma vez, experimentar se não se resolverão melhor as tarefas da metafísica, admitindo que os objetos se deveriam regular pelo nosso conhecimento, o que assim já concorda melhor com o que desejamos, a saber, a possibilidade de um conhecimento a priori desses objetos, que estabeleça algo sobre eles antes de nos serem dados. (...) Se a intuição [dos objetos] tivesse que se guiar pela natureza dos objetos, não vejo como deles se poderia conhecer algo a priori; se, pelo contrário, o objeto (enquanto objeto dos sentidos) se guiar pela natureza da nossa faculdade de intuição, posso perfeitamente representar essa possibilidade (Kant, 2001, p.21-22).

A filosofia de Kant teve vários desdobramentos, como as interpretações construtivistas idealistas de Fichte, Schelling e Schopenhauer; as pragmatistas de Hans Vaihinger e as realistas de Piaget e Karl Popper (Castañon, 2009). Arthur Schopenhauer (1788-1860) também merece destaque na herança filosófica do construtivismo, como ressalta Mahoney (2005), ao observar que o mundo da experiência forma parte da construção na qual o observador está implicado ativamente, o que é próprio de sua natureza em permanente mudança. Em “O Mundo como Vontade e Representação” Schopenhauer (1950) afirma que “o mundo é uma representação minha”. Em 1876, Hans Vaihinger desenvolveu algumas ideias de Kant sobre a possibilidade e desenvolveu a tese de que o principal objetivo dos processos mentais não é retratar ou refletir a realidade, mas ajudar as pessoas no manejo das circunstâncias de vida. Ele descrevia a mente como reciprocamente adaptativa, ou seja, a mente se adapta ao seu entorno e também adapta seus padrões de experiência (incluindo

percepção e pensamento) para atender as suas necessidades. Enfim, a mente não somente capta, mas também assimila e constrói (Mahoney, 2005). Na obra *A Filosofia do “como se”*, Hans Vaihinger (1924), defende que nossas teorias seriam ficções conscientes cujo objetivo não é alcançar a verdade sobre o mundo, e sim, orientar nossas ações eficientemente.

Talvez o pensador mais importante para a definição do construtivismo de nossos dias, seja o criador do termo, Jean Piaget (1967), que em sua obra *Logique et Connaissance Scientifique* introduziu o termo “construtivismo” a partir da sua Epistemologia Genética (Glaserfeld, 1998). Atraído pela visão dinâmica de aprendizagem descrita por Johann Herbart (1776-1841), Piaget promoveu revolucionários estudos sobre o desenvolvimento cognitivo nas crianças e descreveu o conhecimento como a busca de um equilíbrio dinâmico entre o familiar e o novo. Este equilíbrio é atingido graças à coordenação dos processos de assimilação e acomodação. A assimilação é essencialmente a incorporação de experiências novas nas estruturas de conhecimento já existentes. A acomodação é a modificação das estruturas antigas quando as experiências novas são demasiado diferentes para poder manejá-las. Qualquer aprendizagem ou desenvolvimento depende da coordenação delicada deste equilíbrio; mudamos continuamente nossa experiência para se adequar as nossas suposições e mudamos a nós mesmos para acomodar os desafios das formas passadas de experimentar. Piaget destacou que organizamos o mundo graças a que nos organizamos a nós mesmos, e este aspecto de auto-organização impregna a visão construtivista da experiência humana (Mahoney, 2005).

Em outros dizeres, Piaget (1979) ressalta que estes dois conceitos explicam a forma como o indivíduo constrói o conhecimento. Ao se deparar com uma experiência que não se adequa aos seus esquemas e teorias, uma criança ou pessoa, tenta assimilar essa experiência em seus esquemas existentes; todavia, se ela percebe que suas explicações e predições são desafiadas pela experiência repetidamente o esquema se modifica de forma a se acomodar à nova informação. Fica claro aqui o papel do ambiente na construção do conhecimento. Por se opor às expectativas do esquema, a informação que vem do ambiente se revela como independente das crenças do sujeito, explicitando o fato de que Piaget é, claramente, um realista. Dessa forma, o mundo vai moldando os esquemas ao desmenti-los, exigindo uma nova acomodação. Portanto, somos ativos quando interpretamos a experiência para assimilá-la aos nossos esquemas e teorias e quando mudamos os mesmos para se acomodarem à realidade.

A Epistemologia Genética (Piaget, 1973) aborda algumas questões da teoria do conhecimento por meio da investigação da gênese das estruturas cognitivas do sujeito. Para ele, a construção do conhecimento ocorre por meio da interação necessária entre o sujeito que conhece e o objeto conhecido, sendo o primeiro, que ativo e a partir da ação, que constrói suas representações de mundo interagindo com o objeto do conhecimento; isso implica que além das representações do objeto, o sujeito constrói as próprias estruturas mentais através das quais, posteriormente, construirá as representações do objeto. Mas a ideia de sujeito ativo na construção de suas representações da realidade generalizou-se na filosofia a partir da *Crítica da Razão Pura* de Kant (2001). A inversão do sentido na relação entre sujeito e objeto presente em Kant é, de forma geral, considerada a raiz do construtivismo contemporâneo (Mahoney, 2004; Glasersfeld, 1984).

Piaget (1979) desenvolve um modelo de desenvolvimento cognitivo construtivista sustentado empiricamente, que defende um sujeito como o principal construtor, através de sua ação no mundo, das suas estruturas cognitivas.

Dito isso, torna-se claro o compromisso de Piaget com o realismo, como aponta que “o universo constitui-se num todo de objetos permanentes, ligados por relações causais independentes do sujeito e situados num espaço e tempo objetivos” (Piaget, 1979, p.327). Na introdução de seu texto “Epistemologia Genética”, Piaget afirma:

Em poucas palavras se encontrará nestas páginas a exposição de uma epistemologia que é naturalista sem ser positivista, que põe em evidência a atividade do sujeito sem ser idealista, que se apoia também no objeto sem deixar de considerá-lo como um limite (existente, portanto, independente de nós, mas jamais completamente atingido) e que, sobretudo, vê no conhecimento uma elaboração contínua (Piaget, 1975, p. 131).

Ao rejeitar a visão empírica de que o conhecimento é imposto ao indivíduo por meio da experiência e que reflete o mundo externo como um espelho Piaget (1970), pelo contrário, argumenta que o conhecimento é ativamente construído e reconstruído através dos processos de assimilação e acomodação, e que as formas de conhecimento são moldadas pelas estruturas da mente. Tais estruturas não são fixas nem naturalmente dadas, mas construídas. Sendo assim, o papel da experiência na perspectiva de Piaget é não impor sua forma ao conhecimento, mas criar desequilíbrio que desafia o conhecedor a construir ativamente novas maneiras de entender e buscar o equilíbrio em um nível de desenvolvimento maior e mais



complexo. Em resumo, o desenvolvimento cognitivo é um processo direcional no qual velhas formas de conhecer abrem caminho para novas formas, enquanto o conhecedor continua construindo formas mais viáveis e integradas de fazer sentido do mundo.

O desenvolvimento das visões construtivistas em psicologia ocorreu de uma forma independente daquele que teve nas ciências cognitivas até as duas últimas décadas. Antes de 1955, os trabalhos acerca do construtivismo estavam sob domínio de teóricos cognitivos e da psicobiologia até que George Kelly publicou sua obra *The Psychology of Personal Constructs*, ganhando popularidade no mundo todo (Mahoney, 1997b). Kelly destacava tanto as opções como os padrões na auto-organização da personalidade, os constructos (processos de ordenamento) mostravam aspectos dinâmicos em contínua mudança; e converteu sua teoria em um enfoque psicoterapêutico no qual o papel do terapeuta consiste em desafiar habilmente a forma que o cliente constrói a si mesmo, os outros, o mundo e suas possíveis relações (Mahoney, 2005).

O construtivismo continuou a crescer durante a segunda metade do século 20. Em 1996 foi fundada a *Society for Constructivism in the Human Sciences* para promover a evolução teórica, empírica e prática que corroboram com a concepção de um ser humano ativamente complexo, socialmente enraizado e dinâmico que auto-organiza seus sistemas. Vários foram os que contribuiram para esta Sociedade, que incluem, Walter Truett Anderson, Albert Bandura, Jerome S. Bruner, James F. T. Bugental, Donald H. Ford, Viktor E. Frankl, Kenneth J. Gergen, Vittorio F. Guidano, Hermann Haken, Yutaka Haruki, Humberto R. Maturana, Joseph F. Rychlak, Francisco J. Varela, Heinz Von Foerster, Ernst Von Glasersfeld e Walter B. Weimer (Mahoney, 2004, 2005).

A respeito da visão futura desta teoria, Mahoney (1997b, p. 50) lança a seguinte pergunta: “o construtivismo continuará a dar forma e refletir futuros modelos da experiência humana?” O autor acredita que sim, mas expõe que não está convencido de que o rótulo em si vá sobreviver, pois até o ponto em que todos reivindicam ser construtivistas o rótulo irá servir para pouca coisa; e é por essa ambiguidade conceitual e terminológica que ele considera plausível a terminologia dos sistemas complexos na evolução das psicoterapias cognitivas e construtivistas. Ainda sobre o futuro, cada vez mais psicoterapeutas, cognitivos e outros, vão se denominar especialistas em sistemas complexos, uma vez que a linguagem do discurso das ciências da complexidade irá ser menos prejudicada com o excesso de bagagem histórica presente nos sistemas contemporâneos da psicologia e psicoterapia.

## 2.2. Definições

O termo ‘construtivismo’ é usualmente empregado em dois sentidos. O primeiro considera que construção é um processo de associação de partes separadas para *formar* algo; esse processo dispensa a atuação de um sujeito que constrói e seria o sentido do termo empregado pelo construtivismo social. O segundo sentido é o da tradição de Kant e Piaget, neste a construção implica um processo de *criação* mental de algo, abarcando conceitos, interpretações, análises e deduções. Essa perspectiva adota a existência de um sujeito ativo e construtor das suas cognições (Rychlak, 1999).

Um problema fundamental para esclarecer o conceito de construtivismo é o da posição acerca da natureza da realidade sendo esta a raiz da desavença epistemológica entre o objetivismo e o construtivismo. Segundo as posições objetivistas a realidade é externa, independente do sujeito e seus aspectos são passíveis de serem conhecidos pela ciência. Para o construtivismo a ciência cria a realidade no decorrer de sua prática (Watzlawick, 1984; Glasersfeld, 1998). O construtivismo filosófico oferece uma resposta para a questão da origem do conhecimento e natureza da realidade. Seguindo a concepção de construtivismo da obra de Piaget (1973), as pessoas criam hipóteses sobre a realidade, e mesmo que a nossa relação com a realidade se dê por meio destas hipóteses a realidade se revela independente destas, mas influenciam as nossas sensações. As hipóteses que são aceitas por uma metodologia passam a ser consideradas conhecimento, mesmo que provisório. Portanto, para o construtivismo da tradição kantiana o sujeito não constrói a realidade, mas suas representações dela; dito de outra forma, é o objeto que se adapta à mente do sujeito, não o contrário. De uma maneira mais geral, é a tese epistemológica de que construímos hipóteses sobre a realidade, que são testadas através das predições de como vão ocorrer nossas sensações.

Em suma, a ideia básica do que chamamos de construtivismo é a de um sujeito ativo, que constrói, organiza e dá forma às suas representações de mundo, que por sua vez se adaptam às suas estruturas cognitivas. Concluindo, a partir do que foi exposto, torna-se clara a importância em delimitar bem o que é o construtivismo visto a utilização deste termo em diversas abordagens teóricas, o que torna o sentido do termo confuso e obscurecido.

Uma vez abordado o assunto da relação sujeito e objeto do conhecimento, bem como a possibilidade, ou não, deste conhecimento acerca dos objetos, torna-se necessário definir alguns conceitos ontológicos quanto à natureza do objeto (realismo e idealismo), quanto à origem do conhecimento (racionalismo e empirismo), bem como quanto à possibilidade do conhecimento (criticismo e relativismo) e à obtenção do mesmo (objetivismo e construtivismo – tese epistemológica já definida anteriormente) a fim de melhor respaldar a definição do construtivismo enquanto tradição epistemológica e filosófica. Tais conceitos representam um ponto chave, pois se relacionam diretamente com a problemática deste trabalho; além de ser à luz destes conceitos que será norteadada a análise epistemológica da Terapia Cognitiva Construtivista realizada no capítulo 5 desta dissertação. Para isso, no entanto, não se faz necessário nada além de definições.

### 2.2.1. Natureza do objeto do conhecimento

Realismo, como exposto em Hessen (2000) é entendido como o ponto de vista epistemológico que defende a existência de coisas reais independentes da consciência. Existem diversas variações deste ponto de vista, a definir: realismo ingênuo, que concebe as coisas exatamente como percebemos objetivamente, e então o conhecimento seria uma reprodução exata (uma cópia fotográfica) da realidade (Mora, 2001); realismo natural (objetivismo), submetido a reflexões e críticas, sustenta que os objetos correspondem ao conteúdo das nossas percepções; e o realismo crítico que apóia-se que nem todas as propriedades dos conteúdos perceptivos convém às coisas, pelo contrário, a propriedade ou qualidade das coisas são apreendidas por meio dos sentidos (cores, sabores, odores), sendo assim não podemos equiparar aquilo que é percebido com o verdadeiramente conhecido, que não será mera reprodução (Mora, 2001). Então, percebe-se que a tese fundamental do realismo é a independência de objetos reais com respeito às percepções, a propriedade do objeto independe de uma consciência. Em resumo, conforme Castañon (2006), o realismo se refere às posições que admitem que haja uma realidade objetiva, independente da consciência.

Opondo-se ao idealismo, o realismo epistemológico afirma que o conhecimento é possível sem supor (como no idealismo) que a consciência impõe certos conceitos ou categorias *a priori* à realidade de forma que, o que importa na natureza do que se conhece é o dado, e de maneira nenhuma o que é colocado pela consciência ou pelo sujeito; por isso a tese de que no realismo as coisas existem fora e independente da consciência ou do sujeito (Mora,

2001). A realidade desta concepção filosófica tem uma existência exterior, determinada e autônoma independente do conhecimento, o qual seria uma correspondência entre os nossos juízos e a realidade. As principais dificuldades apontadas por Japiassú e Marcondes (2001), relacionadas ao realismo dizem respeito à possibilidade de acesso a essa realidade autônoma e predeterminada e à justificação dessa correspondência entre mente e real.

Este termo foi retomado por Kant na primeira edição do *A Crítica da Razão Pura* para indicar, por um lado, a doutrina segundo a qual o tempo e o espaço são independentes da nossa sensibilidade (realismo transcendental), e por outro, que admite a realidade, que não precisa ser deduzida, exterior das coisas. Mesmo assumindo vários nomes, o realismo de Kant permaneceu substancialmente aderido à tese da independência da existência do objeto conhecido em relação ao ato psíquico no conhecimento (Abbagnano, 2007).

No que se refere ao idealismo, este equivale à concepção de que não existem coisas reais, independentes da consciência. Toda a realidade aqui está na consciência do sujeito, de maneira que as coisas são os conteúdos da consciência, ou seja, o ser das coisas refere-se ao conteúdo da consciência do sujeito, de forma que, tão logo deixam de serem percebidas, as coisas deixam de existir (não há ser independente da consciência) (Hessen, 2000). Portanto, a esse respeito, Castañon (2006) versa que a única coisa real é a consciência, logo, a coisa-em-si é inacessível e o que somente pode-se ter certeza de existência são as ideias. Então, para o idealismo o objeto do conhecimento não é algo real, mas ideal e o mundo externo deve ser colocado “entre parênteses”. Concluindo, realismo e idealismo, na relação do sujeito com o objeto do conhecimento, defendem teses contrárias sobre a natureza do objeto (real ou ideal).

Ainda é comum empregar o termo “idealismo” para se referir ao platonismo, neoplatonismo ou a outras doutrinas filosóficas e pensadores para quem a realidade é a ideia. No sentido moderno, a diferença reside no significado de que ideia não equivale, ou nem sempre equivale, ao sentido platônico. Mora (2001) chama idealismo toda e qualquer doutrina segundo a qual o mais fundamental são os ideais, assim sendo, o idealismo se contrapõe ao realismo uma vez que este último supõe que o mais fundamental são os fatos e a realidade. De forma geral, na verdade quando se fala em idealismo é comum entendê-lo com sendo o idealismo alemão pós-kantiano que considera o real como constituído pela consciência (Japiassú & Marcondes, 2001). A tese mais central do idealismo consiste em adotar não o mundo ou as coisas exteriores, mas o ser, o sujeito, a consciência, o “eu representativo”, assim, o idealismo começa no sujeito. Considerando isso, o idealismo constitui um esforço

para responder à pergunta: como as coisas podem ser, de modo geral, conhecidas? Neste sentido, o idealismo é “cauteloso” e “desconfiado” em relação a tudo que é real, ou melhor dito, ao que pretende ser real como os modelos da realidade. De fato, tal pergunta pressupõe que as coisas que se declaram como reais serão aquelas cognoscíveis, pois para o idealismo “ser” significa basicamente ser dado à consciência no sujeito, ser conteúdo da e estar contido na consciência do sujeito.

Kant está no centro do pensamento idealista na sua forma de “idealismo transcendental” que consiste em enfatizar a função do “colocado” no conhecimento, ou seja, não afirma que os objetos externos não existem, mas afirma que a existência deles não é cognoscível mediante percepção imediata. Portanto, não fundamenta o conhecimento no dado, mas faz deste uma função do colocado. Dito de outra forma, o idealismo transcendental considera os objetos da experiência, enquanto dados no espaço e no tempo, como fenômenos distintos da realidade em si, que aqui é incognoscível. O objeto só existe em uma relação de conhecimento e os fenômenos são considerados como simples representações, e não como coisas em si. O idealismo transcendental liga o ponto de vista kantiano que concebe o “eu penso” como o princípio fundamental do conhecimento. Enfim, o idealismo não pressupõe nenhuma tese sobre a estrutura da realidade, mas resulta de um exame das condições do conhecimento (Mora, 2001; Japiassú & Marcondes, 2001; Abbagnano, 2007).

### 2.2.2. Origem do conhecimento

Quanto à origem do conhecimento existem duas teses epistemológicas tradicionais, o racionalismo e o empirismo. Define-se como racionalismo a concepção de que o pensamento, a razão, são as principais fontes de conhecimento; então, e só então, um conhecimento é autêntico se a razão julga dessa forma, possuindo necessidade lógica e validade universal. Assim, do ponto de vista racionalista, o conhecimento genuíno depende do pensamento, e este é a verdadeira (exclusiva) fonte e fundamento daquilo que se conhece. O conteúdo do conhecimento é deduzido de princípios lógicos; é mérito e característica do racionalismo a importância dos fatores racionais no conhecimento humano (Hessen, 2000; Japiassú & Marcondes, 2001). O racionalismo considera que o real é, em última análise, racional, portanto; a razão é capaz de conhecer o real e chegar à verdade das coisas; como defendia Hegel que aquilo que é racional é real, e o que é real é racional. Hegel foi o primeiro a caracterizar o racionalismo como a corrente que vai de Descartes a Spinoza, a qual ele

entendeu como a metafísica do intelecto. No entanto, Abbagnano (2007) propõe que Kant foi o primeiro a adotar esse termo como símbolo de sua doutrina dando o nome de Racionalismo a sua filosofia transcendental que defendia que da natureza sensível toma apenas o que a Razão Pura pode pensar por si.

López (2010) discorre que o racionalismo pretende encontrar um fundamento objetivo para o conhecimento, realidade e identidade, situando estes aspectos fora do corpo, das emoções pessoais e da história social do sujeito. O pensamento é o meio pelo qual a identidade é explicada, e relegando o segundo lugar à experiência, a razão que designa a faculdade pela qual é possível conhecer a própria experiência.

O empirismo se contrapõe à tese racionalista afirmando que a única fonte do conhecimento humano, direta ou indiretamente, é a experiência sensível interna ou externa, as sensações e percepções (Japiassú & Marcondes, 2001; Mora, 2001). Sendo assim, em antítese, o pensamento não possui nenhum privilégio, uma vez que a consciência não retira seus conteúdos da razão; todos os conceitos (universais e abstratos) e conteúdos são provenientes exclusivamente da experiência. Uma vez que o racionalismo é conduzido por um ideal de conhecimento, o empirismo parte de fatos concretos, e para provar a importância da experiência para que o conhecimento ocorra, por exemplo, primeiro a criança tem percepções concretas que vão formando representações e conceitos gerais, e estes, por sua vez, se desenvolvem por meio da experiência. Nessa perspectiva, é inútil procurar conceitos que se formam independente da experiência. Na relação com o objeto, os aspectos empíricos estão acima dos racionais e o conteúdo da experiência são ideias ou representações. A identidade sob esta concepção tem consciência dos aspectos temporais e da própria existência, de forma que, somente por este meio, o sujeito tem consciência da sua própria vivência (López, 2010).

Dessa maneira o empirismo é considerado uma doutrina filosófica para a qual a experiência é a fonte da verdade, esta deve ser posta à prova, e logo, pode ser eventualmente modificada, corrigida ou abandonada. Portanto, Abbagnano (2007) expõe que o empirismo não se opõe à razão, a não ser quando esta pretende estabelecer verdades que valham em absoluto. Nada se encontra no espírito que não tenha antes estado nos sentidos, a não ser o próprio espírito como afirma Leibniz (Japiassú & Marcondes, 2001). É provável que dessa observação de Leibniz que se tenha chegado aos conceitos de empirismo, racionalismo e da oposição entre ambos. O racionalismo defende a tese da necessidade da razão, para o empirismo essa necessidade não existe e, portanto, toda e qualquer concatenação de verdades

deve ser posta à prova. Ora, os melhores e mais diretos instrumento que o homem dispõe para a verificação de si mesmo e das realidades são os órgãos dos sentidos, desse modo, o empirismo se apresenta na maioria das vezes como o recurso a evidência sensível para decidir o que deve ser considerado real (Abbagnano, 2007). Mora (2001) chama esse empirismo de moderado ou crítico, no qual o conhecimento requer ser examinado e controlado por algum esquema ou quadro conceitual. Concluindo, essas são as características típicas do empirismo moderno que se iniciou com Locke e não incluem, como se vê, nenhuma renúncia ao uso de instrumentos racionais ou a qualquer tipo de generalização, hipótese ou teorização desde que essas sejam confirmadas ou refutadas (Abbagnano, 2007).

Mahoney (1998) concorda com o exposto acima, nas suas palavras:

A polaridade dominante naquela época oscilava entre o racionalismo clássico e o empirismo nascente, o que também representava um confronto entre a lealdade para com a mente ou para com o corpo. Os racionalistas estavam do lado da mente, sendo a matemática a forma mais pura de linguagem. Os empiristas eram os campeões da experiência e das sensações do corpo. Suas questões tornaram-se pontos de referência clássicos na história do pensamento sobre o conhecer (Mahoney, 1998, p. 111).

Guidano (2001) sobre a questão do empirismo explica que esta visão epistemológica é a base na terapia comportamental. Pontua que para o empirismo existe uma realidade fora, objetiva, única, uma ordem precisa na qual está contida o significado das coisas. O conhecimento por sua vez consiste em ter sensações puras dessa realidade, não sendo interferido pelos pensamentos e juízos, ou seja, mais pura será a percepção quanto menos influenciada por pensamentos, e ainda, se a realidade é única e objetiva e contem os significados da vida, o que se faz é somente receber sensações puras. A consequência disso seria um organismo passivo a essa realidade externa unívoca; o conhecimento vem de fora e imprime sua ordem internamente para corresponder à ordem externa. Em outros dizeres, um organismo unicamente respondente e determinado pela primazia do ambiente externo.

### 2.2.3. Possibilidade do conhecimento

Feitas as considerações a respeito das teses, ontológicas, realismo-idealismo acerca da natureza do que se conhece (objeto) e as definições empirismo-racionalismo sobre a origem do conhecimento, passemos agora a definir as teses, acerca da possibilidade do conhecimento, defendidas pelo criticismo e relativismo.

Criticismo é a doutrina kantiana que se ocupa em estudar as condições de validade e limites do uso da razão. Ao situar sua própria filosofia Kant aponta relativamente dois perigos: o perigo do dogmatismo que confia demasiadamente na razão, sem desconfiar das especulações, e o perigo do empirismo, que por medo dos erros dogmáticos, reduz tudo à experiência. O criticismo de Kant procura instaurar um uso justo da razão após fazer uma triagem do que lhe é possível; e ao colocar a questão do que é o conhecer afirma que o sujeito não apreende as coisas como são em si, mas submete-as à sua lei, às formas a priori da sensibilidade e às categorias do seu entendimento (Japiassú & Marcondes, 2001; Abbagnano, 2007).

Defendido por Hessen (2000) como um ponto de vista intermediário entre o dogmatismo e o ceticismo, o criticismo pressupõe que o conhecimento é possível e a verdade existe. Enquanto o dogmatismo aceita toda afirmação da razão humana e não reconhece limites para a capacidade humana de conhecimento, o criticismo junta à confiança no conhecimento humano uma desconfiança com relação a qualquer conhecimento determinado, pondo à prova toda afirmação da razão humana, portanto, o criticismo não é nem cético nem dogmático, mas inquisidor. Como dito acima, Kant foi o fundador do criticismo, chegando a esse ponto de vista após ter passado tanto pelo dogmatismo quanto pelo ceticismo que para ele são doutrinas unilaterais. O primeiro confia cegamente na capacidade da razão e o segundo é a desconfiança, sem crítica prévia, contra a razão pura. Superando os dois, o criticismo tanto investiga a fonte das afirmações e objeções quanto os fundamentos nos quais repousam. Neste sentido, o criticismo defende que nossas representações se referem a objetos que existem independentes de nossa mente, e que de alguma forma influenciam nossas teorias sobre eles (Castañon, 2009).

O relativismo é definido por Japiassú e Marcondes (2001) e Mora (2001) como a doutrina que considera todo conhecimento relativo, dependente do contexto e que varia de acordo com as circunstâncias, sendo assim, é impossível estabelecer um conhecimento absoluto e uma certeza definitiva de caráter universal. Essa concepção considera os valores morais como relativos a uma determinada cultura e época, variando no espaço e no tempo. Abbagnano (2007) concorda com o exposto ao definir o relativismo como a tese que afirma a relatividade do conhecimento no sentido que o sujeito tem uma ação condicionante sobre os objetos do conhecimento, ou seja, todos os objetos existem e podem ser conhecidos apenas em relação com as faculdades humanas e em condições por essas mesmas faculdades. Em



outras palavras, os fenômenos só subsistem em relação com o sujeito cognoscente. Deste ponto de vista são negadas as verdades absolutas, de modo que essas são sempre relativas ao homem e são válidas porque são úteis a ele; por isso, o ditado de Protágoras – tomado no sentido do subjetivismo individual - “o homem é a medida de todas as coisas” (tomando-se como medidas das coisas o homem como indivíduo) vale para o relativismo.

Enquanto o ceticismo ensina que não há verdade alguma, o subjetivismo e o relativismo consideram que ela existe, porém é limitada por não pressupor alguma que seja universalmente válida (Hessen, 2000). O subjetivismo restringe a validade da verdade ao sujeito que conhece e é definido como a doutrina que reduz a realidade ou os valores a estados do sujeito, então, considera as coisas segundo um ponto de vista subjetivo e pessoal privilegiando o sujeito, na relação de conhecimento, em detrimento do objeto – oposto ao que é defendido pelo objetivismo, como veremos adiante. Nesse sentido, o subjetivismo é uma forma de idealismo porque reduz a realidade das coisas às ideias, representações e percepções do sujeito, sendo impossível à consciência alcançar a objetividade (Japiassú & Marcondes, 2001; Abbagnano, 2007). O subjetivismo ancora o conhecimento humano no sujeito e desloca o mundo das ideias para ele, sendo que não é do objeto, mas desse sujeito, que a consciência cognoscente recebe seus conteúdos. Então, não há objetos independentes da consciência, tão pouco nenhum ser real independente do pensamento, ao contrário, todos os objetos são produtos da consciência (Hessen, 2000).

O relativismo tem parentesco com o subjetivismo porque defende que toda verdade tem validade relativa, mas enquanto o subjetivismo concebe o conhecimento humano dependente de fatores que residem no sujeito cognoscente, o relativismo enfatiza mais a dependência do conhecimento a fatores externos como a influência do meio ambiente e da época, bem como a pertinência a uma determinada cultura e aos fatores nela contida (Hessen, 2000; Mora, 2001).

O relativismo foi um fenômeno moderno ligado à cultura do século XIX e que teve sua máxima manifestação exposta por Spengler em seu livro *A Decadência do Ocidente* no qual afirmou não só a relatividade do conhecimento ("só há verdades em relação a uma hominidade determinada"), mas também na da verdade moral, na medida em que cada cultura tem seu próprio critério, cuja validade começa e termina com ela. Neste sentido o relativismo afirma a relatividade dos valores somente porque considera necessária a relação entre eles e a época histórica a qual pertencem (Abbagnano, 2007; Hessen, 2000).

#### 2.2.4. O problema do objetivismo

Vamos agora à definição de objetivismo. Na concepção de Abbagnano (2007) e Japiassú e Marcondes (2001) o objetivismo em teoria do conhecimento e filosofia da ciência é a concepção que valoriza, na relação de conhecimento, o objeto em detrimento do sujeito (oposto ao subjetivismo, como dito anteriormente), ou seja, é a doutrina que admite a existência de objetos, significados, conceitos, verdades, valores e normas válidos independentemente das crenças e opiniões do sujeito.

Então, no ponto de vista do objetivismo o elemento decisivo na relação do conhecimento é o objeto; é ele que determina o sujeito, e este (que de certo modo copia as determinações do objeto) deve se ajustar àquele. Isso pressupõe que o objeto se coloca diante do sujeito cognoscente como algo pronto e em si mesmo determinado; este é o ponto nuclear do objetivismo. Para ele os objetos são algo dado que apresenta uma estrutura definida que será reconstruída pela consciência cognoscente (Hessen, 2000). Ou seja, Castañon (2007a) expõe que no objetivismo o objeto determina no sujeito a representação que este tem dele, por isso o objeto é algo dado como uma estrutura de alguma forma imposta ao sujeito na relação de conhecimento, e as representações que temos do mundo, mesmo que não sejam idênticas ao objeto, são determinadas por ele.

Platão foi o primeiro a defender um objetivismo tal como acabou de ser descrito, sua doutrina das ideias foi a primeira formulação clássica do pensamento objetivista. Para Platão, as ideias são realidades objetivamente dadas que forma uma ordem fatural, um reino objetivo, e como os objetos do mundo sensível se revelam a uma percepção sensível, os objetos do mundo suprassensível se revelam a uma intuição não sensível, a contemplação das ideias. O centro de gravidade do conhecimento está no objeto, no reino objetivo das ideias ou essencialidades sobre os quais se assenta o edifício do conhecimento (Hessen, 2000).

Dessa forma, não podemos confundir objetivismo com realismo e racionalismo. O racionalismo crítico defendido por Niiniluoto (1999) é um tipo de filosofia construtivista na medida em que concebe o processo de conhecimento como parte da atividade do indivíduo que constrói suas teorias e hipóteses sobre a realidade, mas não ela mesma; além de realista, pois considera que a realidade é estável e independente do sujeito, que julga as teorias sobre ela. Fica claro que, o racionalismo crítico de forma alguma é objetivista, uma vez que defende que nossas crenças e teorias não são cópias fiéis da realidade nem provocadas por ela, mas

modelos dela que são falsificados de tempos em tempos e que exige do sujeito a construção de um novo modelo.

#### 2.2.5. Construtivismo e Objetivismo: definição por contraste

Vejamos de forma mais detalhada, porém breve, quais os pressupostos do objetivismo tradicional são rejeitados pelo pensamento construtivista. Viaplana e Besora (2000) ressaltam que o construtivismo, como já foi repetidamente dito, propõe que o sujeito (observador) é quem ativamente constrói o conhecimento do mundo e que a realidade pode ser interpretada sob distintas formas; assim, a ideia de adquirir um conhecimento verdadeiro acerca da realidade desaparece, como foi exposto no parágrafo anterior. Essa visão contrasta com a postura objetivista que sustenta que a realidade se representa diretamente na mente do sujeito, que recebe passivamente os estímulos do meio. Assim, para o objetivismo, a realidade é o que os sentidos nos manifestam, enquanto que para o construtivista os sentidos somente nos fazem sensíveis à experiência, na construção da qual o nosso sistema participa ativamente. Concordando com isso, e em outras palavras, Camejo (2006) versa que para o construtivismo todo conhecimento deixa de ser concebido como uma representação da realidade externa e passa a ser concebido desde as experiências do sujeito e de sua atividade cognoscitiva e o sujeito deixa de ser cognitivamente passivo frente ao objeto de seu conhecimento. O sujeito dá estrutura às suas experiências.

Sendo assim, de forma comparativa, as duas posturas epistemológicas (construtivismo e objetivismo) se contrastam no seguinte: sobre a natureza do conhecimento o construtivismo afirma este como uma construção da experiência, como invenção de novos marcos interpretativos e como um processo evolutivo moldado pela invalidação resultante de mecanismos seletivos e mediante interpretações sucessivas mais abarcadoras; enquanto no objetivismo o conhecimento é uma representação direta do mundo real e resultado do descobrimento da realidade factual moldado por aproximações sucessivas a uma verdade absoluta através da acumulação de dados. Acerca dos critérios para a validação do conhecimento, na visão construtivista, ocorre por meio da consistência interna com as estruturas existente de conhecimento, ou seja, a validação é mediante o ajuste e viabilidade (precisão das predições de acordo com o marco interpretativo em uso) da diversidade de significados possíveis e de interpretações alternativas; na visão objetivista a validação é proporcionada diretamente pelo mundo real mediante os sentidos e correspondência entre as

representações e a realidade de forma que o único significado válido é a verdade. Sobre as características estruturais, o construtivismo defende o conhecimento como captação de diferenças e estruturado em um sistema hierárquico e auto-organizado; já o objetivismo defende o conhecimento como formação de conceitos – captação de qualidades inerentes aos objetos do mundo real – na classificação, categorização e acumulação. A interação humana se caracteriza por um acoplamento estrutural, ou encaixe mútuo, das estruturas dos organismos no construtivismo e pela interação instrutiva, ou transmissão de informação, de um organismo a outro no objetivismo. Por fim, os seres vivos na perspectiva construtivista são pró-ativos, planejadores e orientados para fins versus organismos puramente reativos na perspectiva objetivista (Viaplana & Besora, 2000).

#### 2.2.6. Construtivismo: conclusão

Concluindo este tópico, de forma a complementar a definição de construtivismo da sessão anterior, podemos dizer que se trata de uma posição filosófica que se baseia numa concepção acerca da relação entre o sujeito que conhece e o objeto conhecido na qual este último não é um dado que se apresenta ao indivíduo como se fosse um protocolo de uma constatação, mas um constructo, algo construído. Neste sentido, é construtivista toda a teoria do conhecimento que afirma que o sujeito vai ao objeto, e não parte dele; e no processo de conhecimento, este, longe de constituir um reflexo da realidade, resulta de uma atividade do sujeito que organiza e estrutura os dados da experiência (Japiassú & Marcondes, 2001).

Sintetizando, define-se construtivismo pelas teses de que: as representações da realidade são condicionadas por estruturas da mente, e construídas por ela; as hipóteses sobre o funcionamento do objeto podem ser alteradas e substituídas tão logo as hipóteses se revelem inadequadas ao objeto; o objetivismo, deste ponto de vista, é equivocado, pois o objeto não determina completamente as representações que o sujeito (passivo) tem dele; e por se tratar de uma tese epistemológica o construtivismo se divide em vertentes ontológicas realistas e idealistas, pois não assume uma posição única acerca da natureza do objeto do conhecimento (Castañon, 2009). A partir dessas definições de construtivismo e das teses sobre a relação sujeito-objeto do conhecimento, analisaremos nos capítulos quatro e cinco as afiliações epistemológicas e ontológicas da terapia cognitiva construtivista.

## **CAPÍTULO 3. TERAPIA COGNITIVA CONSTRUTIVISTA**

Neste capítulo serão definidos os princípios básicos da Terapia Cognitiva Construtivista, no entanto, para uma correta compreensão desta abordagem será necessário apresentar, inicialmente, algumas ideias e fundamentos da modalidade psicoterapêutica que lhe precedeu, a de Aaron Beck. Em seguida, serão expostos os constructos teóricos referentes aos temas básicos do Construtivismo terapêutico, que estão implicados durante a psicoterapia, pois recaem sobre a forma como o ser humano constrói ativamente os significados que ordenam a experiência. Por último, o objetivo é apresentar as características e fundamentos conceituais da prática da Terapia Cognitiva Construtivista, com a finalidade de definir conceitos e concepções importantes relacionados à mudança pessoal e reconstrução inerentes ao processo terapêutico.

### **3.1. Terapia Cognitiva**

Beck, Rush, Shaw e Emery (1997) definem a terapia cognitiva como uma abordagem diretiva, ativa, estruturada e com prazo limitado, utilizada para tratar uma série de transtornos psiquiátricos como os distúrbios de humor e ansiedade. Esta abordagem se fundamenta na tese de que as emoções e os comportamentos de uma pessoa são determinados pelo modo como o mundo é estruturado cognitivamente. Por sua vez, as cognições são definidas como eventos verbais ou pictóricos que ocorrem no fluxo do pensamento e que são baseadas em esquemas desenvolvidos ao longo do tempo.

O modelo cognitivo defende, segundo Beck (1997), a influência do modo particular de uma pessoa perceber os eventos sobre as emoções e comportamento, sendo assim, não é uma situação em si que define o que um indivíduo sente e pensa, mas a maneira como ela a interpreta. A percepção da situação é o intermédio da resposta emocional.

A autora aponta que o terapeuta se interessa em um diferente nível de pensamento que ocorre simultaneamente com o nível mais superficial e plenamente consciente. Nesse nível, os pensamentos não são provenientes do raciocínio, pelo contrario, surgem automaticamente, de repente, e por isso, são chamados de pensamentos automáticos e são breves. Um pensamento disfuncional decorrente de uma interpretação errônea de um fato faz surgir certos tipos de humor, em decorrência disso, quando tais pensamentos são submetidos a uma reflexão racional, em geral, as emoções mudam (Beck, 1997). O que diz respeito ao surgimento dos pensamentos e às formas de uma pessoa interpretar uma situação diferente de outra está relacionado a fenômenos cognitivos mais duradouros, as crenças (Beck, 1997). As crenças serão tratadas mais adiante nesta dissertação.

As técnicas psicoterapêuticas são empregadas para identificar, testar e reestruturar os esquemas disfuncionais que estão sob as cognições. Desta forma, o terapeuta ajuda a reavaliar e corrigir os erros no pensamento do paciente, promovendo neste uma maneira de pensar e agir mais realista e adaptativa, reduzindo os sintomas (Beck et al., 1997).

Como em Beck et al. (1997), as estratégias cognitivas e comportamentais usadas na terapia cognitiva para corrigir as concepções errôneas ensinam ao paciente a monitorar os pensamentos negativos; reconhecer a relação entre emoção, cognição e comportamento; examinar seus pensamentos e substituir por crenças menos disfuncionais que não distorcem sua experiência. Para tanto, as técnicas focalizam a lógica, a validade e adaptatividade de tais pressuposições distorcidas. Esta investigação lógica e empírica, característica do modelo cognitivo, leva o paciente a um processo de aprendizagem, no qual ele aprende a perceber e questionar os pensamentos sem reflexão que estão relacionados ao problema.

Sudak (2008) afirma que as técnicas psicoterapêuticas assumem a premissa de que mudando as cognições e o comportamento os sintomas também serão reduzidos. A terapia ajuda o paciente a perceber que o modo como atribuem significado ao eventos provém de sua própria percepção idiossincrática, assim aprendem a avaliar a validade dos significados.

A terapia cognitiva se diferencia das abordagens tradicionais. Segundo Beck et al. (1997), pela estrutura formal das entrevistas e tipos de problemas focalizados. O Empirismo Colaborativo ilustra isso pela postura ativa e interativa do terapeuta, engajando a participação e colaboração do paciente. Em comparação com a terapia psicanalítica, por exemplo, a terapia cognitiva trabalha com problemas recentes e não faz interpretações de fatores inconscientes. A respeito do contraste da terapia comportamental, cuja ênfase está no determinismo

ambiental, a abordagem cognitiva enfatiza a experiência mental (interna) e consequente investigação empírica sistemática sobre tais atividades internas.

O papel do terapeuta cognitivo, então, é desenvolver hipóteses sobre como o paciente passou a reagir da forma como faz e definir os elementos no estilo dos esquemas que operam. Neste ponto, é imprescindível que o terapeuta faça uma conceitualização, para desenvolver uma estrutura de tratamento que reestruture os pensamentos, suposições, imagens, significados e crenças específicas (Freeman, 1998).

Freeman (1998) concorda com o exposto acima ao afirmar que a terapia cognitiva é caracterizada por intervenções baseadas na realidade e centraliza-se na alteração das visões tendenciosas que os indivíduos têm de si próprios, de sua situação e dos repertórios empobrecidos em gerar soluções para os problemas. Neste sentido, é fundamental estabelecer uma estrutura racional e efetiva para o tratamento a fim de que haja continuidade e concentração nas questões a serem tratadas. Reiterando, conforme Gilson (1998), a colaboração com o paciente promovida pelo modelo cognitivo ajuda a definir o problema e utiliza do bom senso para modificar os pensamentos e melhorar o funcionamento.

Beck e Alford (2000) declaram que a teoria cognitiva articula a maneira como os processos cognitivos estão envolvidos na psicopatologia e na psicoterapia. Sendo assim, na teoria da terapia cognitiva o comportamento mal adaptativo é compreendido em função da natureza do processamento de informação e da atribuição de significado, que segundo as conceituações idiossincrásicas, descrevem os quadros psicopatológicos. Portanto, a estrutura teórica desta abordagem constitui uma teoria de teorias, ou seja, é uma teoria formal a respeito de teorias pessoais da realidade. Em tese, a terapia cognitiva é a aplicação da teoria cognitiva de psicopatologia em cada caso e que inclui uma série de princípios e axiomas, descritos a seguir.

Para delinear os axiomas formais da terapia cognitiva é necessário definir como o conceito de cognição é usado na TC. Segundo Beck e Alford (2000) cognição é aquela função que envolve deduções sobre os eventos, bem como a ocorrência e o controle de experiências futuras, sendo assim, a cognição envolve o processo de identificar e prever relações complexas entre os eventos de modo a facilitar o ajustamento do indivíduo ao ambiente. Visto isso, os axiomas (postulados ou proposições formais que definem uma teoria) são os seguintes: o funcionamento ou adaptação psicológica consiste em estruturas de significado (esquemas) e se referem à maneira como uma pessoa interpreta um determinado contexto; o

segundo axioma, que diz respeito da atribuição de significado, postula que o sentido atribuído à situação ativa estratégias para adaptação e controla os sistemas psicológicos; estes sistemas são interativos e as categorias de significado traduzem padrões específicos de memória, emoção, atenção e comportamentos, denominado de especificidade do conteúdo cognitivo; o quinto axioma diz que os significados são corretos ou incorretos em relação a um determinado contexto, ou seja, um significado é disfuncional quando há erros no conteúdo e no processamento cognitivos; o postulado da vulnerabilidade cognitiva descreve as predisposições em fazer distorções cognitivas específicas que predis põem o indivíduo a desenvolver síndromes específicas; a psicopatologia é vista em termos dos significados disfuncionais em relação ao self, ao contexto (mundo e outras pessoas) e ao futuro (objetivos) denominado tríade cognitiva e que está relacionada ao conteúdo cognitivo; o oitavo axioma descreve dois níveis de significado, um público e outro pessoal ou privado; existem três níveis de processamento da realidade, o pré-consciente ou automático, o nível consciente e o metacognitivo, caracterizado como mais realista e adaptativo; por último, postula que as estruturas esquemáticas teleonômicas têm a função de facilitar a adaptação, uma vez que um estado psicológico não é adaptativo em si mesmo, mas em relação ao ambiente social. Por fim, estes axiomas não são princípios estáticos, além de serem inter-relacionados.

Dentro dessa ampla definição da terapia cognitiva, faz-se necessário definir, ainda, alguns conceitos e princípios teóricos que tornam específica esta abordagem psicoterápica. Desde a infância as pessoas desenvolvem crenças sobre si mesmas, outras pessoas e o mundo. As crenças centrais são entendimentos e ideias consideradas verdades absolutas, sendo que a interpretação de um evento será em conformidade com a crença ativada. As crenças centrais são globais, rígidas e supergeneralizadas e influenciam uma classe intermediária de crenças que são as atitudes, regras e suposições (Beck, 1997).

Crenças nucleares são as ideias mais enraizadas sobre si mesmo, as pessoas e o mundo, e independente da situação a pessoa vai reagir de acordo com as crenças. Elas se fortalecem durante a vida e molda o jeito de ser de modo que se as crenças disfuncionais não forem corrigidas se cristalizam e se tornam absolutas e imutáveis para o sujeito. Mudar estas crenças modifica os estados psicopatológicos, e tal mudança se constitui como um dos objetivos da terapia cognitiva (Knapp, 2004; Falcone, 2001). O autor defende que nos transtornos emocionais estas crenças são ativadas e tornam o processamento da informação



tendencioso, no sentido que o sujeito extrai da realidade aquelas informações que confirmam a crença disfuncional e negligenciam as evidências contrárias.

Os conceitos de crenças e esquemas muitas vezes são usados para designar os mesmos processos, mas Knapp (2004,) adota uma diferença que define os esquemas como estruturas e as crenças como o conteúdo dos esquemas. Dessa forma, esquemas se referem a estruturas internas que armazenam ideias e experiências e organizam informações determinando a forma como os eventos são percebidos e definidos.

A estrutura dos esquemas é consistente e tem como conteúdo as crenças; além disso, os esquemas orientam a seleção, a codificação e a organização tanto das novas quanto das informações adquiridas anteriormente. Portanto, as crenças são representações internas dos dados provenientes do processamento da informação que formam a base para a interpretação das experiências da vida. Os esquemas estruturam de uma maneira estável a cognição, as emoções e o comportamento no decorrer do tempo (Knapp, 2004).

Segundo Knapp (2004), todos os dias ocorrem milhares de pensamentos, a maioria deles são rápidos, involuntários e automáticos, por isso, não percebemos conscientemente. Os pensamentos automáticos que são exagerados, distorcidos, equivocados ou disfuncionais interferem nas emoções e no comportamento, assim, a mudança nos pensamentos automáticos faz o humor do paciente melhorar, assim como quando a crença é modificada promovendo uma melhora do transtorno.

Os pensamentos automáticos podem ocorrer através de eventos externos ou internos, mas são fáceis de identificar e modificar; porém, eles podem ocorrer sob forma de imagens mentais. Ainda, esses tipos de pensamentos podem ser de três tipos: distorcidos quando acontecem mesmo diante de evidências contra; acurados, mas com a conclusão distorcida e acurados, mas completamente mal adaptativos (Knapp, 2004).

Enfim, os pensamentos automáticos têm as seguintes características: ocorrem junto com outros pensamentos; não são fruto de reflexão ou vontade; não são submetidos à avaliação crítica; passam despercebidos se não forem monitorados; são associados com emoções específicas relacionadas ao conteúdo do pensamento; são rápidos e breves e podem ser verbais ou imagéticos, porém é possível identificá-los e avaliá-los quanto à validade e utilidade (Knapp, 2004).

Dattilio e Freeman (1995) sugerem que esquemas orientam e organizam o processamento de informações e as experiências; esses esquemas também são os responsáveis

pelas distorções cognitivas e por aumentar ou diminuir a vulnerabilidade do indivíduo. Essas regras básicas da vida são formadas com a acumulação do aprendizado nas diversas experiências interpessoais, e em geral o efeito dos esquemas sobre a vida de uma pessoa depende de como esse esquema é mantido, de como ele é considerado essencial para a sua segurança, de que forma a pessoa aprendeu a valorizar esse esquema, o momento que foi internalizado, bem como quem reforçou o esquema e com que ênfase.

Agora veremos a concepção de esquema segundo Young, Klosko e Weishaar (2008) os quais definem como uma estrutura, uma armação ou uma conformação. Quando um esquema se desenvolve a partir de experiências infantis nocivas ele se torna desadaptativo, de modo que assume uma temática padronizada e ampla formada por memórias, emoções e sensações que se relacionam a si mesmo e ao relacionamento interpessoal. Em suma, são elaborados ao longo da vida e são significativamente disfuncionais em termos de padrões autoderrotistas e repetitivos.

Um esquema desadaptativo remoto se refere às memórias, emoções, sensações e cognições que giram em torno de experiências na infância. Dessa forma, quando uma pessoa se depara com estímulos que relembrem esse evento infantil, através das emoções e sensações que foram armazenadas, o esquema é ativado fazendo o indivíduo experimentar medo, raiva, aflição, vergonha e outras emoções negativas (Young, Klosko & Weishaar, 2008).

Para concluir este subitem, vale citar os escritos de Baringoltz e Levy (2008), que descrevem a terapia cognitiva como uma classe de psicoterapia com aproximação pragmática, focada na resolução de problemas e cujo campo é definido atualmente em três conjuntos distinguíveis entre si: Cognitivo-comportamental, o modelo de Reestruturação Cognitiva e o modelo Construtivista. De forma resumida, para as muitas correntes cognitivas, pode-se identificar uma prática comum: o exercício de uma introspecção ativa, orientada a uma atenção seletiva de aspectos do próprio funcionamento mental que prioriza os componentes cognitivos passíveis de serem reformulados de maneira verbal. Por fim, a terapia cognitiva pode prover um amplo e coerente paradigma para guiar a prática clínica.

### **3.2. Terapia Cognitiva Construtivista**

Existem muitas expressões diferentes da psicoterapia construtiva, algumas delas refletem o legado das tradições cognitivo-comportamentais, e outras descansam nos enfoques

humanístico-existenciais, ademais, a prática psicoterápica deste ponto de vista supõe aceitar a legitimidade da sua diversidade. A terapia cognitiva construtivista inclui uma variedade de técnicas, mas não se define por alguma técnica específica, e sim pela maneira em que as diferentes técnicas se adaptam ao indivíduo e ao ritmo do desenvolvimento. Ainda mais importante, o enfoque cognitivo-construtivista em psicoterapia reconhece a relevância das relações humanas no bem-estar global (Mahoney, 2005).

A terapia construtivista implica uma relação compassiva, uma atitude colaboradora, uma afirmação da esperança e o equilíbrio dos ciclos de experiência. Cada um destes aspectos é respeitoso com a fenomenologia e com a realidade construída exclusivamente desde a existência de cada sujeito, de forma que, conhecer o funcionamento de cada pessoa é a essência da avaliação construtivista conforme Mahoney (2005).

Rodríguez & Bello (2003) concordam com o exposto acima ao afirmarem que a proposta do construtivismo para a relação terapêutica inclui dois papéis, em que um é o expert, e o outro, também. Tão pouco a relação pode ser definida como professor – aluno em que está garantida a capacidade de adivinhação ou escolha de uma fórmula adequada por parte do terapeuta; antes disso, o terapeuta é um profissional estratégico de ajuda que se mantém atento às oscilações emocionais em curso a fim de facilitar a compreensão do paciente a respeito do que está sendo reconstruído.

Os princípios básicos da prática construtivista em terapia cognitiva incluem uma forma especial de relação humana, que aliada à prática ativa de técnicas, criam cursos de ações dirigidas aos processos de mudança dos padrões de experiência. A relação terapêutica se caracteriza por ser um vínculo humano criado ente os indivíduos (um que busca e um que oferece ajuda) cujo estilo é de colaboração, empatia e cuidado e que se centra nos pontos fortes do cliente. Em suma, o objetivo principal desta abordagem psicoterapêutica é proporcionar um estímulo compassivo e apoio profissional enquanto os indivíduos trabalham para organizar a si mesmos e suas vidas, e tais reorganizações incluem rever as emoções, que não são perigosas, mas expressões naturais de proteção e manutenção do sentido de equilíbrio e ordem da própria história (Mahoney, 2005).

### 3.2.1. Temas básicos do Construtivismo terapêutico

Cinco temas e princípios básicos interdependentes permeiam a teoria filosófica construtivista: agency, ordem, self, processos simbólico-sociais e desenvolvimento de vida

dinâmico. Neste sentido, Mahoney (1998, 2004, 2005) e Mahoney e Granvold (2005), propõem que, em primeiro lugar, a experiência do ser humano envolve um processo contínuo ativo, diferentes das formas deterministas que presumem o indivíduo como passivo na relação com forças maiores; este primeiro princípio se refere à natureza dos seres vivos como agentes ativos na dinâmica de suas próprias vidas; isto significa que o ser humano participa na criação da realidade pessoal a qual reage numa reciprocidade entre si mesmo e o ambiente, ou seja, as pessoas fazem escolhas importantes na sua vida, que se conectam na vida de outros. O construtivismo não nega o condicionamento, porém a unidade de sobrevivência é fundamentalmente proativa, em resumo, os seres humanos são agentes ativos que atuam no mundo. Em outros escritos, Mahoney (1993), compara o construtivismo com modelos relativamente passivos de mente como o do processamento de informação, de maneira que, em contraste, a mente não é vista como um depósito de informações nos processos de conhecimento.

Em segundo lugar, argumenta-se que a atividade humana é dedicada à ordenação do padrão de organização da experiência através de processos emocionais de organização. A ordem sustenta que os indivíduos estabelecem, mantêm e elaboram uma padronização para sua experiência; é um processo ativo de auto-organização que dura a vida inteira e é individual, dizendo sobre temas como percepção da realidade, controle, estabilidade na continuidade temporal da identidade. Uma vez que o sujeito organiza o mundo, é necessário ordem nesse processo, que não se aplica somente às ações físicas, mas também aos padrões de pensamento e sentimento. A ordenação da experiência pessoal estabiliza os significados provenientes das alterações e mudanças no decorrer do tempo a fim de proteger e perpetuar a integridade do indivíduo e dar sentido à experiência vivida. Nesse sentido, as emoções atuam como um fator importante nessa ordenação ativa, dirigindo a atenção, moldando as percepções e organizando a memória; dessa maneira, evidencia-se o papel central das emoções no que concerne ao Construtivismo. A maneira como se relaciona com os sentimentos, para o construtivismo, tem implicações importantes na compreensão do que é o ser humano e na psicoterapia construtivista (Mahoney, 1998, 2004, 2005; Mahoney & Granvold, 2005). Isso será abordado em mais detalhes adiante.

Em terceiro lugar, a organização dessa atividade é auto-referente ou recursiva que implica num sentido fenomenológico de individualidade e identidade pessoal. No entanto, o self não está numa ilha isolada de mentalização cartesiana, pelo contrário, as pessoas existem e

vivem teias de relações. O princípio da identidade, então, ocorre neste campo dos relacionamentos; portanto, a complexidade, coerência histórica e a natureza do processo da identidade não são isoladas dos sistemas sociais. A experiência dos indivíduos é integralmente relacionada à forma como eles criam um ponto central de referência ordenada, uma singularidade. O construtivismo ressalta que o self é um processo, uma coerência fluida da perspectiva daquele que experimenta, e que modifica principalmente na relação com os outros. O princípio da identidade postula que os seres humanos desenvolvem, cada vez mais, auto-concepções e auto-conceituações que emergem socialmente; os indivíduos organizam seus mundos, primeiro, organizando-se (Mahoney, 1998, 2004, 2005; Mahoney & Granvold, 2005).

A respeito do quarto tema, ainda conforme Mahoney (1998, 2004, 2005) e Mahoney e Granvold (2005), os indivíduos não podem ser entendidos fora da sua inserção orgânica em sistemas sociais e simbólicos. Esta atividade complexa de auto-organização está contida nesses sistemas. Símbolos como a linguagem expressam o aspecto social da experiência, logo, a importância dos relacionamentos na experiência pessoal, porque grande parte da ordem que buscamos e dos significados que criamos emerge mais extensivamente na relação com os outros. Muito embora a linguagem seja um ponto chave, de certo modo é limitada em transmitir nossa ordem social e simbólica; por exemplo, algumas palavras e conceitos escritos nesta dissertação são mais familiares que outros, mas o que é familiar depende da história pessoal, e esta por sua vez, é reflexo de conexões com pessoas e ideias ao longo do tempo. A organização ativa de uma identidade (self) ocorre em um corpo, mas também, simultaneamente, “por meio de” laços sociais e sistemas simbólicos, sendo assim, não há maneiras de separar sociabilidade de capacidade simbólica, até a própria forma e estrutura do pensamento é, em si, relacional. Em outros termos, a construção dos significados é vivida e expressa por meio de narrativa.

Neste ponto, Guidano e Dodet (1993) afirmam que a vida social é o espaço no qual o homem constrói e articula a organização do seu significado no sentido de que o sujeito está sempre conectado com o conhecimento que os outros têm dele, isso significa que a forma da pessoa reconhecer-se é por meio das relações que estabelece com os demais; vivendo numa realidade intersubjetiva.

Por último, o tema do Desenvolvimento reflete um fluxo contínuo no qual dinâmicas tensões são importantes; ordem e desordem coexistem para um equilíbrio dinâmico, nunca

totalmente atingido. Por fim, este quinto princípio é um processo não é linear, e sim fundamentalmente dialético na tentativa de um sistema de atingir ou elaborar um equilíbrio dinâmico em face de contrastes vividos para manter a integridade do sistema. Nota-se que o construtivismo enfatiza o desenvolvimento, incluindo desenvolvimento psicossocial de auto-conhecimento, auto-esquemas, regras abstratas e expectativas de interação com meio que são caracterizados por ciclos e espirais no experimentar, que quando ocorrem alterações de grande porte (internas ou externas) ou tensões, conseqüentemente pode haver uma revolução pessoal marcada por perda de significado, identidade e controle (Mahoney, 1998, 2004, 2005; Mahoney & Granvold, 2005). Mudar de uma “velha” ordem para uma “nova” ordem raramente é fácil e indolor, mas pode ser facilitada por um terapeuta, como na abordagem construtivista, que valoriza o desenvolvimento dinâmico e auto-organizado dos sistemas. Os objetivos terapêuticos, a estruturação e as técnicas da psicoterapia conforme Mahoney e Granvold (2005) são derivados destes princípios.

Os cinco temas básicos do Construtivismo estão implicados durante a psicoterapia, como retrata Mahoney (2005). No campo da Atividade o interesse é nos padrões cotidianos de vida do cliente, na forma de experimentar as relações da sua vida e de se comunicar com o terapeuta. No tema da Ordem o foco recai sobre os significados que organizam a experiência do paciente, a maneira como entende seu mundo e confere ordem naquilo que sente, aqui, ressalta a importância da atenção na emoção evidenciada por meio da expressão facial, do olhar e das modulações de voz. No tema da Identidade o foco de atenção e avaliação gira em torno da relação que o cliente estabelece consigo mesmo e que indica a forma como ele está implicado em conseguir o sentido da própria coerência e estabilidade. Dentro do tema dos Processos Sócio-simbólicos o foco incide sobre os vínculos humanos, a história das relações importantes e a maneira como isso se relaciona com o problema atual. Por último, acerca do quinto tema Desenvolvimento, é importante atentar para os pontos dos ciclos de experiência em que o cliente se encontra, e qual necessita de maior prioridade do terapeuta. Nota-se que existem três níveis inter-relacionados de atenção na psicoterapia: os problemas, os padrões e os processos; que não ocorrem de forma isolada e abarcam a dimensão dos processos de ordenamento nucleares que dizem respeito à realidade (construção de regularidades), ao valor (construção de juízos emocionais), à identidade (construção de um sentido de continuidade pessoal) e ao poder (construção de um sentido de ser sujeito da própria ação).

Enfim, torna-se clara a importância de o terapeuta estar atento aos temas básicos do construtivismo terapêutico, uma vez que além de permearem todo o processo da psicoterapia, proporcionam uma melhor compreensão do cliente, ou seja, de como experimenta a si mesmo e a seu mundo; não somente em termos de avaliação da saúde ou conduta, mas também de busca de qualquer aspecto que o cliente possa sentir que não está indo bem. Logo, resulta útil entender o processo psicoterápico em relação com os cinco temas básicos do construtivismo terapêutico.

### 3.2.2. Psicoterapias Construtivistas: características e fundamentos conceituais

A terapia construtivista pode encontrar precursores tão distantes como o próprio budismo. É Mahoney (2005), por exemplo, que diz que a relação entre os ensinamentos budistas e aspectos da terapia construtivista são cada vez mais evidentes. Desde a perspectiva budista, o sofrimento é resultado da resistência em mudar e do sentimento de estar separado dos outros e do mundo. As recomendações práticas para reduzir o sofrimento para o budismo incluem mente plena, relação compassiva (consigo mesmo e com os outros), flexibilidade, o fluir e o equilíbrio. Os aportes do filósofo pré-socrático Heráclito (540-475 a.C.) também mostram um viés construtivo em sua ênfase nos processos de mudança e no desenvolvimento. Heráclito foi um filósofo do processo, esta ênfase é um aspecto central do construtivismo; também foi pioneiro no pensamento dialético e em destacar o papel da interação entre as tensões da existência. Considerava que havia uma tensão entre opostos em todas as coisas. Na atualidade, sabe-se que os organismos expressam tensões essenciais entre padrões de atividade estáveis e variáveis.

O construtivismo, enquanto um quadro filosófico e metateoria, enfatiza a auto-organização e os recursos pró-ativos do saber humano e suas implicações para os processos de mudança. De fato, a visão construtivista do ser humano desafia a representação tradicional das pessoas em termos mecanicistas e coloca um desafio no campo das psicoterapias, especialmente as de orientação cognitiva (Neimeyer, 1993).

Em relação às técnicas, Mahoney (2005, p. 160) declara, em seus dizeres, que devemos ter “cuidado con la ley del martillo. No golpeemos cosas que necesitan ser acariciadas. Las técnicas son rituales de representación. Sirven para organizar e iniciar la actividad. La actividad es la clave.” E cita algumas de suas técnicas preferidas: Biblioterapia - descrição pessoal de experiências similares; Relaxamento – concentrar a atenção, rituais e

rotinas, lugares sagrados; Resolução de Problemas – auto-observação, tormenta de ideias de soluções possíveis; Escrita Terapêutica – técnica da história de vida, técnica das memórias musicais, peregrinação às origens; Reconstrução Narrativa; Técnicas Centradas no Corpo – exercícios de equilíbrio, exercícios de resistência e ritmo; e Trabalho com Processos – terapia do papel fixo, tempo do espelho, fluxo da consciência. São exemplos de apenas algumas técnicas, no entanto, o coração do trabalho está nos muitos níveis dos processos de auto-organização de cada cliente, que conduzem, inevitavelmente, ao campo interpessoal das relações humanas que representa o aspecto fundamental para o desenvolvimento pessoal.

Como já mencionado, a perspectiva construtivista retrata o sujeito como um complexo ativo de sistemas dentro de sistemas que buscam preservar e elaborar sua viabilidade e coerência diante dos desafios da vida. Sendo assim, a psicoterapia construtivista não é um empreendimento simples e não pode ser reduzida a técnicas específicas de um manual passo-a-passo aplicáveis do mesmo modo a diferentes pessoas; pois a criatividade e a diversidade repousam no cerne da conceitualização e da prática da psicoterapia construtivista. Isso significa que cada sujeito é entendido a partir da singularidade dos contínuos processos auto-organizadores que implicam numa visão acerca dos problemas com respeito e compaixão, e da pessoa como um expert em relação às suas próprias vivências. Isso não implica uma compreensão total, em si mesmo, do paciente, mas proporciona o acesso às informações e experiências importantes para o projeto de terapia. A aliança terapêutica, como um relacionamento ativo de confiança, respeito mútuo e cuidado é fundamental para a mudança psicológica (Mahoney, 1998).

Logo, do ponto de vista construtivista, a psicoterapia pode ser entendida como a criação intencional de um sentido narrativo que pode transformar a construção de experiências por meio do diálogo colaborativo. Isso engloba uma série de implicações sobre a relação de ajuda, que neste enfoque é caracterizada pela interação baseada na construção de novos significados relativos à linguagem, narrativas, metáforas e construções pessoais que são criadas no diálogo entre terapeuta e cliente. Isso sugere que se rejeite a noção do profissional como um perito administrador de técnicas e que adote a posição construtivista de que ambos são como especialistas que participam de um empreendimento comum no qual os clientes são apoiados nos seus esforços auto-reflexivos para prever e participar de um mundo social que eles podem ajudar a construir. Enfim, a terapia deve ter um significado útil para o cliente e portanto, sua participação ativa no processo é incentivada (Feixas & Botella, 2004).



Neimeyer (1997b, 2002) propõe que para conhecer o construtivismo é útil questionar o que é a psicoterapia sob a lente construtivista. A mesma pode ser definida como uma sutil troca e negociação de significados (inter)personais que é feita a partir da articulação, elaboração e revisão das construções do cliente usadas para organizar sua experiência. Essa definição enfatiza a sensibilidade com a qual o terapeuta abarca o mundo da experiência, as bases discursivas, dialógicas da interação e indagações entre terapeuta e cliente. Apesar das singularidades, essas ênfases na psicoterapia refletem uma busca humana por correlações, conexões e mutualidade as quais tem a linguagem como base comum; e, muito embora o trabalho psicoterápico concebido nestes padrões possa ter diferentes objetivos concretos, isso envolve unir-se ao cliente para o desenvolvimento de um mapa refinado das construções que não estão articuladas, a fim de definir os cursos viáveis de ação e ampliar tais construções para aumentar o número de mundos possíveis.

Mahoney (1998, 2005) ressalta a definição de transtorno e conseqüentemente a definição dos problemas pessoais como um ponto importante da psicoterapia cognitiva construtivista, uma vez que nesta perspectiva, o transtorno não é necessariamente a fonte do problema do cliente, isto é, os episódios agudos ou crônicos de desorganização pessoal não são necessariamente inimigos da saúde e bem estar geral e mental. Isso é extremamente importante porque as tradições ocidentais em psicoterapia concebem o distúrbio como a causa e/ou manifestação da disfunção coletiva e individual, daí o papel central do transtorno nas teorias de psicopatologia, nos sistemas de classificação diagnóstica e nas intervenções profissionais. O pressuposto subjacente é que algo está errado com o paciente, que o transtorno é perigoso e que os tratamentos devem eliminar a sua fonte o mais rápido e completamente possível.

Sobre isso, o construtivismo oferece uma visão do transtorno que respeita o papel das sempre presentes torrentes de desorganização no desenvolvimento dinâmico ao longo da vida. Tal desenvolvimento é caracterizado pela contínua reorganização das atividades promovidas pelo próprio sistema, uma vez que conforme os princípios do construtivismo, toda pessoa está engajada na atividade do equilíbrio dinâmico, sendo assim, o equilíbrio estático nunca é alcançado, pois o equilíbrio requerido é muito mais complexo do que andar em uma corda bamba. Assim, o caos não é, exatamente, um aspecto do qual seja possível distanciar, porque a partir dessa perspectiva, uma pessoa com um transtorno é aquela cujas atividades de integração estão sob tensão por seus desafios presentes. Enfim, da ótica construtivista, as

intervenções estratégicas que buscam eliminar as expressões de desorganização do sistema carregam certo risco, tendo em vista que tal desorganização é essencial para a contínua reorganização (Mahoney, 1998).

As emoções são importantes para o conhecimento e para a formação de significados para o sistema psicológico; de uma maneira ou de outra, ao considerar estruturas cognitivas de significados deve-se considerar, impreterivelmente, o funcionamento emocional. A emoção é biologicamente mais antiga que as cognições e projetadas para a manutenção da vida, assim, no modelo teórico construtivista, as emoções não são nem racionais nem irracionais, mas adaptativas por natureza (Abreu & Roso, 2003).

Os esquemas emocionais são processadores automáticos que geram respostas carregadas emocionalmente, e a experiência dessas respostas gera o sentido holístico de quem o sujeito é. Esse processamento emocional dos contextos específicos fornece informações sensorio-perceptivas e cognitivas que guiam o fluxo da consciência e integram tanto a cognição como o afeto; e, ainda que nem sempre envolvam um processamento conceitual reflexivo, eles se desenvolvem – com a experiência e aprendizados contínuos – para representar a história emocional do indivíduo. As situações que geram tais emoções acrescentam informações cognitivas e proposicionais sobre o self a fim de construir módulos cognitivo-afetivos integrados. Então, os esquemas emocionais são uma rica combinação da biologia, experiência e cultura pessoais que conferem o sentido ou sentimento de si mesmo e das coisas e produzem experiências globais de sentir-se valoroso ou sem valor, por exemplo. As reações emocionais internas e complexas geradas por esses esquemas geralmente não são processados na consciência de modo simbólico, e uma vez feito isso em psicoterapia, fornecem uma base para a ideia subjetiva da realidade e um feedback acerca da própria avaliação automática da importância dos eventos (Greenberg & Pascual-Leone, 1997; Robert & Greenberg, 2007).

Abreu e Shinohara (1998) convergem com isso ao entenderem que esquemas emocionais são estruturas que sintetizam internamente, e de forma pré-consciente, uma grande quantidade de informações cognitivas, afetivas e sensoriais que propiciam um sentido pessoal dos significados; tais estruturas têm as emoções como base, que numa função integradora, outorgam um sentimento de si mesmo no mundo. A psicoterapia, então, é um processo que objetiva ativar e facilitar a reorganização desses esquemas emocionais para favorecer a empatia do terapeuta com a experiência emocional do cliente, momento a

momento, e a manifestação de modos particulares de processamentos vivenciais que visam à reorganização de tais esquemas.

Greenberg (1998) concorda com a importância das emoções em psicoterapia ao defender que elas são um sistema de informação sobre as avaliações automáticas de si mesmo e do mundo, informando uma necessidade, um valor e um objetivo importante numa situação. Durante a psicoterapia, o ato de facilitar o cliente ao acesso emocional, em primeiro lugar, fornece ao terapeuta e paciente o significado que os eventos têm, além dos desejos e crenças que o cliente possui. Em segundo lugar, o acesso às emoções guia a tomada de decisão, a ação a ser realizada e a estabelecer as prioridades sobre o que requer atenção imediata. Em terceiro lugar, informa ao cliente quando existe algo errado, de forma que, essa consciência acerca dos problemas experienciais motiva para a resolução. Portanto, a terapia precisa tornar as emoções e sua função acessíveis.

Guidano (1987), ao expor que os processos analógicos e tácitos têm uma importância na construção das regularidades com as quais uma pessoa conhece o ambiente, as emoções e sentimentos são primários. Portanto, as emoções são consideradas como experiências organizadas cuja dinâmica é entendida como procedendo para níveis mais integrados de coerência do sistema. Assim, os esquemas emocionais são configurações estruturais na representação da memória que atuam como um padrão com o qual vão fazendo o fluxo sensorial significativo e contínuo.

Existem três questões fundamentais na psicoterapia: os seres humanos podem mudar? As pessoas podem ajudar umas as outras a mudar? Algumas formas de ajuda são melhores que outras? Essas questões parecem simples, mas suas respostas são mais complicadas, conforme propõe Mahoney (2005). De fato, pode-se mudar, mas poucas vezes é fácil, simples ou agradável; a mudança humana é mais complexa e difícil do que muitos especialistas pensam, uma vez que não se pode simplesmente escolher uma nova personalidade ou um novo sentido de si mesmo. Isso não significa incapacidade para tais mudanças, significa, no entanto, que o indivíduo é capaz de apreciar a continuidade da auto-proteção dos processos de mudança. Sobre a segunda pergunta, o autor ressalta que as mudanças têm lugar no contexto das relações pessoais, uma vez que estas são cruciais para a adaptação e sobrevivência e proporcionam oportunidades para o desenvolvimento através de uma intrincada rede de influência mútua de uns aos outros. E por fim, as formas mais efetivas de ajuda são aquelas caracterizadas, como defende o autor, pela sensibilidade às necessidades pessoais, ao

desenvolvimento histórico, aos estilos de aprendizagem, aos ciclos vitais, à natureza variável das circunstâncias de vida e relações pessoais e ao entorno cultural. As formas mais efetivas de ajuda são mais criativas, mais confirmadoras e respeitosas da capacidade de desenvolvimento. Tudo isso reflete a perspectiva de psicoterapia proposta pelo construtivismo.

Guidano (2001) define seu modelo de psicoterapia construtivista como ‘Cognitiva Pós- Racionalista’ e inicia seu texto, declaradamente, com a intenção de colocar uma “adequada luz” ao termo ‘pós-racionalista’ para evitar confusões:

El término *posracionalismo* no es antitético con el pensamiento racional, no significa anti-racionalista, ni tampoco deja de considerar el razonamiento lógico como un aspecto importante para dar consistencia a la experiencia humana. El conocimiento es mucho más amplio que la cognición y solo una parte es lógica, abstracta y racional (Guidano, 2001, p.19).

O conhecimento em sua maior parte é emocional, mas também sensorial, perceptual, motor e comportamental; tais aspectos não são formas secundárias de conhecimento, mas formas importantes de conhecimento porque são as que constantemente conferem localização no tempo e no espaço e continuidade da vida sem necessidade de pensar. O que Guidano (2001) explicitamente aponta querer dizer é que o raciocínio lógico não é primário, não é o único processo que dirige a atividade humana, mas que se trata de um dos instrumentos da consciência. Cipriano (2003) concorda com ele ao apontar que na perspectiva pós-racionalista o conhecimento é um fenômeno multidirecional.

Então, Guidano (2001) muito menos quer dar a impressão de que o pós-racionalismo é um movimento psicológico que privilegia o irracional ou impulsivo de modo a ter de escolher entre o irracional e o lógico, pelo contrário, a mente humana é um conjunto ordenado de processos muito mais complexos. Além disso, ele sustenta que, quando uma pessoa conta sua história evoca lembranças, e na memória começam a ser observadas as regularidades e discrepâncias, mas o que posteriormente permite integrar tudo em um conjunto coerente não é a memória, nem a emocionalidade, mas a capacidade de raciocínio, que permite selecionar e observar as semelhanças entre as fases de vida e perceber que cada uma tem uma identidade substancial. Enfim, colocar no termo pós-racionalista uma “adequada luz” também reflete em pensar sempre juntos os aspectos analógicos (sensorial, emocional, imaginação) com os aspectos analíticos (raciocínio, pensamento lógico e capacidade de abstração).

Para compreender o domínio da psicoterapia cognitiva pós-racionalista e da psicopatologia torna-se importante descrever os dois níveis circulares da experiência humana: um nível da Experiência (vivência) Imediata e um nível da Explicação. O nível explicativo é que ordena sequencialmente a vivência da sensação imediata. A experiência imediata é o contínuo fluir do ser no mundo; de modo que o aspecto mais importante é o contínuo intercâmbio entre a imediatez da experiência e a maneira pela qual o indivíduo reordena e explica essa sensação imediata. Toda a implicação disso para a psicoterapia concerne no fato da psicopatologia surgir com a discrepância entre o fluir da experiência imediata e a imagem consciente que a pessoa possui de si mesma. É essa relação que regula a imagem consciente de si mesmo; sendo que cada processo de autoconsciência é um processo auto-referencial no qual o indivíduo busca uma imagem aceitável de si mesmo e uma coerência interna. Logo, de maneira geral, os sintomas surgem quando o sujeito sente algo, mas não reconhece como seu e que implicam uma qualidade no sentido de abstração, articulação e flexibilidade restritas da regulação emocional, ou seja, existe uma correlação do nível de regulação emocional, que corresponde ao nível do fluir da experiência imediata, com o nível de estrutura, que é a maneira com a qual ordena sequencialmente o fluir da imediatez com a linguagem e pensamento (Guidano, 1995, 2001).

Ainda sobre a interdependência entre experiência/explicação, Guidano (1995) versa que isso é subjacente à compreensão de uma identidade pessoal unida entre a vivência de si mesmo (um “Eu” que atua e experimenta) e o sentido de si mesmo, que emerge da auto-referência abstrata da experiência em curso (um “Mim” que observa, avalia e explica). Um si mesmo como sujeito (“Eu”) e como objeto (“Mim”) emerge como dimensões irreduzíveis da dinâmica da identidade pessoal cuja direção está em função da práxis de vida. Concordando com Guidano, Pérez (2005) em seus escritos diz que toda compreensão resulta do processo de regulação mútua entre experimentar e explicar no qual a experiência imediata é o conhecimento analógico, sensorial, emocional, a vivência e o sentido de si mesmo do ser no mundo; e a explicação enquanto conhecimento analítico surge com a linguagem e é a reorganização dada à experiência imediata e que nos caracteriza como seres humanos.

### 3.2.3. Psicoterapias Construtivistas: mudança pessoal e reconstrução

No enfoque cognitivo pós-racionalista a mudança terapêutica se dá pela construção de um equilíbrio progressivo como resultado de uma reorganização do significado pessoal, em

outras palavras, na reorganização das categorias emocionais que resultam críticas para a pessoa. A questão que surge é que a mudança das cognições é diferente da mudança emocional, visto que a mudança no campo cognitivo é mais rápida e flexível, por outro lado as emoções mudam de maneira mais lenta e produzem novas tonalidades emocionais que se inscrevem no padrão da experiência imediata e mudam sua configuração. Portanto, nesta concepção, a mudança terapêutica é pautada na articulação do significado pessoal no sentido de si mesmo, ou seja, é produzir uma mudança emocional, para assim, reorganizar uma mudança no sentido de si mesmo, alcançando uma maior articulação, harmonia e flexibilidade (Guidano, 1995, 2001; Cipriano, 2003). O significado pessoal, então, representa o modo como um sistema organiza todas as possíveis tonalidades do seu domínio emocional em uma configuração capaz de proporcionar uma percepção estável e definida de si mesmo e do mundo (Pérez, 2005).

Neste sentido, a maneira mais significativa que Guidano (1987, 1995, 2001) e Balbi (1994) defendem para ativar as emoções, reconstruir e reorganizar o domínio experiencial no paciente é a estratégica. A modalidade com a qual o terapeuta basicamente atua é a de um perturbador emocional estrategicamente orientado. Perturbador aqui significa utilizar as emoções para desencadear uma reorganização de significado; e estrategicamente quer dizer que o terapeuta segue uma estratégia muito precisa que resulta de saber qual é o tipo de significado pessoal do sujeito. O método da Moviola ou Auto-observação constitui um dos principais métodos por trabalhar sempre na interface experiência imediata/explicação, ou seja, na reordenação do que o sujeito sente e de como explica esse sentido. Este método é utilizado em todo momento, tanto da avaliação como de intervenção; desde a primeira fase da psicoterapia de reconstrução do repertório atual e preparação do contexto interpessoal subjetivo e reformulação do problema, até a segunda de reconstrução do estilo afetivo e a terceira fase de reconstrução da história de desenvolvimento. Somente para uma explanação teórica a Organizações de Significado Pessoal (OSP) as quais o autor se refere são: depressiva, fóbica, dápica e obsessiva; e se referem como apontam Lagomarsino e Perfetti (2002) à organização dos processos cognitivos pessoais. Essas Organizações não existem em si mesmas, não são entidades, mas sim “chaves explicativas” e conceituais que permitem ao terapeuta a ordenar o relato do paciente.

Dito de outra forma, segundo Zagmutt (2006), Guidano propõe uma metodologia processual sistêmica centrada na metodologia auto-observacional na qual se adota um enfoque

sistêmico da organização do conhecimento cujo mecanismo essencial de auto-regulação é a tendência a manter a coerência sistêmica dos processos de significado pessoal.

O trabalho terapêutico, então, implica que, através do método da auto-observação, o sujeito compreenda os aspectos sintáticos da relação funcional entre os dois níveis, de tonalidades emocionais básicas (experiência imediata) e imagem consciente de si mesmo (explicação) que tem a cada momento a seu próprio respeito. Sendo assim, o terapeuta pós-racionalista guia estrategicamente o paciente para reconstruir de forma sistemática e paulatina o repertório de vida de maneira que alcance progressivamente um aumento no nível de autorreferencialidade. Por isso, as perturbações que o terapeuta tenta provocar são graduadas e orientadas estrategicamente seguindo o curso das mudanças emocionais percebidas no contexto terapêutico de maneira a oferecer novas explicações alternativas acerca de seu funcionamento e uma compreensão gradual das regras de base que governam os aspectos tácitos e explícitos característicos do estilo pessoal com que organiza seu próprio sentido (Balbi, 1994).

A psicoterapia pós-racionalista não tem como objetivo persuadir o paciente a adotar outros critérios de verdade, mas ajudá-lo a reconhecer, compreender e definir de forma viável sua própria coerência de significado pessoal, reconstruindo a partir de uma coerência autorreferencial, o que implica entender a maneira como a pessoa experimenta seu modo de ser, dito de outra forma, neste ponto de vista o que se busca é que o sujeito expanda sua trama narrativa e assim possa se autorreferir reconhecendo e ajustando as discrepâncias entre sua imagem consciente, linguagem temática e experiência emocional imediata (Guidano, 1987, 1995, 2001; Balbi, 1994).

Importa então dizer que, conforme Cipriano (2003), o foco sobre a conceituação, mudança e metodologia psicoterapêutica na abordagem cognitiva pós-racionalista toma a emoção como ordem a priori da praxis da vida. Na verdade, se os sintomas são resultados de uma 'Organização de Significado Pessoal' desintegrada por meio de emoções discrepantes, a estrutura da mudança será orientada para essa integração, ou seja, a reorganização do significado pessoal é o objetivo da intervenção terapêutica. A estrutura e a qualidade da mudança depende em grande parte do nível de auto-consciência durante o processo de reorganização pessoal progressiva, em outras palavras, uma maior compreensão, por parte do paciente, da forma como flui continuamente a sua experiência emocional pessoal.

Guidano (1995) reconhece que existem limitações no processo da psicoterapia. O primeiro limite consiste em considerar a mudança psicoterapêutica com relatividade, de fato, este é um aspecto que afeta muito os terapeutas a respeito das próprias expectativas, às vezes máximas, acerca do cliente, logo, sua função é se considerar expert em mudanças relativas, e não absolutas. O segundo limite recai sobre o fato de instrumentalizar o indivíduo para reconstruir, reler e reorganizar sua história; com efeito, isso aponta para a necessidade do terapeuta deixar uma posição de objetividade porque não se busca uma verdade histórica, mas uma verdade narrativa que tenha unidade e que seja viável ao cliente. Outro aspecto essencial para o terapeuta diz respeito ao papel primário dos processos ordenadores do paciente, isso implica que independente de quão hábil seja o terapeuta o ritmo do trabalho sempre é de acordo com os processos de ordenamento do paciente; a rigidez na concepção de terapia é antes, uma exigência e desejo do terapeuta em realizar seu trabalho de maneira sistemática e unitária.

De fato, tudo o que ocorre no paciente, qualquer coisa que seja, ainda que pareça mais bizarro, pertencerá sempre, por definição, ao repertório da experiência humana e ao domínio de fenômenos no qual um terapeuta dedica sua vida de estudos. É a compreensão por parte do cliente das regras com que organiza e explica sua experiência de vida que conduzirá, através do tratamento, ao reconhecimento dos aspectos importantes da experiência imediata que ficaram fora da consciência e, portanto, eram vividos como alheios ou sintomáticos; esta ampliação da base de conhecimento de si mesmo é o que dispara a reestruturação do significado pessoal para uma dimensão de coerência mais flexível e abstrata que fornece uma modificação na percepção das perturbações que levaram à consulta, e conseqüentemente, uma nova maneira de ver e perceber a si mesmo (Balbi, 1994).

Três momentos cruciais e de grande importância estão envolvidos na psicoterapia para Greenberg (1998). Primeiro a síntese de um sentimento (sentido experimentado), após isso, o momento no qual esse sentido é focalizado e experimentado corporalmente formando uma realidade subjetiva; e num terceiro momento são geradas explicações sobre essa experiência simbolizada para produzir uma narrativa e identidade de self coerentes e conceitualizadas. É a combinação desses três momentos (sintetizar o sentimento, simbolizar e explicar) que possibilita a construção de novas e alternativas visões de si mesmo e da realidade; construção esta que, parte de níveis mais concretos como o corporal, para níveis mais abstratos de simbolização emocional dos esquemas cognitivos.



Por isso uma das principais tarefas da psicoterapia é a de simbolizar a experiência emocional subjetiva de modo a produzir uma experiência emocional de tal maneira que favoreça a consciência da emoção, e em seguida, a integração à razão. Esses são os processos chave na construção de significados, nos quais a simbolização na consciência de sínteses experienciais que ocorrem de modo tácito possibilita sintetizar um novo sentido experimentado a partir da ativação e reestruturação dos esquemas emocionais. A integração entre emoção e reflexão é a chave para a mudança terapêutica, ou seja, é a habilidade para estar consciente dos sentimentos que ajuda a regulá-los, no entanto, não é necessário o controle das emoções, mas sim, a consciência emocional, que permite que as pessoas as integrem com a razão. Por isso, sem dúvidas, as intervenções necessitam ter como alvo os processos envolvidos nos esquemas emocionais que geram as reações e o sentido experimentado de si mesmo e do mundo. A mudança é produzida na medida em que, estando os esquemas emocionais em funcionamento, se tornam acessíveis para que as novas experiências sejam acomodadas por eles (Greenberg, 1998, 2006, 2008).

Então, “rotular” as emoções é um primeiro passo na definição do problema; é importante notar que a consciência emocional envolve sentir a sensação na consciência e articular através da linguagem. O terapeuta, portanto, precisa ajudar os clientes a tolerar e aceitar suas emoções, pois a aceitação da experiência emocional, em oposição à sua prevenção, é o primeiro passo no trabalho com as emoções (Greenberg, 2008).

Para exemplificar o escrito acima, nas palavras de Greenberg (1998):

Assim, um cliente focalizou e sentiu uma sensação de medo em resposta a uma imagem da exigência de sua esposa para que lhe desse um apoio maior. Seu medo o ajudou a identificar que existia um problema. Informou-lhe que estava muito preocupado com a possibilidade de sua esposa o deixar e de levar seu filho, deixando-o totalmente sozinho, sem nenhum vínculo. Esse era um sentimento que ele já tivera em sua família de origem e que era resolvido pelo comportamento de “retirar-se” das situações. Percebeu que essa tendência de retirar-se exacerbou seu problema conjugal. Ele avaliou, então, o quanto a ameaça de abandono sentida poderia não ser muito realista. Também decidiu qual tipo de apoio que desejava dar, de forma livre, à sua esposa, percebendo que não tinha que apoiá-la sempre (Greenberg, 1998, p. 166).

Esse é um exemplo das características do processo de resolução de problemas cognitivo/afetivo complexo que favorece a integração da ação motivada em seus aspectos

racionais e emocionais. É nessa síntese processual que nasce uma visão narrada do self (Greenberg, 1998).

Sobre o processo psicoterápico focado nas emoções, em outras palavras, Greenberg (2006) aponta que primeiro é importante ajudar com que o sujeito tome consciência de suas emoções. Segundo, o cliente precisa ser treinado para acolher e regular seu estado emocional e se permitir experimentá-lo com a finalidade de melhorar sua tolerância emocional. Em seguida, precisam de ajuda para descrever em palavras tais estados e sentimentos primários para a resolução de problemas. Na segunda etapa se centram na utilização da emoção para promover a transformação para respostas saudáveis que servem como um guia para a ação em identificar estados negativos que precisem ser alterados quando necessário.

Em última análise, conforme Neimeyer (1993), o objetivo da terapia cognitiva com enfoque construtivista é mais criativo do que corretivo na medida em que tenta promover o desenvolvimento mais amplo das construções do sujeito, por consequência, é provável que a terapia seja mais exploratória que diretiva por promover a elaboração da narrativa do indivíduo sem a conveniência de critérios de determinação do que constitui uma história aceitável. Segue então, que as intervenções são, nem tanto analíticas e tecnicamente instrutivas, mas sim mais propensas a serem reflexivas, de elaboração e intensamente pessoal.

Concluo ressaltando como o enfoque construtivista nas Terapias Cognitivas se constituiu num marco da revolução em psicoterapia. As psicoterapias construtivistas são definidas como modalidades da família das Terapias Cognitivas e que buscam a reorganização da identidade pessoal, história de vida e esquemas de modo a reconstruir os significados pessoais em um novo todo coerente. A primariedade da experiência emocional é um aspecto central de toda experiência humana e do trabalho da psicoterapia. Tal abordagem psicoterápica deve seu nome à concepção acerca dos processos de obtenção do conhecimento como sendo primariamente afetivos; assim como uma concepção acerca do ser humano como ativo, e não passivo, na construção dos significados na experiência vivida, de modo que esta concepção impõe uma série de mudanças e especificidades na prática psicoterápica. No entanto, ainda existem lacunas e confusão na terapia construtivista em relação a seus fundamentos epistemológicos e ontológicos. No próximo capítulo oferecerei uma avaliação dessas dificuldades teóricas.

## **CAPÍTULO 4. TERAPIA COGNITIVA CONSTRUTIVISTA E EPISTEMOLOGIA**

Neste capítulo serão apresentadas as posições epistemológicas declaradas por terapeutas construtivistas. Inicialmente tecerei considerações a respeito da Epistemologia e suas definições, a seguir serão descritas as várias concepções epistemológicas acerca dos processos de construção do conhecimento, configurando um verdadeiro quadro de dispersão, para no final apresentar as posições individuais que cada autor defende como sendo a teoria na qual baseia seu trabalho prático.

### **4.1. Epistemologia: definição**

Mora (2001) propõe que os termos ‘epistemologia’ e ‘gnosilogia’ são frequentemente considerados sinônimos e se referem à teoria do conhecimento, expressão esta que, para esse autor, pode ser usada no lugar das anteriores. No entanto, durante algum tempo, o termo ‘gnosilogia’ foi empregado com muita frequência, passando a ser adotado no sentido geral da teoria do conhecimento; por sua vez, o termo epistemologia passou a designar o tipo específico de teoria do conhecimento científico ou para esclarecer problemas relacionados ao conhecimento extraído das ciências. Sob influência da filosofia anglo-saxônica o termo ‘epistemologia’ vem sendo usado em quase todos os casos.

O problema, cujo tratamento é o tema específico da teoria do conhecimento apontado por Abbagnano (2007), é a realidade das coisas, ou em geral, o mundo externo. A teoria do conhecimento apóia-se em dois pressupostos: o conhecimento é uma categoria do espírito, uma forma da atividade humana ou do sujeito e que prescinde dos procedimentos cognoscitivos de que o homem dispõe fora e dentro da consciência; e segundo, o objeto do conhecimento é, como acreditava Descartes, apenas a ideia ou a representação; e a ideia é uma entidade mental que existe dentro da consciência do sujeito que a pensa.

A epistemologia toma as ciências como objeto de investigação e tenta reagrupar a crítica do conhecimento científico (princípios, hipóteses e conclusões das ciências para determinar seu valor), a filosofia das ciências e a história das ciências. O conceito de epistemologia serve para designar, seja uma teoria geral do conhecimento de natureza filosófica, sejam estudos restritos sobre a gênese e a estruturação das ciências. No pensamento anglo-saxão, epistemologia é sinônimo de teoria do conhecimento, sendo mais conhecida pelo nome Filosofia da Ciência; é neste sentido que se fala a propósito dos trabalhos de Piaget versando sobre os processos da aquisição de conhecimento na criança. Sendo então uma disciplina que, segundo as necessidades, se faz lógica, filosofia do conhecimento, sociologia, psicologia e história, seu problema central consiste em estabelecer se o conhecimento é reduzido a um puro registro, pelo sujeito, dos dados organizados independente dele no mundo exterior, ou se o sujeito pode intervir ativamente no conhecimento dos objetos. Em outras palavras, ela se interessa pelo problema do conhecimento científico. Logo, podemos defini-la como a disciplina que toma por objeto não mais a ciência verdadeira que estabelece as condições de legitimidade, mas as ciências em seu processo de gênese, de formação e estruturação progressiva (Japiassú & Marcondes, 2001).

Ao referir-se à teoria do conhecimento, a epistemologia questiona a natureza do conhecimento, suas origens e formas de validação e pode ser concebida como uma explicação e interpretação filosófica do conhecimento humano que estuda a organização do processo de conhecer e do conhecimento acerca dos fenômenos. O que é conhecer? É possível acessar a realidade objetiva? São algumas perguntas dentro da epistemologia de qualquer disciplina; colocado deste modo, a epistemologia é a ciência que estuda a natureza do conhecimento e do conhecer (Opazo & Suárez, 1998).

A Epistemologia da Psicologia e Ontologia da Psicologia referem-se a campos da área denominada Filosofia da Psicologia e se concentram em problemas fundamentais bem conhecidos. A Ontologia, “teoria do ser”, é uma disciplina que, quando relacionada à Psicologia, concentra em problemas sobre a delimitação, natureza do objeto e definições conceituais. Por sua vez, a Epistemologia se ocupa em investigar o processo de obtenção de conhecimento válido sobre o objeto (Castañon, 2012). O problema epistemológico lembrado por Glasersfeld (1984) formulado em torno de como adquirimos o conhecimento da realidade,

e quão confiável e verdadeiro ele possa ser, ocupa a filosofia contemporânea não menos do que ocupava Platão.

A definição de 'Epistemologia' tem passado, progressivamente, por alterações, de maneira que, etimologicamente, designa a teoria racional do conhecimento seguro; no entanto, no último século este termo perdeu a conotação ampla de teoria do conhecimento, e passou a designar uma concepção mais estrita que se refere ao estudo metódico da ciência moderna, bem como o modo como se organiza, desenvolve e aplica seus métodos e limites. Ou seja, quando entendida de maneira ampla, a palavra Epistemologia se refere ao estudo geral dos métodos, critérios, funcionamento, organização e história do conhecimento sistemático e especulativo; por sua vez, quando pensada sob uma perspectiva restrita, a Epistemologia toma por definição o estudo sistemático dos métodos, possibilidades e critérios do conhecimento científico, ou seja, Filosofia da Ciência. Por fim, o termo Teoria do Conhecimento passa a ser definido como a disciplina filosófica que estuda, não somente o conhecimento científico, mas a possibilidade de qualquer conhecimento, sua origem, essência, tipos e métodos (Castañon, 2007b).

Icart e Blanch (2001) definem epistemologia como a reflexão acerca das disciplinas científicas, suas regularidades e leis, que se ocupa de avaliar a natureza e qualidade do conhecimento científico, bem como a verdade ou falsidade da estrutura formal e conceitual, suas teorias e a relação entre explicação e predição de um fenômeno, além de levantar o problema entre os diversos métodos.

A importância de estudar Epistemologia para Castañon (2007b) é saber o que faz de um tipo específico de conhecimento a maneira mais segura de conhecer a realidade; portanto, estudar de onde vem como obter e o que é o conhecimento científico torna-se fundamental para estudar qualquer ciência profundamente. Como escreve o referido autor, o conhecimento tem como característica a possibilidade de ser compartilhado e verificado através de alguma técnica de modo que todos cheguem às mesmas conclusões. Este ponto de vista foi introduzido por Platão, o qual defende que conhecimento é uma crença verdadeira (se considerada falsa, deixa de ser conhecimento) e justificada (seu fundamento tem caráter público).

Para Opazo e Suárez (1998), a Epistemologia contribui para o desenvolvimento da ciência, pois ajuda a revelar os pressupostos filosóficos, o que favorece a construção de teorias de maneira axiomática, especificando o valor de verdade do conhecimento e sua

correspondência com a realidade. Os problemas epistemológicos que ocorrem acerca das relações em que se dão conhecer são vários. Até que ponto é possível acessar a verdade dos fatos reais? Quanto do fenômeno é determinado pelas características daquele que conhece? Se é possível conhecer, o que é possível conhecer? Quais restrições operam no ato do conhecimento? Como é possível determinar se estamos diante do conhecimento preferível? Ter uma visão epistemológica é fundamental dentro do conhecimento científico para que haja certo diálogo a respeito daquilo que será concebido como conhecimento válido em uma teoria. Se não houver diálogo acerca do que é considerado um conhecimento válido, de qual forma de acessar a realidade e qual conhecimento possui melhor status científico, será impossível fazer ciência em torno de qualquer disciplina. Logo, somente a partir de uma visão epistemológica compartilhada é possível uma integração de conhecimento, caso não, uma disciplina continuará com saberes isolados sem semelhanças com a realidade além da identificação de uma certa regularidade.

Como propõe Anchin (2008), a Epistemologia, caracterizada como teoria do conhecimento discute questões como o objetivo da ciência, os critérios de conhecimento científico verdadeiro, além de como e por quais métodos o conhecimento é adquirido. O estudo científico da psicoterapia e seus processos foram dominados pelo paradigma positivista, no entanto, nos últimos vinte anos as investigações em psicoterapia foram submetidas a uma abordagem mais pluralista, abraçando diversas maneiras de entender a personalidade e a psicopatologia, ou seja, múltiplas formas de conhecimento proporcionadas pelo empirismo e hermenêutica.

Enfim, o termo Epistemologia refere-se à consciência cognoscitiva e a capacidade para conhecer, em outras palavras, às teorias do conhecimento científico. Numa definição mais ampla, se refere à Filosofia da Ciência, ou seja, estudo dos postulados, conclusões, métodos e limites do conhecimento das diferentes ciências, da capacidade de conhecer e do modo como se conhece (Echeverri, 2003; García, 2006; Gomes, 2009).

Vários modelos teóricos surgiram das revoluções conceituais na história do conhecimento; modelos que se sobrepõem ou se enlaçam, mas que buscam fornecer explicações válidas acerca dos fatos e do mundo dos fenômenos nos quais são construídas (Opazo & Suárez, 1998). Dentre estes modelos, que será tratado a seguir, o enfoque Construtivista nas Terapias Cognitivas.

## 4.2. A dispersão epistemológica da Terapia Construtivista

A proposta teórica do construtivismo reporta aos princípios conceituais da filosofia pós-moderna acerca da crítica ao acesso possível a uma realidade independente do indivíduo, rejeitando o enfoque cartesiano de investigação científica baseado no rigor e na objetividade, conforme Arendt (2003). O mesmo autor reporta o construtivismo à obra de Jean Piaget, que sistematizou o referido enfoque que consiste na hipótese que não existem cognições inatas, mas sim construídas pelo sujeito a partir de suas interações com o meio.

Ainda que haja uma considerável diversidade no paradigma construtivista, quatro posições, colocadas por Gonçalves (1997), podem ser identificadas como os princípios metateóricos centrais: 1) os processos de conhecimento implicam numa construção antecipatória, ou seja, a realidade é projetada pelo indivíduo conhecedor e construída através de processos de compreensão corporificada; 2) a projetividade humana origina estruturas organizadas hierarquicamente com níveis explícitos e tácitos de conhecimento; 3) no nível tácito de organização estrutural o conhecimento é basicamente uma atividade emocional e motora que provê a apreensão da realidade; e 4) o conhecimento opera por meio de assimilação e acomodação contínuas em direção a níveis mais complexos, integrados e viáveis.

Os construtivistas se unem por meio de uma epistemologia comum, e assim como Kant, acreditam que a realidade é, em última instância, *noumenal*, ou seja, se encontra fora do alcance das nossas mais ambiciosas teorias, sejam elas pessoais ou científicas, sempre negando, a segurança da justificação de nossas crenças, fé e ideologias através de meros recursos às circunstâncias objetivas que estão fora de nós mesmos. Ao contrário, a organização que impomos ao nosso mundo das experiências é uma construção humana precária apoiada por indagações pessoais e partilhadas na busca por uma ordem mínima, por uma previsibilidade dos acontecimentos da vida e por uma base para as nossas ações. Bem como as estruturas de significado que desenvolvemos para padronizar e dar direção às nossas vidas, que por vezes, parecem muito frágeis, como quando uma pessoa precisa reconstruir um sentido de si mesmo e de futuro depois de ser invalidado o seu suposto mundo (Neimeyer, 1997b).

De acordo com as ideias de Lyddon (1989), os desenvolvimentos nas ciências cognitivas representam uma diferenciação metateórica entre as terapias cognitivas, que para

Mahoney reflete duas tradições fundamentais da filosofia: o racionalismo e o construtivismo. O racionalismo, epistemologia associada às terapias cognitivas racionalistas concebe o ponto de vista de que o conhecimento é adquirido através da lógica e da razão, outorgando ao pensamento, e não aos dados obtidos por meio dos sentidos, uma preponderância na determinação da experiência. Logo, essa postura epistemológica relaciona os pensamentos irracionais como causa das disfunções psicológicas, que devem ser controladas pelo pensamento racional. As terapias cognitivas construtivistas, por sua vez, aderem à teoria epistemológica de que conhecimento e realidade não são fixos, mas relativos, mutáveis e função da construção pessoal e social. As pessoas constroem seus modelos de representação do mundo que se tornam as bases do processo de atribuição de sentido à experiência, como Mahoney aponta. Os construtivistas enfatizam a viabilidade (flexibilidade, resiliência) de uma representação cognitiva como um determinante crucial de adaptação, no sentido de uma maior complexidade que proporciona construções de experiências mais refinadas.

A esse respeito, Neimeyer (1993) argumenta que, colocado no contexto histórico, as terapias cognitivas tradicionais se assentam sobre os princípios do empirismo lógico e sobre a imagem do cientista defendida pelos filósofos do Círculo de Viena; neste contexto, teóricos como Beck e Ellis prevêm um ser humano bem ajustado e visto como modelo de racionalidade. Portanto, as terapias cognitivas são herdeiras de uma longa tradição de realismo, na qual a percepção da realidade é chamada saudável quando o que o indivíduo vê corresponde ao que realmente está na realidade; isso implica uma teoria da verdade como correspondência que afirma que a validade de um sistema de crenças é determinada pelo grau de correspondência dos fatos ao mundo real. As terapias cognitivas construtivistas, por sua vez, rejeitam uma teoria da verdade como correspondência e seu corolário de que quaisquer crenças que não correspondem à realidade são, por definição, disfuncionais. Em vez disso, sustentam que a viabilidade de qualquer construção está em função das consequências provisoriamente adotadas pelo indivíduo ou grupo, bem como com sua coerência global com o sistema de crenças em que se integram, pessoal ou socialmente.

Como já mencionado sobre o núcleo do construtivismo com uma visão dos seres humanos como agentes ativos que constroem o significado do seu mundo vivencial, a emergência de sua epistemologia teve de aguardar o declínio do empirismo lógico, do racionalismo clássico e do determinismo linear da filosofia da ciência do século XX (Mahoney, 1989 como citado em Neimeyer, 1993, p. 222). Nessa perspectiva, o



conhecimento humano é em última instância interpessoal e evolutivo, sem que precise ser validado por uma realidade objetiva, fato que corresponde a uma visão epistemológica que enfatiza a cognição como pró-ativa em vez de meramente determinada.

Os terapeutas construtivistas partem de pressupostos epistemológicos cuja crítica visa ao modelo associacionista postulado pelo empirismo no qual a mente é concebida como um sistema passivo que reúne o conteúdo do ambiente, e por meio do ato do conhecimento, produz uma cópia da ordem da realidade. Em contraste a isso, a premissa epistemológica fundamentada pelo construtivismo afirma que, no ato de conhecer, é a mente que ativamente dá significado para a realidade a que responde. Então, é atribuída uma teoria motora aos domínios mentais e cognitivos (Balbi, 2008).

Sobre isso, nas teorias motoras da mente o ser humano é visto como construtor de modelos sobre si mesmo e sobre a realidade sendo que sua atividade pró-ativa vai além da recepção de estímulos. A ordem sensorial com a qual conhecemos os objetos externos é um produto das habilidades motoras construtivas corretamente interpretadas (Opazo & Suárez, 1998).

Dessa maneira, a ideia construtivista do homem que constrói, através da sua história, um conhecimento pessoal sobre si mesmo e o mundo no qual a compreensão da realidade, as construções e interpretações serão sempre feitas a partir de quem as vivência; tomando como base sua história de interações, que servem como sua maior representação interna de mundo (Abreu, Valle & Roso, 2001).

O núcleo da perspectiva construtivista apresentado por Ferreira (1998) é de que o ser humano procura articular os vários significados das suas vivências num conjunto coerente de referência que permita se localizar no mundo sem a preocupação de alcançar representações verdadeiras. O conhecimento é tido como a construção da experiência do conhecedor, estruturada hermeneuticamente. Nessa visão, a busca de um significado verdadeiro e único não faz sentido, pois a natureza ativa da percepção, aprendizagem e memória são fenômenos que refletem as tentativas de organizar e continuamente reorganizar os próprios padrões de ação.

Sendo assim, o construtivismo compartilha uma instância epistemológica comum, e mesmo havendo diferenças perceptíveis entre as várias terapias sistêmicas, elas concordam em considerar o conhecimento como um processo de construção, em vez de uma representação direta da realidade. Considerando que o conhecimento do mundo externo é

ativamente construído pelo sujeito observador num dado contexto social, a ideia de que existe um conhecimento verdadeiro acerca da realidade desaparece. Dessa forma, a formulação de que a realidade pode ser interpretada de várias maneiras é partilhada por muitos construtivistas (Feixas, 1997).

### **4.3. Terapeutas Construtivistas e seus pressupostos epistemológicos**

Neste subitem serão apresentados os terapeutas construtivistas mais importantes, bem como descritos os pressupostos filosóficos que cada autor aponta como base. Os autores apresentados são considerados os mais importantes aqui por terem sido os primeiros a formalizar e construir o aparato teórico da abordagem construtivista em psicoterapia.

#### **4.3.1. Mahoney**

Aproximadamente na época em que o conexionismo aparecia como uma identidade nas ciências cognitivas, um conjunto de acontecimentos tomou lugar com uma diferenciação importante. Esses acontecimentos pareciam ser relativamente independentes dos desenvolvimentos paralelos nas psicoterapias cognitivas no período entre 1950 e 1975. Em 1952, a University Chicago Press publicou uma obra, que permaneceu ignorada por mais de quatro décadas, que chamava-se *The Sensory Order* e cujo subtítulo era *Reflections on the Foundations of Theoretical Psychology* escrita pelo economista Friedrich Hayek. Foi, e é, de acordo com Mahoney (1997b), uma “obra prima e expressão clássica” da transição das metateorias objetivistas, racionalistas, passivas e sensoriais da mente humana para perspectivas mais pós-racionalistas, evolutivas, motoras e ativas. Na sua obra, Hayek impeliu o programa empirista para além dos limites demonstrando que os conteúdos da experiência – as frequências, magnitudes, intensidades e diversos matizes – devem ser neurologicamente e de outras formas, resultados de categorizações ou processos de classificação que, com as lições da experiência, participam na criação da “ordem sensorial”. Mahoney (1997b) ressalta que a significância teórica do trabalho de Hayek precisa ser apreciada. Após a metade do século as perspectivas construtivistas começaram a ser elaboradas e os primórdios da epistemologia evolutiva – estudo das evoluções nos sistemas de conhecimento – foram estabelecidos.

O que é novo ou diferente sobre o construtivismo? Mahoney e Granvold (2005) levantam essa questão para diferenciar o construtivismo de outros pontos de vista, e propõem que tal metateoria não é uma “árvore nova na floresta”, antes disso, vislumbra uma conexão entre “todas as árvores”; em outros dizeres, o que está em pauta é perspectiva psicológica a respeito do funcionamento social e da mudança humana. São o velho e o novo, unidade e diversidade integrados que sugerem uma evolução na compreensão do que significa ser humano. A ênfase, então, está na conexão, ao invés da separação, embora uma diferenciação seja natural.

O construtivismo tem como princípio a estrutura dinâmica da experiência humana, o verbo “construir”, como já descrito anteriormente, significa criar uma ordem, organizar; por isso, vida e consciência são tudo, menos estáticas, isso implica uma renovação psicológica que evolui, muda e continua sincronicamente (Mahoney & Granvold, 2005).

Mahoney (1989) reconhece que as questões sobre a validade do conhecimento representam um ponto central para a metateoria construtivista e podem significar uma demarcação entre o que pode se chamar de construtivismo radical e construtivismo crítico; na qual o primeiro não faz reivindicações sobre a realidade ou validade e o segundo adotam um realismo hipotético ou crítico. Essa questão, como declara Mahoney, é mais ontológica e diz respeito à interação entre organismo e ambiente na qual não somente o ambiente seleciona e constrói os organismos, mas os organismos (especialmente os hominídeos) também selecionam e constroem seus ambientes. Isso representa a passagem de organismos “passivos” para “ativos, ou seja, uma mudança na noção da relação sujeito/objeto. As pessoas, de fato podem co-criar suas realidades, assim como suas realidades podem co-criá-los, em outras palavras, os seres humanos adotam uma posição de sujeitos e objetos de construção.

De acordo com Mahoney (1988), o construtivismo radical é basicamente indistinguível de idealismo na medida em que nega a existência da realidade e se opõe a isso num construtivismo crítico que não nega a existência de um mundo físico, embora reconheça que o seu conhecimento é limitado, portanto, segundo ele, os construtivistas críticos são realistas, ainda que hipotéticos críticos ou de representação realista.

Em muitas psicoterapias não construtivistas o conhecimento reflete uma correspondência válida entre as representações do conhecedor e a verdadeira natureza do objeto do conhecimento, daí o foco na objetividade, na validação do conhecimento e o papel do contato com a realidade na concepção da psicopatologia e psicoterapia. Os terapeutas

construtivistas, no entanto, rejeitam os pressupostos do objetivismo tradicional de forma que uma psicoterapia construtivista não acredita na existência de apenas uma avaliação da realidade e que nenhum nível de conhecimento possa ser, em última análise, validado por qualquer autoridade absoluta (não interessa se essa autoridade seja a ciência, os números, os dados sensíveis ou o consenso de especialistas). No construtivismo, de fato, a distinção entre as questões do conhecer (epistemologia) e do conhecido (realidade) é ambígua, bem como são os limites entre o sujeito e objeto, e entre o externo e interno. Embora aceitando a autoridade definida pela cultura, o construtivista não pode permanecer seguro de que ele saiba verdadeiramente o que há de errado, ou o que seria melhor para um determinado cliente (Mahoney, 1997a).

#### 4.3.2. Greenberg

O construtivismo dialético proposto por Greenberg e Pascual-Leone (1997) sustenta que o significado não é simplesmente imposto à experiência pela linguagem ou totalmente contido na experiência, mas sim gerado pela construção dialética que resulta de uma síntese dinâmica e automática da complexidade interna do indivíduo. Essa experiência não está simplesmente dentro de nós e totalmente formada, e embora seja constituída pela construção de distinções linguísticas, não é completamente determinada por uma ordem linguística a ela imposta de fora, como propuseram certos construtivistas radicais. A natureza humana tem sua própria ordem e não espera passivamente por uma ordem imposta de fora pela linguagem e cultura, de forma que as pessoas são orientadas por sua complexidade interna em interação com as particularidades de uma situação.

Uma perspectiva construtivista dialética se distingue das construtivistas mais simples ao dar uma importância maior à experiência do mundo externo, ao entrar em contato com ele, no conhecimento de mundo de uma pessoa e ao dar uma relevância à experiência e ao conflito internos na construção do significado subjetivo, como argumentam Greenberg e Pascual-Leone (1997). Uma visão mais tradicional, a qual se referem como construtivista categórica enfatiza a existência *a priori* de princípios ou categorias fundamentais que estão protegidas do *feedback* empírico e que, ao invés de serem informados pela experiência, informam-na. Esse ponto de vista assume a existência de formas ideais e pré-determinadas para classificar a realidade, ou seja, tem um sabor idealista porque defende a ideia de que certas categorias ideais existem na cabeça de um indivíduo, precedendo a experiência, acabando por confundir

a interpretação com a experiência pura e da ao primeiro aspecto uma relevância maior como determinante da conduta humana. Por esse ângulo, algo é totalmente A ou não é A, sendo difícil ver como pode existir algo entre os dois, em evolução ou em transição – parcialmente A e parcialmente não A. Enfim, essas teorias propõem que as pessoas constroem a existência através de seus próprios sistemas de construção, sendo desse modo, construtores de suas realidades.

De fato, as pessoas constroem sua própria existência, mas certas ações impositivas da realidade são experimentadas diretamente e não são construídas pelos sujeitos. Assim, uma postura construtivista dialética relativiza as categorias e vê os processos psicológicos básicos abertos às mudanças resultantes da experiência; por isso, a atividade dirigida a um objetivo voltado para o ambiente é visto como um aspecto central da experiência, e então, sob esta ótica dialética, a maioria dos mecanismos inatos servem a um propósito geral e não se voltam para um terreno específico de atuação (Greenberg & Pascual-Leone, 1997).

Para finalizar a apresentação dos argumentos de Greenberg e Pascual-Leone (1997), o construtivismo dialético postula que o conhecimento de uma pessoa é dinamicamente derivado de seu repertório de esquemas ou unidades de conhecimento que são ativados pela situação e a medida que as pessoas utilizam seus esquemas, elas organizam certas percepções da realidade; a realidade, na prática, seleciona do repertório da pessoa quais os esquemas (em termos da história passada da espécie ou do organismo) que serão evocados, esses esquemas servem para a finalidade de configurar, e às vezes sintetizar, o estado particular dos fatos. Pode-se dizer então, que a realidade oferece resistências e que os padrões de assimilação do sujeito, ou seja, os padrões de esquemas ativados refletem epistemologicamente essas resistências e servem para constituir os objetos da experiência na forma de esquemas mais complexos. Para finalizar, a visão construtivista dialética vai além das abordagens radicais ao reconhecer a existência das imposições da realidade nas construções mentais e não presume a existência de conteúdos psíquicos culturalmente invariáveis que pré-determinam a experiência, como nas abordagens psicodinâmicas. Pelo contrário, pressupõe que o funcionamento de um conjunto de processos gera as formas e conteúdos da experiência através das interações dinâmicas entre o repertório existente de esquemas e das imposições da situação. Quando um terapeuta usa essa abordagem ele não parte de pressupostos prévios sobre um conjunto de conteúdos psíquicos que precisam ser trazidos à consciência, na

verdade, ele é um especialista no processo de facilitar a atenção para a complexidade interna e a construção da razão vital.

#### 4.3.3. Gonçalves

Gonçalves (1997) sustenta que os construtivistas clamam pela necessidade de uma busca contínua por formas mais apropriadas de conhecimento ao mesmo tempo em que reconhecem que essas formas são passíveis de revisão e substituição. O conhecimento não existe dentro ou fora do conhecedor, ao invés disso, é um movimento crítico contínuo entre conhecedor e conhecido, uma construção em constante desenvolvimento e permanentemente limitada pelos limites de um espaço e tempo em seus aspectos culturais e biológicos. Tornase, importante, importante diferenciar a atitude solipsista adotada pelos construtivistas radicais e a visão mais dialética, compartilhada pelos construtivistas críticos. Estes são essencialmente realistas, embora realistas críticos e formuladores de hipóteses não negando a existência de um mundo real, mas compreendendo as limitações em conhecer esse mundo diretamente. Em tese, uma ontologia e epistemologia dialéticas são variáveis dependentes da intervenção construtivista, de modo que os terapeutas visam promover em seus clientes uma atitude dialética em direção ao conhecimento fazendo com que continuamente encarem os problemas mal estruturados ou obstáculos epistemológicos para conscientizá-los de que a compreensão é um processo de desenvolvimento contínuo de contradições para novas sínteses, em direção a formas mais abrangentes de compreensão. Existir é, nesse sentido, atualizar dialeticamente as constantes mudanças.

A revolução cognitiva dos anos 50 destacou como prioridade esclarecer as estruturas, processos e os conteúdos envolvidos na construção do conhecimento. Como resultado disso, a identidade da ciência psicológica passaria a ser definida em torno dos processos por intermédio dos quais os seres vivos constroem e transformam o conhecimento, não somente num processo de assimilação passiva, mas sobretudo num processo de pró-ação ativa capaz de alterar os nichos nos quais este conhecimento se contextualiza, conforme Gonçalves (1998), em suas palavras:

Por outras palavras, à medida que foram estudando os processos de construção de conhecimento, os psicólogos foram se dando conta de que os seres humanos não eram armazenadores reativos de realidades em relação às quais se adaptam por processos de *feedback* mas, pelo contrário, eram indivíduos que alteravam as próprias realidades num processo de *feedforward* ativo. O conhecimento surge

assim como um processo ativo da transformação dos próprios nichos ecológicos de modo a facilitar a viabilização do organismo (Gonçalves, 1998, p. 16).

Digamos que, se colocado desta forma – como um processo de construção ativa – o conhecimento passa a ser indissociável da própria experiência. Mais ainda, ao abandonar a concepção passiva e reativa do conhecimento o objeto passa a situar-se no contexto da experiência do indivíduo. Os seres vivos conhecem, reconhecem, transformam e transformam-se do decorrer da sua existência como ressalta Gonçalves (1998). Do mesmo modo que, como tão bem sustentou Piaget, a história de um indivíduo é a história do seu conhecimento, assim como, a história do conhecimento não é mais que a história da existência.

Passemos agora à ideia de que todo conhecimento, e por implicação, toda a existência, tem uma natureza inerentemente hermenêutica. Como sugerido anteriormente, a substituição de modelos retroativos por modelos ativos motores acentuou a noção de que cada sujeito constrói a sua realidade por um processo de codificação ativa. A ordem e regularidade correspondem à necessidade psicológica de dar sentido e coerência à experiência. Daí que Gonçalves (1998) defende que realismo e objetivismo representam uma das formas extremas de idealismo e subjetivismo, uma vez que procuram impor um absolutismo de significados. A definição de um mundo único e estável através da sacralização de uma hiper-realidade é uma atitude do mais sofisticado niilismo que aparece aqui disfarçado de realismo para esconder que a sua proposta é a de “um constrangimento unirealista por contraponto à visão multirealista que nos propõe o construtivismo contemporâneo” (p. 19).

Resumindo as ideias de Gonçalves (1998) expostas aqui, o conhecimento é hermenêutico não porque pré-existe um sistema de significados, mas pelo fato de que a existência remete para a possibilidade de construção de significados diversos e transformadores de uma realidade que se caracteriza, ela própria, pela sua “caleidoscópica” diversidade. Resta esclarecer o processo pelo qual esta hermenêutica se liga à experiência. O autor é claro em defender que a multiplicidade de significados só é possível graças ao poder criativo e múltiplo da linguagem e do discurso humano; reconhece-se assim, que a linguagem e o discurso constituem os meios e os fins do processo de significação e conhecimento por si só e não revelando uma realidade essencial pré-existente. É essa matriz narrativa que constitui o processo com o qual o sujeito cria significados múltiplos da existência - Bruner chamou isso de pensamento narrativo – e constrói o conhecimento da experiência diária. No fundo,

pensamos da mesma forma como existimos, por meio de narrativas, da mesma forma que vivemos num espaço e numa temporalidade dos quais nos damos conta através das narrativas. Neste sentido, a narrativa é algo que somos, e como o ser é indissociável do conhecer, a narrativa é também conhecimento e não se encontra pré-determinada a uma estrutura que lhe é exterior; estamos de novo propondo uma aproximação do conhecimento à existência, uma visão experiencialista da cognição humana em que não há nenhuma “voz de autoridade” ou “resposta final”.

#### 4.3.4. Guidano

No final dos anos 70, segundo expressa Guidano (1991a), começou a mudar a orientação epistemológica referente às questões básicas sobre “o que é o mundo”, “o que é a realidade” e “o que é ser indivíduo nesta realidade” e para responder a elas a metáfora do computador definiu o tema subjacente de que há uma ordem externa única e igual para todos, na qual o significado das coisas já está contido e o conhecimento é simplesmente uma reprodução, uma representação mais ou menos exata dessa ordem.

Guidano (1991a) pensa que Bacon formulou essa tese empirista dizendo que “os sentidos não mentem” e são uma espécie de representação imutável dessa ordem. Com o Círculo de Viena, segue ele, chegam às formulações do “racionalismo” baseadas no empirismo perceptivo-sensorial; esta ordem externa imutável que Bacon equiparou a uma ordem sensorial tornou-se um conjunto de axiomas racionais de acordo com a lógica formal. A concepção de conhecimento então é de algo que provém de fora, logo o ser humano assume um rol de coletor, recebendo de fora o sentido das coisas. Desse modo, a única forma de avaliar a validade de um determinado conhecimento seria através de um critério de correspondência ao ser submetido à ordem dos axiomas lógicos racionais, isso é, a representação de si e do mundo é resultado de um processo cognitivo caracterizado por uma direcionalidade que vai do externo ao interno, ou seja, da realidade ao sujeito (Guidano, 1990, 1991a, 2001).

Neste sentido, a noção clássica conferia ao observador (o homem) uma posição privilegiada a qual se podia conhecer a realidade de forma objetiva. Esta concepção, advinda da tradição empirista, sustenta que a realidade é externa e única para todos os seres humanos e, portanto, o conhecimento é alcançado prescindindo de todo o raciocínio e hipóteses de modo a obter uma réplica da realidade, uma reprodução sensorial desta. Isso supõe que existe



uma ordem única externa que o observador copia internamente através de seus sentidos. Estes postulados do empirismo, que certamente influenciaram a ciência moderna, foram modificados em parte pelo racionalismo, no entanto, ambos coincidem ao considerar a existência de uma realidade única que pode ser conhecida, havendo portanto, uma correspondência entre realidade e conhecimento (Balbi, 1994; Zagmutt, 2006).

Essa imparcialidade do observador, como sugere Guidano (1990, 1998) corresponde a uma passividade na interação com o mundo uma vez que cada organismo passa a ser considerado simplesmente como um respondente a uma ordem externa na qual o sentido das coisas é dado objetivamente definindo o significado de um input de forma unívoca antes do organismo recebê-lo.

No final da década de 80 a epistemologia empirista entrou em crise, isso já havia acontecido em outras ciências como biologia, química e física. A mudança que resultou dessa crise diz respeito às concepções de realidade que passou a ser vista como um fluxo contínuo e multi-direcional que está continuamente desdobrando em níveis que são irreduzíveis um ao outro; assim, um observador perde a posição privilegiada defendida por Bacon (Guidano, 1991a; Guidano & Dodet, 1993; Fonte, 2006). Tal mudança na relação observador/observado, conseqüentemente leva a uma reformulação da noção de realidade, conhecimento e organismo, cuja autonomia se define em termos de auto-organização e manutenção da própria identidade do sistema (Guidano, 1990).

Seguindo essas afirmações Guidano, em texto no qual descreve sua trajetória pessoal como terapeuta, expressa:

“después de casi tres años de práctica cognitiva comenzó nuevamente a aflorar una sensación, cada vez más enojosa de discrepancia entre la lógica lineal del planteamiento teórico y la multiforme complejidad que la práctica terapéutica acaba después por imponer. [...] Se veía cada vez más claro, por ejemplo, que la elicitación de emociones implicantes por su intensidad y su cualidad en el curso de la relación terapéutica era capaz por sí mismo de producir cambios significativos, sin que fuese necesaria la intervención de técnicas codificadas de reestructuración cognitiva, y eso era difícil de explicar de acuerdo con el planteamiento habitual. [...] parecía que el significado personal en la base de un sistema de creencias individuales, a diferencia de las creencias concretas, fuese mucho menos susceptible de transformaciones significativas y tendiese a permanecer inalterable aun a despecho de cambios consistentes. [...] Las consideraciones que de este modo se podían extraer ponían de manifiesto que “la caja negra” era mucho más compleja de cuanto no dejase suponer en entusiasmo inicial. [...] Nuevamente debía cambiar de actitud aunque estaba claro que esta vez, a diferencia de lo acaecido un año antes en el tiempo de la crisis conductista, no era posible continuar

ni ampliar aquel mismo paradigma empirista-asociacionista que hasta entonces había servido de punto de referencia. En primer lugar, era evidente que el paradigma empirista se había llevado hasta sus límites máximos, más allá de los cuales su estructura misma no se habría podido sostener. Como se dice en la jerga colorista de la vida cotidiana, “se había restregado el fondo de la olla”. En segundo lugar, el problema no era el de introducir esta o aquella novedad para lograr explicar esta o aquella anomalía, sino que se veía por el contrario, la necesidad de modificar conceptos básicos como “organismo”, “conocimiento”, “realidad”, “objetividad”, etc” (Guidano, 1990, p. 118-120).

Vamos à noção de realidade. Guidano (1987) destacou na ultima década o surgimento, dentro das ciências naturais, uma perspectiva denominada “epistemologia da complexidade”. Nesta ótica, a realidade é um princípio inerente da dinâmica da vida e, portanto, assume formas crescentes de complexidade na medida em que procede através da escala evolutiva. Desta forma, considerar os organismos vivos em termos de sua complexidade significa enfatizar sua auto-determinação e auto-organização (Guidano, 2001) nos caminhos do seu desenvolvimento. Para Moltedo (2008) e Zagmutt (2006), a aderência de Guidano ao modelo de uma epistemologia da complexidade, bem como o distanciamento do paradigma empírico-asociacionista – claro nos textos *Cognitive Processes and Emotional Disorders* e *Complexity of the Self* – resulta necessário considerar a plasticidade, flexibilidade e abertura dos processos individuais de desenvolvimento que estão na base do ordenamento que cada organismo faz da realidade.

A organização da realidade consiste na construção auto-referente de um sistema ao invés de um mero reflexo da ordem externa de modo que, ao criar sua ordem no interior de um fluxo de estímulos que mudam continuamente, essa construção define sua individualidade e identidade enquanto sistema. Logo, na construção da ordem da realidade – experiência- conhecimento não está ligado apenas a uma atividade cognitiva em termos de pensamento lógico e racional, mas também, sobretudo, a uma atividade motora e emocional vinculada a mecanismos tácitos e analógicos. A auto-referência regula a organização de um sistema graças à capacidade de transformar as perturbações provenientes da interação com o ambiente em informações significativas sobre a organização da experiência, que não tem a finalidade de obter um equilíbrio estático do tipo homeostático, mas como um processo de direcionalidade progressiva de manutenção da coerência interna (Guidano, 1990, 1998).

Dessa forma, longe de ser unívoca e objetivamente dada, a realidade, pelo contrário, aparece como uma rede de processos estreitamente interconectados entre eles e articulados a níveis múltiplos de interação, os quais, mesmo que simultaneamente presentes, são

irredutíveis entre si. Daí resulta que, cada observação, longe de ser externa e neutra, é auto-referencial e reflete sempre a si mesma, isto é, traduz a ordem perceptiva a qual baseia a qualidade intrínseca do objeto percebido. Então não é possível para um observador conhecer a totalidade destes múltiplos níveis nos quais o próprio observador está incluído; é justamente a observação deste observador que introduz uma ordem neste contínuo fluir de processos interconectados e que graças às interações múltiplas produzem características únicas; uma ordem que é inerente às determinações estruturais do organismo que observa antes que a realidade externa em si mesma. Desta forma, não há uma única ordem, mas muitos mundos possíveis como observadores que existam (Guidano, 1990; Fonte, 2006), e ao não existir separação entre objeto e observador, a modalidade de construção da experiência tem mais relação com a viabilidade que com a correção (Molledo, 2008).

A mente é um sistema ativo que constrói não somente o *output*, mas participa também do *input*, que incluem as sensações nas quais as construções são baseadas. Desse modo, não se pode atribuir ao observador uma posição privilegiada de alguém que vê de fora, mais que isso, segundo Guidano (1991b) toda observação introduz na rede de processos uma distinção ordenadora por meio da qual as ambiguidades resultantes das interações múltiplas adquirem, aos olhos do observador, um caráter inequívoco e necessário. Resulta disso, que qualquer observação, longe de ser externa e objetiva, é auto-referencial, pois sempre reflete si mesma, em outros dizeres, reflete a ordem perceptiva que se baseia mais do que nas qualidades intrínsecas do objeto percebido. O conhecer não representa uma realidade dada segundo uma lógica de correspondência externa; é a construção e reconstrução contínuas de uma realidade capaz de conferir coerência ao fluxo da experiência do sujeito.

Icart e Blanche (2001) concordam sobre isso ao defenderem que qualquer descrição de mundo se realiza desde a perspectiva da observação do observador como participante construtor de realidades, assim, o suposto de que o mundo tal como experimentamos é independente de quem o conhece é questionado, o que obriga a inevitável conclusão de que conhecedor e conhecido, sujeito e objeto, determinam um ao outro e surgem simultaneamente. Portanto, se observador e observado são parte do mesmo objeto descrito, a convergência entre o sujeito cognoscente e o objeto por conhecer não pode ignorar os princípios da reflexividade, que se fundamenta na natureza auto-referente dos sistemas, isto é, na capacidade que os sistemas desenvolvem para tomar consciência de si e se delimitar com respeito a um ambiente. Por meio dessa delimitação os sistemas acessam a auto-observação, sem ela os

sistemas não são capazes de gerar todos os componentes que precisam para suas operações e processos autopoieticos. Dito isso, se chega que o problema da objetividade é uma questão epistemológica, primeiro porque a observação é um processo ativo de produção de dados que supõe uma intervenção sobre o observado, e que portanto o modifica; e em segundo, porque a medida com a qual se pretende dimensionar algo externo ao sujeito jamais é neutra, mas sempre se baseia em um valor.

Ora, se o conhecimento, como foi apontado, não vem de fora e nem é uma representação de uma ordem prévia já existente na realidade, então, o que é o conhecimento? Guidano (2001) e Balbi (1994) observam que o conhecimento é uma propriedade dos organismos – humanos e não humanos – que consiste na capacidade de se auto-organizar, de ordenar a própria experiência. Trata-se de uma ordem interna do organismo, dependente das características peculiares de sua dotação biológica, e não da réplica de uma suposta ordem pré-existente na realidade. É nesse sentido que dizemos que haverá tantas ordens de realidade quanto organismos distintos que organizam sua própria experiência; e todas essas ordens, todos estes conhecimentos serão verdadeiros em si mesmos, já que as supostas contradições entre uns e outros se originam na característica do conhecimento enquanto auto-referencial.

Esta perspectiva considera a capacidade auto-organizativa do sistema de conhecimento como uma limitação evolutiva básica que, através da ascensão de capacidades cognitivas superiores, estruturam progressivamente um sentido completo de identidade pessoal com sentimento de identidade e continuidade histórica. Por esta razão, a manutenção da identidade se torna tão importante, pois sem ela o indivíduo seria incapaz de funcionar adequadamente e perderia, ao mesmo tempo, o sentido da realidade. Assim, um sistema de conhecimento que se auto-organiza é autônomo ao menos por duas razões fundamentais: primeiro porque a percepção da identidade pessoal não se recebe simplesmente de uma realidade externa já ordenada objetivamente, mas é construída pelo sujeito conhecedor que produz sua própria identidade ordenando a experiência em curso de acordo com as capacidades disponíveis de processamento da informação. Desse modo, o mundo é interpretado de forma diferente não só em relação à organização da personalidade, mas também em relação à etapa do desenvolvimento particular a qual o indivíduo esta funcionando. Em segundo lugar, todas as pressões que emergem para a mudança, como consequência da assimilação das experiências em curso, estão subordinadas à manutenção da identidade pessoal (Guidano, 1987, 2001).

A diferença entre duas versões de mente que Balbi (2010) propõe radica em uma discrepância epistemológica de base, e sua noção de conhecimento, em outras palavras, a diferença radica na premissa acerca da relação existente entre a ordem do conhecimento e a ordem da realidade. A primeira versão, da mente como um processador de informação exige uma relação de correspondência entre conhecimento e realidade, de tal modo que, por mais complexo e abstrato que seja este ordenamento interior, sempre será resultado de combinar dados que tem um conteúdo informativo e um significado prévio na realidade. A segunda versão, da mente como construtora de significados, parte da base que o conhecimento depende da nossa própria estrutura, e não da ordem da realidade, qualquer que seja esta. Para o cognitivismo pós-racionalista o conhecimento é um ordenamento da própria experiência, e esta não é somente cognitiva, mas também perceptiva, motora e emocional; o conhecimento é também cognitivo, motor, perceptual e emocional. Esta é a concepção que Balbi (1994) afirma que leva Guidano a definir seu enfoque como pós-racionalista. Pós-racionalismo, e não anti-racionalismo.

A concepção construtivista e “pós-racionalista” que entende a mente como construtora de significados, concebe este com um sentido mais amplo que a noção racionalista clássica do início do século, a qual significava somente a referência simbólica que tinha uma proposição lógica e sobre todo o significado acerca da relação entre as palavras e as coisas do mundo. Cada mente constrói um sentido de pertinência e continuidade sem que haja a necessidade de uma reflexão (Guidano, 2001).

Esta noção de conhecimento implica uma mudança no conceito de adaptação que se refere a passar do critério de “adaptação válida” (correspondente com a realidade) a um critério de “adaptação viável”, ou seja, aquele que o organismo pode ordenar segundo sua estrutura; os organismos buscam regularidades e recorrências no mundo da experiência a fim de ordená-la de um modo eficaz para a sobrevivência (Guidano, 1991b). Assim, a noção de adaptação já não é um processo pelo qual o organismo vai cedendo frente às pressões do ambiente, moldando-se a este. Pelo contrário, é um processo de caráter inverso, um processo no qual o organismo transforma as pressões do meio em uma ordem interna, em mundo de significados próprios que dão consistência às suas percepções e experiência (Guidano, 1990, 1991b, 2001).

Sendo assim, o significado pessoal construído refere-se às experiências em curso e estão ligados à manutenção da coerência do sistema de conhecimento individual; neste

sentido, o construtivismo incorporou o conceito de *self* como sendo útil para a formulação e intervenção psicoterapêutica (Olguín, 2007); uma vez que o aparecimento de níveis mais estruturados de conhecimento sempre resulta da assimilação de desequilíbrios e discrepâncias produzidas no curso da experiência de modo que a reorganização do significado pessoal depende do modo com que tais discrepâncias são integradas. Desse modo, a metodologia terapêutica do cognitivismo sistêmico se distingue em dois aspectos fundamentais: o abandono, por parte do terapeuta, do papel de observador privilegiado, imparcial e objetivo, e a compreensão, por parte do cliente, da dinâmica de seu significado pessoal que não é obtida pelo enfrentamento dialético derivado de estratégias racionais ou comportamentais (Guidano, 1990).

O modelo cognitivo pós-racionalista rejeita o empirismo norte-americano de modo que a perspectiva ontológica implica basicamente que o ordenamento do nosso mundo é inseparável do nosso ser nele, ou seja, da nossa forma de experimentá-lo; que conhecer corresponde a existir e que o significado é o modo em que o existir se torna apreensível (Guidano, 2001). De fato, o problema da natureza e estrutura da experiência humana não surge a partir da posição epistemológica empirista, pois desde uma perspectiva não empirista o ponto essencial é compreender em que medida influi a experiência humana em nossa percepção de mundo. Um marco de referência é a adoção de uma perspectiva epistemológica evolucionista, isto é, o estudo da evolução do conhecimento e dos sistemas de conhecimento. Assim pode-se adotar outro ponto de vista da mente – as teorias motoras da mente – que implicam em ver o conhecimento como a atividade de um sistema que se organiza ordenando o mundo, e essa ordenação é uma ordenação geradora da mente (Guidano, 1995; Zagnutt, 2006).

A mente, desde um ponto de vista epistemológico evolutivo apresentado por Guidano (1987), parece ser um sistema construtivo ativo capaz não somente de produzir o que emite, mas também, em grande medida, o que recebe – incluindo as sensações básicas que subjaz a construção. Por isso, a necessidade de mudar a concepção da mente para a das “teorias motoras” ao invés das teorias empíricas sensoriais que descrevem a mente como um mero coletor de sensações, o que implica numa suposição simplista de que a ordem e o método, em verdade, pertencem à realidade.

A epistemologia evolutiva entende o conhecimento como uma propriedade da vida que evolui e que é o resultado emergente de processos bio-psico-sociais conforme Guidano

(2001) observa, além disso, se relaciona com a identidade, destacando que o fato de que todo conhecimento reflete os imperativos auto-referenciais específicos, através dos quais um sistema vivente estrutura sua própria realidade, nos permite formular o problema da identidade em termos biológicos, como em termos dos processos psicológicos substituindo as implicações “intuicionistas”. A noção de auto-organização dos sistemas vivos permite aos indivíduos manter sua integridade como sistema e que é observada em termos de coerência interna o que implica que as pressões indutoras de mudança na vida emergem como consequência da assimilação contínua da experiência e que vai construindo com o tempo um sentido de identidade único. Finalmente, um dos autores que influenciaram o trabalho de Guidano sobre epistemologia evolutiva foi Walter Weimer, que sustenta que os organismos são teorias de seu ambiente, que significa que as estruturas de conhecimento são entendidas como pautas evolutivas que se desenvolvem em resposta às pressões do meio ambiente. Definir o ser humano como uma teoria de seu ambiente implica em apreciar o conhecimento refletindo as limitações filogenéticas e ontogenéticas características da espécie humana. Os processos auto-organizadores na visão de Opazo e Suárez (1998, p. 43) constroem uma forma de dar significado à experiência e dependem da história do indivíduo, caso isso seja levado em conta, “a verdade é vista como o limite para o qual tendemos, sem nunca alcançá-lo. Nosso conhecimento sempre será, então, proposicional, construtivo e predeterminado”.

Conceber os organismos como teorias sobre seu ambiente como expressa Weimer implica, por suposto, uma mudança no enfoque da relação entre realidade e conhecimento, este não pode ser contemplado como uma aproximação à verdade, ou seja, um passo para compreensão última e certa da realidade, já que o conhecimento simplesmente expressa uma relação entre conhecedor e conhecido. Se considerarmos o ser humano não somente como um sistema de conhecimento, mas como um sistema de conhecer histórico, a consequência metodológica é uma perspectiva evolutiva do ciclo de vida. Isso porque a coerência sistêmica de qualquer unidade que se auto-organiza só pode ser compreendida se consideradas as condições inicialmente restringidas do sistema e sua trajetória evolutiva seguinte (Guidano, 1987).

Uma estrutura apropriada para investigar o problema da experiência humana deve estar assentada sobre dois pontos básicos, como defendem Guidano (1997) e Balbi (1994). O primeiro é o pressuposto de uma epistemologia evolucionista, isto é, uma perspectiva baseada no estudo contínuo dos sistemas de conhecimento e do saber em evolução; uma vez que

enquanto seres humanos não fugimos da nossa maneira particular de ser – que é carnal e animal, tal postura exige reconhecer que a corporalização da experiência humana é central. O segundo ponto básico é que a ordenação do mundo é inseparável da nossa maneira de experimentar, ou seja, nós o experimentamos, e isso implica num distanciamento entre o sujeito e o momento vivo. O importante de ressaltar aqui é o fato de que não há um ponto de vista externo e imparcial que seja capaz de analisar o conhecimento individual independente da representação desse mesmo conhecimento. Portanto, o conhecimento deve ser considerado a partir de uma epistemologia e ontologia na qual o conhecer, a consciência e outros aspectos da experiência humana são vistos do ponto de vista do sujeito que experimenta.

Se, conforme Guidano (1991b), o ordenamento do nosso mundo é inseparável do nosso ser nele, então conhecer corresponder a existir, o significado é o modo em que o existir se torna apreensível e é primordialmente próprio da atividade auto-organizadora do ser humano, sendo este uma compreensão ontológica a qual se conforma mediante a estruturação de categorias básicas (auto-identidade, competência, controle) entre o ser e o mundo capaz de produzir experiências coerentes. Todo sistema de conhecimento individual deve ser considerado, desde o ponto de vista ontológico, como uma organização auto-reguladora dos processos de significado pessoal, por outro lado, a consciência (como experiência imediata do próprio si mesmo) aparece simultaneamente unida à percepção de que o sujeito é agente causal dessa experiência e afeta, de forma inevitável, o conjunto fluente de possibilidades no contexto presente, a qual pode ter como consequências certas categorias de atribuição causal, tanto negativas como positivas.

O racionalismo, como exposto por Guidano (2001), é colocado como uma forma de empirismo, e mesmo parecendo estranho, pois as duas correntes compreendem maneiras opostas acerca da origem do conhecimento; o autor faz diferença entre o movimento comportamental, que não é racionalista por não admitir a existência da mente e de estados internos, e o movimento cognitivista, que elabora o empirismo em termos mais racionalistas: admite-se uma realidade externa, objetiva e única que corresponde a um conjunto de axiomas racionais, porque a realidade é uma ordem lógica, e aqui, refere-se à lógica formal. Se o conhecimento corresponde à lógica da realidade, as ações racionais obtêm o rol desejado, e as emoções, são positivas; por outro lado, se as crenças não correspondem, são anômalas, irracionais, as ações não alcançam o objetivo desejado e as emoções são negativas. Em resumo, Guidano entende o empirismo com princípios de que a realidade e o significado dela



são externos ao homem, com uma verdade definida e revelada, o único problema colocado é alcançá-la em si mesma.

Em oposição ao associativismo, o movimento pós-racionalista nas terapias cognitivas construtivistas defende critérios que diz respeito à prevalência da abstração no conhecimento humano, sendo o principal aspecto do funcionamento mental não a criação ou destruição de laços associativos, mas os processos ativos de expectativas, a formulação de hipóteses e teorias. As sensações, ao contrário do que é defendido pelo associativismo, são o resultado das capacidades abstratas da mente que cria um sistema complexo de regras abstratas responsáveis pelas qualidades concretas e particulares da nossa experiência consciente. Em outras palavras, o ponto inicial a partir do qual o mundo sensorial que experimentamos é derivado, pode ser encontrada - ao contrário da crença empirista - em uma série de regras abstratas que refletem a complexidade e a capacidade autônoma para a organização que a mente humana tem adquirido ao longo de sua evolução (Balbi, 2008; Zagmutt, 2006).

Deste modo, o conhecimento, que resulta de um processo construtivo e interativo contínua a oscilar entre dois níveis de conhecimento tácito (regras de organização idiossincráticas profundas que providenciam o quadro sobre o qual o sistema antecipa e orienta o seu foco de atenção e a atividade de seleção e bloqueio da percepção) e explícito (crenças, desejos, expectativas, emoções e outros estados que, em um nível superficial estão disponíveis para a nossa consciência e verbalização, compõem o material do nosso conhecimento explícito, um sistema no qual os conteúdos que emergem do conhecimento tácito são refletidos e organizados). Esta conversão do conhecimento, de tácito para explícito e vice-versa, não consiste em uma mera "tradução de uma língua para outra", mas sim um processo generativo complexo, construtivo e dialético, em que ambos os níveis são interdependentes e se influenciam mutuamente (Guidano, 1987, 1995).

Daqui resulta que, segundo Guidano (1991b), os componentes intersubjetivos da nossa experiência devem integrar a estrutura básica de nossas proposições sobre a natureza e o desenvolvimento dos processos mentais humanos que pretendem explicar o fenômeno da identidade pessoal e seus processos patológicos. Além disso, se a variável principal no processo individual de ajustamento e sobrevivência é o desenvolvimento das habilidades necessárias para a coordenação recíproca com os outros, então o conhecimento humano, em termos de complexo de autoorganização da experiência, é não só cognitivo (no sentido do pensamento), mas a sua estrutura é essencialmente afetivo-emocional. Segundo essa

concepção, a matriz de sentido que é processado pelo pensamento é sempre afetivo-emocional, uma vez que nos seres humanos, como em outros mamíferos, as emoções proporcionam uma sensação imediata e global do mundo e nossa posição nele. Em outras palavras, as emoções consistem de formas específicas de conhecimento, um sistema biológico arcaico de cognição, que é facilmente ativado e serve à finalidade de sobrevivência. Essas premissas endossam a ideia de que são basicamente as emoções que regulam o funcionamento mental.

Como expressa reiteradamente Guidano (1987, 1990, 1991a, 1991b, 1995, 2001) uma característica distinta do conhecimento humano é sua capacidade de construir ativamente sua própria identidade através de uma progressiva diferenciação entre o “eu” e o “não eu”. Além de ser a base epistemológica subjacente da atividade auto-referencial, a necessidade de semelhança entre o sujeito que percebe e o objeto percebido, implica logicamente, que qualquer auto-conhecimento tem seu fundamento na presença da interação com os outros. Portanto, a progressiva construção de modelos da realidade é regulada por estruturas da identidade pessoal para construir aspectos representacionais do mundo externo consistentes com atitudes para com a realidade definidas por uma auto-imagem particular. Essa atividade reguladora é realizada por um conjunto de procedimentos de regras sobre os quais descansa a coerência e estabilidade dos modelos de realidade: 1) as regras que coordenam a assimilação da experiência, que são aquelas que determinam quais domínios da experiência serão considerados significativos e os padrões de integração dessas experiências dentro de estruturas de conhecimento pré-formadas; e 2) as regras que coordenam os procedimentos de solução de problemas e que definem a natureza dos problemas significativos e a estratégia para lidar com eles. Isso define a relação estrutural com a qual a identidade pessoal interatua com a experiência, fazendo a conduta consistente com a qualidade da atitude para si mesmo que se tem estruturado até o momento. A estruturação de uma atitude para a realidade, portanto, depende hierarquicamente, da atitude estruturada para si mesmo; dito de outra forma, nossa forma de ver a realidade – e a nós mesmos dentro desta realidade – essencialmente, depende de como vemos e concebemos a nós mesmos.

Resumindo, Guidano toma como ponto de partida uma visão evolucionista do conhecimento, baseando nas premissas da epistemologia evolutiva de Campbell e Lorenz e na teoria motora da mente de Weimer para conceber o conhecimento como o produto de um sistema de construção ativa da mente, negando a origem sensorial do conhecimento, assim

como a passividade do organismo que conhece. Disso resulta que o indivíduo evolui, adaptando-se ao ambiente, organizando os processos cognitivos próprios de uma maneira ativa que influencia na formação das expectativas, hipóteses e teorias que guiam tanto a ação quanto a percepção, construindo o conhecimento individual de mundo (Molledo, 2008). Nesta visão, a maneira como o sistema de conhecimento do ser humano na sua relação com o ambiente é estruturada, a pessoa é o agente regulador central da organização do conhecimento.

#### 4.3.5. Neimeyer

Para Neimeyer (1998), uma concepção construtivista da ciência pessoal difere significativamente das suposições mais tradicionais da terapia cognitiva-comportamental. Enquanto estas enfatizam a superação das crenças irracionais, das suposições disfuncionais e erros cognitivos, a concepção construtivista abandona as crenças numa realidade singular, estável e universal, em contraste, os construtivistas se apoiam numa versão afirmativa da epistemologia pós-moderna na qual busca-se um sistema de crenças legitimado num mundo onde nenhuma perspectiva é intrinsecamente mais correta, adaptativa ou funcional do que outras.

Ele defende (Neimeyer, 1993) que o *Zeitgeist* pós-moderno mais amplo do qual deriva a psicoterapia cognitiva construtivista baseia-se em uma crítica conceitual à epistemologia objetivista. Particularmente, oferece uma alternativa de psicoterapia que busca um conhecimento pessoal viável num mundo onde não existem referências fixas fornecidas por uma realidade externa diretamente cognoscível. Dito isso, os processos de mudança humanos podem ser facilitados, mas não dirigidos, porque nem terapeuta, nem cliente, podem reivindicar um ponto de vista privilegiado justificado por uma validade empírica superior. Em vez disso, para ele os construtivistas atuam como colaboradores que ajudam os clientes a construir teorias pessoais mais coerentes e abrangentes que promovam uma revisão dos temas centrais e narrativas pessoais.

Sendo assim, Neimeyer (1993) ressalta, a respeito da epistemologia construtivista, que o conhecimento é ação e construção do sujeito da experiência para novos quadros interpretativos, além de ser evolutivo, ou seja, a invalidação é resultado de processos de seleção de interpretações mais abrangentes. Dessa maneira, o critério de validação do conhecimento se dá através da consistência interna com estruturas de conhecimento existentes

e consenso social entre os observadores. Assim, a viabilidade e precisão do conhecimento está relacionada a uma diversidade de significados e interpretações que implica num conhecimento estruturado em uma hierarquia de sistemas auto-organizados pró-ativos e coordenados.

Ainda sobre a oposição conceitual à epistemologia objetivista, sob um aspecto reflexivo, Neimeyer (1997a) declara que as suposições epistemológicas associadas ao construtivismo são consideradas sob dois níveis: seu posicionamento relativo à natureza do conhecimento abstrato e à indagação científica por um lado, e a descrição dos atos de conhecimento pressupostos dos indivíduos ou comunidades humanas por outro. Assim, na perspectiva construtivista, é negado aos seres humanos qualquer acesso direto a uma realidade imediata que esteja além da linguagem e que seja definida de um modo geral como o repertório total das expressões e ações simbólicas propiciadas pela cultura. Tal condição existencial leva à proliferação de diversas, e frequentemente contraditórias, realidades nos contextos social, individual e familiar. Não obstante, muitas versões construtivistas resistem ao que pode ser chamado de solipsismo do tipo “vale tudo”. Embora, portanto, não seja possível aspirar um conhecimento universalmente válido que corresponda diretamente a um mundo real externo a nós, devemos recorrer aos recursos simbólicos do nosso tempo e espaço para formular teorias viáveis e úteis que habilitem uma negociação com o mundo social. O critério de adequação desses conhecimentos pessoais ou locais varia de um teórico construtivista para outro, todavia, inclui o grau com que favorecem a antecipação significativa de eventos, a promoção de um sentido de ação, a participação na própria vida e a organização de esquemas úteis para conduzir a ação humana.

Um aspecto que pode ser diferenciado no construtivismo são seus pressupostos operativos relacionados à estrutura do conhecimento pessoal e sua inserção social, conforme aponta Neimeyer (1997a):

Os seres humanos são vistos como sendo “preparados” para perceber padrões no mundo ao seu redor (Ropper, 1963). Confrontado com a complexidade do viver no tempo e no espaço, o indivíduo “apura seu ouvido com temas recorrentes”, a fim de pontuar o fluxo incessante originário da experiência: “Como um compositor, ele tem de colocar em palavras sua experiência, a fim de dar sentido a ela. [...] Desse modo, o “ato básico de dar significado” é o enquadramento da diferença (Bateson, 1972), que cunha o mundo experiencial em unidades pessoais e comunitariamente significativas. As bases da distinção que formam essas construções são, elas próprias, afirmações (Rychlak, 1990, 1992) que organizam experiências subsequentes e que compreendem partes específicas ou funções de uma estrutura ou sistema de auto-organização maior (Neimeyer, 1997a, p. 19).

Neimeyer (1993) julga ser lamentável que o construtivismo seja simplificado e assimilado a posições polarizadas como o idealismo ou solipsismo. Embora seja útil reconhecer este problema, outras dificuldades também requerem a atenção dos teóricos construtivistas, por exemplo, um modelo construtivo da evolução do conhecimento pessoal se beneficiaria do papel do meio ambiente (físico e social) na construção do sentido, uma vez que, mesmo que o mundo não possa confirmar diretamente a validade das próprias construções, ele pode de alguma forma, desconfirmá-la. Aceitar a possibilidade de que o mundo pode desconfirmar construções menos viáveis poderia representar menos um problema para orientações, como a teoria dos constructos pessoais, que em última análise, aderem ao realismo ontológico, assim como as abordagens construtivistas radicais que consideram a realidade inteiramente em função de distinções linguísticas.

Sendo assim, num primeiro momento, o construtivismo como uma metateoria, rejeita a premissa de que estejamos aptos a representar a realidade ponto-a-ponto (Vasconcellos & Machado, 2006). Concluindo, para alguns teóricos denominados construtivistas críticos, podemos representá-la, mas não através de um mero processo de reprodução; portanto, somos seus co-criadores por meio de uma capacidade holística e dinâmica. Para outros, que por sua vez se denominam de construtivistas radicais, não há representações, uma vez que o conhecimento não reflete uma realidade ontológica objetiva e sim um mundo totalmente construído pela experiência. Indubitavelmente, seria possível aludir uma série de outras questões e posições vinculadas a uma compreensão construtivista do funcionamento cognitivo, que por sua vez, está na base das próprias psicoterapias cognitivo-construtivistas.

Uma vez apresentadas as posições epistemológicas cujos autores declaram como base, passaremos agora a analisar tais posições para verificar o nível de consistência delas, bem como a explicitar a quais teorias epistemológicas elas se encontram, implicitamente, vinculadas.

## **CAPÍTULO 5. AVALIAÇÃO CRÍTICA**

Este capítulo cumpre o objetivo de oferecer uma avaliação dos pressupostos e teses epistemológicas aceitas pelos terapeutas construtivistas, que foram apresentados no capítulo anterior. Para isso, será abordado, a seguir, a questão dos fundamentos daquelas que considero as duas grandes correntes centrais da terapia construtivista, o Construtivismo Radical e Construtivismo Crítico, e a partir delas, será realizada uma análise epistemológica dos autores em termos da aderência ou não a essas teses.

### **5.1. Construtivismo Crítico e Construtivismo Radical**

Mahoney (1997b), em seus escritos, relata que existem problemas no construtivismo que merecem considerações. Um deles, a variedade de significados para os termos ‘construtivo’ e ‘construção’. Conforme Mahoney (2005), até o século passado o termo ‘construtivismo’ era relativamente pouco frequente. Atualmente, ele estaria sendo utilizado cada vez mais nos títulos e resumos de artigos em psicologia para descrever diferentes perspectivas em desenvolvimento. Essa popularidade sugere que o construtivismo tem um potencial considerável como marco integrador. Do mesmo modo, há diferenças entre os que podemos chamar, seguindo Mahoney (1989) e Efran e Fauber (1997), construtivistas radicais e construtivistas críticos. Os radicais afirmam que toda experiência é uma construção pessoal, rejeitando não somente o objetivismo, mas todas as formas de realismo. Os chamados críticos admitem serem hipoteticamente realistas, contudo, não defendem que seja possível uma métrica de correspondência entre a realidade ontológica (as coisas em si mesmas) e a reificação epistemológica (agir como se existisse alguma relação de ordenação entre o universo e os processos de conhecimento).

Meichenbaum (1993) sugeriu que o construtivismo está orientando o desenvolvimento das terapias cognitivas-comportamentais, e definiu a perspectiva construtivista como “a ideia

de que os seres humanos constroem ativamente suas realidades pessoais e criam seus próprios modelos representativos do mundo” (p. 203). Outra questão importante foi apresentada por Mahoney (1989) a respeito da sua preocupação com dicotomia da teoria construtivista; na verdade, os indivíduos co-produzem suas realidades, bem como suas realidades co-produzem os sujeitos, ou seja, a posição é do ser humano enquanto sujeito e objeto de construção. O autor ainda faz uma diferença entre construtivismo crítico, que não nega a existência de um mundo real, e construtivismo radical, que sustenta que não existe realidade além da experiência pessoal.

#### 5.1.1. Construtivismo Radical

O termo “construtivismo radical” surgiu pela primeira vez na publicação de Glasersfeld e Smock (1974) intitulada “*Epistemology and education: The implications of radical constructivism for knowledge acquisition*” e sofreu influências que vão desde o ceticismo pré-socrático e a filosofia de Vico até a cibernética, a psicolinguística, a psicologia cognitiva, a autopoiese de Maturana e principalmente a epistemologia genética de Piaget.

Müller (2010) caracteriza o construtivismo radical como uma série de pesquisas que cientistas desenvolveram a partir dos anos 1960 e 1970, como Ross Ashby, Stafford Beer, Heinz von Foerster, Ranulph Glanville, Humberto Maturana, Gordon Pask, Ricardo Uribe e Francisco Varela. Nos anos de 1980 a 1990 autores como Dirk Baecker, Peter Hejl, Niklas Luhmann, Gerhard Roth, Siegfried Schmidt e Paul Watzlawick colaboraram significativamente para expandir o que Müller chamou de rede de pesquisa do construtivismo radical.

Depois dessas considerações históricas, podemos definir construtivismo radical como uma tese filosófica sobre o conhecimento que rompe com as posições da epistemologia ao defender novos significados para os conceitos de verdade, realidade e conhecimento. Assim, o construtivismo radical pode ser resumido por duas proposições como aponta Glasersfeld (1989, 1996): a primeira de que o conhecimento não é passivamente recebido pelos sentidos, mas construído ativamente pelo sujeito cognoscente; esta é a característica mais fundamental de qualquer perspectiva construtivista, que não se distingue da tradição iniciada com Kant; e a segunda, que afirma a cognição como adaptativa e com a finalidade de organizar o mundo experiencial do sujeito, e não de descobrir uma realidade objetiva; esta proposição confere o caráter de radicalidade do construtivismo radical, uma vez que o conhecimento deixa de

resultar na correspondência entre pensamento e realidade e passa a ser encarado como uma forma de adaptação cognitiva.

Dessa forma, podemos sintetizar o construtivismo radical de Glasersfeld (1984) em quatro teses: 1 – o ceticismo ontológico e a denúncia do realismo acrítico defendido pela ciência moderna. 2 – só acessamos o mundo das experiências das nossas construções e sensações. 3 – a troca do conceito de verdade pelo de viabilidade na relação de conhecimento, pois não buscaríamos a verdade, mas a adaptabilidade de nossas crenças; e 4 – essa adaptabilidade não ocorre em função da correspondência com o mundo externo, mas pela consistência interna de nossas crenças (Castañon & Mazzoni, 2014).

O princípio básico do construtivismo radical baseia-se em que qualquer tipo de conhecimento depende das estruturas daquele que conhece. Pode-se perceber que a radicalidade resulta da negação de qualquer conhecimento objetivo, e revela a importância dada à percepção, que para autores construtivistas como Maturana e Varela, é guiada pela ação do sujeito no contexto (Arendt, 2003).

Isso é compartilhado por Efran e Fauber (1997), ao dizerem que o construtivismo radical insiste numa batalha epistemológica extrema, e sustentam que é idealista por não se preocupar com a natureza em si da realidade. O construtivismo radical é uma abordagem acerca de como o conhecimento das pessoas vai à experiência e de como o mundo das pessoas pode ser construído pela linguagem. Os autores assinalam que os construtivistas radicais não defendem que seu ponto de vista seja objetivamente correto, muito menos que eles o escolham, no sentido usual do termo. Pelo contrário, como em outros pontos de vista, o construtivismo se desenvolveu segundo padrões de interação do tempo na história ao invés de por meio do livre arbítrio ou por um processo de escolha racional. A respeito das psicoterapias de base construtivista radical, o interesse não é posto em fazer com que o cliente se sinta melhor através de reinterpretações padronizadas a respeito de seus problemas, em outro sentido, estão mais focadas em ajudar os clientes a clarearem suas ambiguidades de vida e os conflitos.

Com frequência, o termo realismo ontológico é usado para se referir a conceitos diferentes. Uma coisa é dizer que não existe nada além da nossa consciência, outra é que podemos conhecer somente os objetos da consciência, uma terceira é defender que nossas representações dos objetos não correspondem aos objetos reais (Castañon & Mazzoni, 2014). Como definimos anteriormente, o realismo ontológico afirma de que existem objetos reais



independentes da nossa consciência. Afirmar que é possível conhecê-los é otimismo epistemológico, e que conhecimento é uma crença que corresponde ao objeto real é adotar o conceito de verdade como correspondência. Conhecimento, para o construtivismo radical, é o conjunto de construções mentais que oferece uma viabilidade na organização das mesmas, sem que seja uma cópia idêntica ou próxima da realidade. Dessa forma, se a função do organismo é ordenar o fluxo das suas experiências, o que conhecemos é a nossa experiência (Glaserfeld, 1984; 1990; 1994; 1996; 2000; 2001). Esta vertente não nega a existência da realidade, mas abre mão de qualquer afirmação sobre a existência ou não dela. Para ela só acessamos aquilo que construímos, no caso, as nossas representações, que são o mundo da experiência consciente. Assim, o construtivismo radical não assume posição direta acerca da existência, ou não, da realidade; a crítica ao realismo ontológico se refere à adequação das nossas representações à realidade, por isso, o construtivismo radical afirma não assumir posições ontológicas.

O construtivismo radical, portanto, é radical porque rompe desenvolve uma teoria do conhecimento em que o mesmo não reflete uma realidade ontológica “objetiva”, mas exclusivamente, uma ordenação e organização de um mundo através da experiência. Sob essa perspectiva, somos construtores e não descobridores uma vez que, apesar da tese de Kant de que a mente não cria suas leis a partir da natureza, mas sim as impõe a ela. Dito isso, o construtivismo radical não é uma descrição de mundo, mas um modelo hipotético, um modo de pensar que não faz afirmações ontológicas e não se propõe a descrever nenhuma realidade absoluta, mas os fenômenos de nossa experiência; desse modo, não nega a realidade, mas sustenta que não podemos conhecer uma realidade independente (Glaserfeld, 1984).

Ratificando, nas palavras de Feixas (1997):

Mahoney (1988), por outro lado, distinguiu os construtivistas críticos – aqueles que “acreditam na existência de um mundo externo ‘real’” – dos construtivistas radicais- “uma concepção que é basicamente indistinguível do ‘idealismo’” (Mahoney, 1988, p. 4). Considero essa uma solução elegante, embora não completamente precisa. Para distinguir os pensadores construtivistas, Mahoney utilizou-se não se um critério epistemológico, mas sim ontológico (Feixas, 1997, p. 261).

Esse tema acabou por se tornar uma questão de classificação (ou rotulação) de teorias. Os rótulos e o “linguajar” têm um papel proeminente no domínio social, de forma que

apontar essas distinções é importante porque, até certo ponto, inspiram a prática clínica (Feixas, 1997).

Estreitamente relacionado ao idealismo, para Opazo e Suárez (1998), o construtivismo de Vico, Kant, Hayek, Weimer, Von Foerster, Von Glasersfeld, Watzlawick, Maturana e Guidano enfatiza a pró-atividade de toda percepção, aprendizagem e conhecimento, em outros termos, o organismo é um participante ativo tanto da sua própria experiência quanto da aprendizagem. Em sua proposição mais radical, da qual não é compartilhado por todos os construtivistas, o construtivismo radical questiona a formulação de que a ordem com a qual tomamos contato pertença efetivamente à realidade. O conhecimento então passa a ser uma teoria acerca do ambiente, visto que, no sentido estrito, não acessamos a realidade se não por meio do próprio sistema nervoso ou dos significados que nós mesmos construímos.

Os construtivistas radicais não acreditam numa teoria representacional do conhecimento, ou seja, a visão de que os indivíduos constroem cópias ou representações de uma realidade externa, ao invés disso, defendem que a realidade é resultado de estruturas cognitivas e perceptivas relativamente duráveis do conhecedor. É importante ressaltar que o construtivismo radical não nega a existência de uma realidade ontológica, mas apenas enfatiza que os conceitos não têm ligação representacional com nada que exista fora do sistema do conhecedor. A realidade é trazida pelo sistema cognitivo através da capacidade de fazer distinções e os elementos existem apenas dentro dos domínios das funções cognitivas. As teses ontológicas e epistemológicas do construtivismo radical concebem o sistema vivo como um sistema organizacional fechado, autônomo, autorreferencial que especifica como irá se comportar sob toda e qualquer interação. Então, por ser o sistema/organismo individual que especifica como vai se comportar, a informação não tem outro significado que não aquele dado pelo próprio sistema (Glasersfeld, 1984). As representações do meio, das pessoas e do mundo são, na concepção do construtivismo radical, resultado da nossa atividade cognitiva, baseando-se em dados sensoriais compreendidos como partes da nossa experiência sem fazer referência a um processo interativo causal às estruturas que existem além da experiência (Glasersfeld, 1974). Dessa forma, se não acessamos a realidade, mas somente nossas representações, então trata-se de uma posição solipsista na qual o sujeito está isolado do mundo e dos outros.

Essa avaliação é também compartilhada por Castañon (2009), que sustenta que o Construtivismo Radical – uma das principais correntes do construtivismo contemporâneo

defendido por teóricos como Ernst von Glasersfeld, Paul Watzlawick e Heinz von Foerster – parte do pressuposto de que o conhecimento nada mais é que uma construção baseada nos dados subjetivos da experiência, ou seja, vivemos no mundo que construímos de forma a não existir nenhuma base objetiva de nossas próprias construções. Dessa maneira, é o sujeito que determina absolutamente o objeto na relação do conhecimento; isso significa que, se o que chamamos de realidade é somente aquilo que construímos como tal, nossas construções não são influenciadas por um mundo externo, independente e objetivo. Dito de outra forma, o construtivismo radical é uma forma contemporânea de solipsismo – tese que designa o isolamento da consciência em si mesma, tanto em relação ao mundo externo quanto a outras consciências, ou seja, só eu existo e os outros entes e coisas são apenas ideias minhas (Japiassú & Marcondes, 2001; Abbagnano, 2007) - e um tipo especial de idealismo. Então, claramente construtivista, idealista ou cético, o construtivismo radical se torna radical quando assume crenças extremas sobre o objeto do conhecimento e sobre um mundo real inacessível, que para essa abordagem, não se passa de uma hipótese.

Glasersfeld (1984) metaforicamente distingue o que ele chama de conhecimento *'match'* e conhecimento *'fit'* (“igualar” versus “ajustar”), sendo que quando uma declaração de conhecimento procura se igualar ao objeto temos uma adesão ao realismo metafísico, enquanto que, quando o conhecimento se reporta a algo que se ajusta ao objeto real temos uma relação diferente entre a proposição e a realidade. Esse sentido da palavra *'fit'* baseia-se no darwinismo. Uma teoria, ou uma mudança genética num organismo, sobrevive se servir para solucionar uma situação/obstáculo para alcançar uma meta. Dessa forma, o critério de verdade aqui é substituído por uma concepção pragmática de conhecimento.

Dois posições, uma epistemológica e outra ontológica, diferenciam o construtivismo radical das proposições tradicionais do construtivismo filosófico de Kant, Piaget e Popper. A primeira nega que existe progresso no conhecimento de forma a não haver uma, dentre duas teorias, que funcione para dar uma pista sobre como o mundo objetivo é. O conhecimento somente ordenaria e organizaria o mundo constituído pelas nossas próprias experiências, portanto, para o construtivismo radical não existe um meio de estabelecer qual teoria serviria melhor para atingir uma meta, o que faz dele um tipo de relativismo, afastando-o do criticismo. A segunda (ontológica) afirma que o objeto do conhecimento é construído pela nossa mente. Não há, epistemologicamente, possibilidade de acesso a um mundo externo à experiência (Glasersfeld, 1984).

Dito isso, os conceitos, teorias e estruturas cognitivas são viáveis e se mantêm enquanto servirem para os fins aos quais forem direcionados. As regularidades que conferem constâncias as nossas construções cognitivas são regularidades que se mantêm viáveis quando replicadas. A perpetuação da viabilidade dessas regularidades nas construções mentais ocorre em função da repetição (Glaserfeld, 1981; 1984).

### 5.1.2. Construtivismo Crítico

Como postulado central o construtivismo crítico assume a existência de um mundo real além do sujeito cognoscente, todavia esse mundo real nunca pode ser conhecido diretamente, assim, cada unidade de conhecimento, fora de ser uma cópia do mundo real, deve ser considerada como um produto da interação entre o sujeito conhecedor e o objeto conhecido, ambos igualmente reais. Assim, segundo a definição do construtivismo crítico, os seres humanos conhecem através de unidades de conhecimento que envolvem a biologia e o ambiente, e muito embora não se possa conhecer a não ser a partir da biologia e que tão pouco podemos conhecer as coisas em si, nem todas as unidades cognitivas biológicas/ambientais se aproximam em medida igual da realidade que pretendem conhecer. Sob esta ótica, o sujeito é co-construtor de suas experiências e realidade e identidade pessoais. O conhecimento é visto como um processo criativo ocasionado pelos fatos reais inalcançáveis diretamente; não obstante, a matéria prima que estimula os sentidos põe limites ao conhecimento, sendo assim, os construtivistas críticos não são inventores radicais nem idealistas subjetivos no processo do conhecimento. Ou seja, as leis são maneiras de descobrir elementos de operar a realidade e não invenções subjetivas (Opazo & Suárez, 1998).

Mesmo que a realidade seja considerada como multiversa, os significados são relacionados à dinâmica dos fenômenos do mundo real, dito de outra maneira, mesmo como multiversa não outorga qualquer significado à realidade, portanto, existem significados que operam melhor com os fenômenos do mundo real. Em termos precedentes, o construtivismo crítico se situa em algum ponto entre os pólos do continuum entre o realismo ingênuo e o construtivismo radical; portanto não adere a proposições rígidas, dogmáticas, otimistas ou ingênuas de um acesso à realidade, nem adere a posturas idealistas ou radicais que confinam a um determinismo estrutural no qual os sujeitos são uma espécie de prisioneiros epistemológicos da própria biologia. Nesse contexto, o conhecimento passa a ser menos do

que uma cópia rigorosa da realidade e mais que uma mera invenção subjetiva (Opazo & Suárez, 1998).

Para finalizar essas definições, podemos resumir que: o construtivismo crítico afirma que o indivíduo é interdependente de seu ambiente e que existem de fato, limitações externas que influenciam de uma forma importante as construções de cada pessoa; e o construtivismo radical, defendendo que o indivíduo é auto-suficiente e que o meio externo é relativamente sem importância para a construção das experiências. Apesar disso, alguns construtivistas radicais enfatizam o papel da linguagem nas construções individuais.

## **5.2. Análise dos pressupostos epistemológicos dos Terapeutas Construtivistas**

Este subitem tem a finalidade de analisar os pressupostos epistemológicos declarados pelos principais autores da terapia construtivista cognitiva que foram apresentados no capítulo anterior e tornar mais claras suas posições epistemológicas. Tal análise será pautada nas teses descritas no Capítulo 1, a lembrar: as teses ontológicas acerca da possibilidade do conhecimento – criticismo/relativismo, da natureza do que se conhece (objeto) – realismo/idealismo e da origem do conhecimento – empirismo/racionalismo. Quanto à questão da origem, ainda avaliaremos a oposição entre as teses epistemológicas do objetivismo e do construtivismo, e as duas correntes Construtivismo Crítico e Radical. Para assim, atingir o objetivo delimitado e responder ao problema levantado nesta dissertação.

### **5.2.1. Mahoney**

Conforme foi exposto, este autor defende que a construção da realidade pessoal ocorre numa interrelação com o ambiente, sendo assim, ele argumenta que a identidade não é isolada da coerência histórica, nem dos sistemas sociais; de forma que, as autoconcepções e autoconceituações dos indivíduos estão inseridas, são expressas e emergem socialmente por meio da linguagem, de certo modo limitada, e símbolos. Logo, para Mahoney, sociabilidade, capacidade simbólica e identidade são inseparáveis. Em outras palavras, os processos de ordenamento nucleares dizem respeito, além de emoções e do sentido de continuidade pessoal, à realidade. Além disso (ao usar o termo “co-criar”), sustenta que ambiente e organismo constroem um ao outro - pessoas e realidades são criadas reciprocamente -

adotando a perspectiva de um indivíduo que é, ao mesmo tempo, sujeito e objeto de construção.

Se os seres humanos constroem teorias e hipóteses sobre a realidade e a identidade é indissociável do ambiente e do meio social, então Mahoney, considerando a natureza do objeto na relação do conhecimento, adere declaradamente ao realismo. Ele ainda afirma que a validade do conhecimento, na metateoria construtivista, representa a demarcação entre o construtivismo crítico, que adota um realismo crítico, e o radical, que não reivindica sobre a realidade. Este último, para o autor, é um tipo de idealismo porque nega a existência da realidade, e se opõe a isso explicitamente, ao declarar que se adere ao construtivismo crítico que não rejeita um mundo real. Se os construtivistas críticos são realistas, e ele assume o construtivismo crítico, então, Mahoney é realista.

No entanto, afirma que o conhecimento da realidade é limitado, ou seja, considera uma realidade independente do sujeito, que julga hipóteses sobre ela através das propriedades dos conteúdos perceptivos. Dito de outra forma, as crenças e teorias não são cópias da realidade, e sim modelos que são falsificados exigindo do sujeito uma nova construção. Daí resulta que, se o sujeito submete as coisas à sua lei, entendimento, teorias e formas de sensibilidade que são influenciadas por objetos que existem fora da consciência do sujeito, então implicitamente, Mahoney é criticista acerca da possibilidade do conhecimento. Como criticista, não é cético (desconfia da razão sem crítica) nem dogmático (confia cegamente na razão), supõe que o conhecimento é possível e não acredita em qualquer conhecimento absoluto.

Mahoney diz que é ambígua a distinção sobre as questões do conhecimento, assim como os limites entre o externo e o interno. Ao citar, e notoriamente ressaltar a importância da obra de Friedrich Hayek, especificamente no que diz respeito ao programa empirista no que tange aos resultados das categorizações que criam uma ordem sensorial através da experiência, teria ele aderido a um tipo de construtivismo mais próximo de um empirismo moderado ou crítico, no qual, como dito no primeiro capítulo, o conhecimento precisa ser examinado por algum esquema ou conceito. Enfim, Mahoney é realista, criticista, construtivista crítico, mas parece pouco consistente sobre a sua tese da origem do conhecimento.

### 5.2.2. Greenberg

Na ótica desse autor, as pessoas orientam sua complexidade interna por meio de interações com o meio. A perspectiva de Greenberg se diferencia das demais, segundo ele, ao conferir maior importância ao mundo externo e no contato com ele, e ao dar mais relevância à experiência na construção dos significados. Além disso, é explícita sua crítica ao idealismo na medida em que não assume categorias ideais a priori na mente para determinar a realidade e a experiência. Vemos aqui, explicitamente, uma adesão ao realismo ontológico por conceber a existência das coisas independente do sujeito, e consequentemente, sua crítica ao idealismo, classifica que Greenberg é um construtivista crítico. Vamos a mais argumentos.

Segundo ele, certas ações da realidade são experimentadas na construção da experiência de forma que os processos psicológicos são resultantes dela. Vemos aqui, novamente, o realismo no que se refere à natureza do objeto. Greenberg defende um construtivismo mais dependente dos sentidos que seus outros colegas de terapia construtivista. Para ele, indiretamente, a fonte de conhecimento é a experiência, interna ou externa, sensações e percepções na medida em que ativam o repertório esquemático, organizam a realidade e sintetizam os fatos. A experiência, para o autor, serve para construir os objetos e esquemas mais complexos com as resistências da realidade, ou seja, a experiência é modificada, corrigida ou abandonada; em tese, claramente construtivista crítico, uma vez que as representações são construídas pelo sujeito com base nos sentidos. Em outras palavras, para finalizar, ele afirma que a visão construtivista dele vai além das perspectivas radicais, pois reconhece as imposições da realidade nas construções mentais, ou seja, as pessoas têm representações de objetos que existem independente da mente que, com as imposições da realidade, são submetidos às categorias do seu entendimento; logo, esse pressuposto refere-se ao criticismo quanto à possibilidade de conhecer. Em tese, Greenberg é realista e, por isso, construtivista crítico e criticista.

### 5.2.3. Gonçalves

Para este autor o conhecimento é de origem hermenêutica pelo fato da construção de significados remeterem a uma realidade, mesmo que caracterizada pela diversidade. O conhecimento, então, é uma construção constante entre conhecedor e conhecido e limitada pelo espaço, tempo e cultura. Assim, adere ao construtivismo no problema da origem do conhecimento. Nota-se que na concepção de Gonçalves, se não há uma verdade

universalmente válida e absoluta, e todo conhecimento é relativo, depende das circunstâncias e variam de acordo com a cultura, logo, ele é relativista sobre a possibilidade de conhecer.

Gonçalves também critica os construtivistas radicais ao chamá-los de solipsistas e aponta a visão dialética dos construtivistas críticos, que são fundamentalmente realistas, pois não negam que exista um mundo real. Ele se contrapõe à visão, denominada por ele, de “constrangimento unirrealista” defendida pelo realismo e objetivismo e argumenta serem formas extremas de idealismo e subjetivismo. Ora, uma coisa é afirmar que é o objeto que determina as representações no sujeito como no objetivismo, outra contrária é considerar o ponto de vista subjetivo e pessoal na relação de conhecimento como no subjetivismo e de forma geral no idealismo, e ainda outra, é afirmar que existem coisas reais independente da mente, como no realismo. Isso aponta uma confusão conceitual, uma vez que realismo e idealismo são teses ontológicas sobre a natureza do objeto, o subjetivismo é uma forma de idealismo e objetivismo é uma tese, epistemológica, sobre a obtenção do conhecimento, oposta ao construtivismo. No entanto, ao criticar o construtivismo radical e aderir à tese de que existe uma realidade independente do sujeito, Gonçalves é realista.

Analisemos a consistência dele a respeito da origem do conhecimento. Como descrito no capítulo quatro, Gonçalves propõe uma aproximação do conhecimento à existência sustentada pela visão experiencialista da cognição, ou seja, se o conhecimento é construído em interação e limitado pela experiência sensível, temos uma posição construtivista crítica.

Resumindo, Gonçalves é relativista, realista (mas confuso teoricamente sobre realismo, idealismo, subjetivismo e objetivismo) e, por isso, um construtivista crítico.

#### 5.2.4. Guidano

A experiência humana se caracteriza pelo modo de recepcionar e reordenar certos aspectos da realidade dando significados específicos e uma tonalidade emotiva estreitamente relacionada com o sentido de si e com as expectativas relacionadas, ou seja, um mesmo evento ou circunstância pode ser visto e vivido de maneiras profundamente distintas e pode dar lugar a reações emotivas particulares e diferenciadas segundo o sujeito que as vive. Embora o ser humano viva em uma realidade social compartilhada, ele constrói ativamente, em um nível superior à sua percepção, uma visão própria, única e individual (Lagomarsino & Perfetti, 2002).



Nota-se que para Guidano a organização da realidade é auto-referente, ou seja, um sistema cria sua ordem interior que estrutura sua realidade própria, disso resulta que para ele os organismos são teorias de seu ambiente e que a percepção de um objeto e a experiência não se referem às qualidades intrínsecas do objeto percebido, mas reflete o mundo de significados próprios. O conhecimento, então, consiste na capacidade de auto-organização, de maneira que, ordenar o mundo é inseparável de experimentá-lo; assim, a maneira de conhecer e experimentar o mundo depende de quem o conhece. É sempre considerado do ponto de vista do sujeito. Em outros dizeres, para Guidano, conhecer é existir. A realidade é constituída pelo sujeito conhecedor.

Dito isso, o que se conclui é que Guidano é, explícita e declaradamente, um idealista acerca na natureza do objeto, pois toda a realidade para ele está na consciência do sujeito, sendo a consciência independente de coisas reais. Se a realidade é formada pela consciência do sujeito e conhecer é existir, então “ser”, como na tese idealista, é ser dado à e estar contido na consciência do sujeito.

Vamos a outros argumentos. As representações do mundo externo são definidas por uma auto-imagem particular, dessa forma, a ordem externa é determinada pela estrutura do organismo que observa a realidade externa em si mesmo. Portanto, a atitude para a realidade depende, como defendido por Guidano, fundamentalmente e essencialmente, da atitude para, e da forma como o sujeito concebe si mesmo. Aqui, é clara a tese central do idealismo ao adotar não o mundo ou as coisas externas, que devem ser colocadas “entre parênteses”, mas o sujeito, o “eu representativo”, os fenômenos como representações sem pressupor nenhuma tese acerca da estrutura da realidade. Dito mais, se a realidade é regulada por estruturas da identidade pessoal, ela até pode existir, mas não tem muita influência na construção das representações do mundo externo. Por fim, podemos dizer que Guidano adota uma forma de solipsismo ao conceber um certo isolamento da consciência.

Na tese acerca da possibilidade do conhecimento, este depende da estrutura do sujeito e não da realidade (crítica ao realismo), isso implica que todo conhecimento é verdadeiro em si mesmo. Não pode ser concebido como uma aproximação à verdade. É clara também a adesão ao relativismo, porque 1) é impossível um conhecimento absoluto, definitivo e universal, então são negadas verdades absolutas, sendo sempre relativas ao homem; 2) o sujeito tem ação condicionante, são concebidos em relação às faculdades humanas (também um tipo de idealismo); 3) os fenômenos só existem em relação ao sujeito cognoscente; e 4)

assume a forma extrema de subjetivismo, pois validade e verdade estão restritas ao sujeito que conhece, a realidade e as coisas são reduzidas a valores do sujeito, os fenômenos são considerados do ponto de vista subjetivo e pessoal e a consciência recebe os conteúdos do sujeito.

Guidano defende, arbitrariamente, que o empirismo é uma forma de racionalismo e da necessidade de abandonar teorias empíricas sensoriais para adotar teorias motoras da mente. Portanto, ele nega a origem sensorial do conhecimento, o empirismo. Ora, se a construção da realidade não é proveniente da atividade do pensamento lógico e racional, Guidano não é racionalista. Em tese, acerca da origem do conhecimento o autor é construtivista, mas também postula que a origem do conhecimento é o sujeito e sua capacidade de se auto-organizar, então na verdade, ele é anti realista. Ou seja, resumindo, Guidano é claramente idealista (e solipsista), e por isso um construtivista radical, e relativista (sob uma forma extrema de subjetivismo).

#### 5.2.5. Neimeyer

Neimeyer também defende a existência de uma realidade externa definida por expressões e ações propiciadas pela cultura, de modo que há diversas realidades nos contextos social e individual e se opõe às versões construtivistas do tipo solipsistas (idealistas). Para ele, não é possível um conhecimento válido e universal e que devemos recorrer aos recursos do nosso tempo e espaço para negociar os significados com o mundo social, ou seja, a construção do conhecimento é influenciada pelo papel do meio ambiente que pode desconfirmar as construções do sujeito. Se Neimeyer defende a existência de coisas reais que independem da mente do sujeito cognoscente, logo, é um realista, e também aderido ao construtivismo crítico. Todo conhecimento na visão dele é relativo e não há certezas de caráter universal, e depende do contexto, variando conforme as circunstâncias e valores de determinada cultura, época, espaço e tempo, sendo assim, implicitamente, é relativista, mas não subjetivista.

As pessoas para ele percebem padrões no mundo originários da experiência e, conferindo sentido à ela através da atribuição de significado, categoriza os dados e faz distinções provenientes da experiência que estruturam o sistema numa auto-organização maior. Colocado de forma explícita, a fonte do conhecimento, diretamente ou não, é a experiência interna ou externa, sendo inútil formar conceitos independentes da experiência, que pode ser verificada e modificada conforme a atribuição de sentido.

Neimeyer adere ao realismo ontológico, ao construtivismo crítico e ao relativismo enquanto possibilidade de conhecer.

#### 5.2.6. Considerações finais: semelhanças e diferenças

Afinal, vamos sintetizar a resposta ao problema desta dissertação. Quais as semelhanças e diferenças nos pressupostos epistemológicos assumidos pelos principais autores da Terapia Cognitiva Construtivista? As semelhanças e diferenças residem, além das teses ontológicas, nas teses epistemológicas acerca da obtenção do conhecimento, ou seja, na adesão ao construtivismo e rejeição ao objetivismo.

De forma geral, todos os autores analisados defendem e concebem a perspectiva de um sujeito (agente) ativo que constrói, organiza e dá forma, na relação de conhecimento, as suas representações e hipóteses da realidade, do mundo e do objeto. A mente, para todos os autores, é ativa. Sendo assim, é o objeto que se adapta à mente do sujeito, ou seja, o sujeito não parte do objeto, mas vai a ele – tese central do construtivismo. A crítica conceitual à epistemologia objetivista, partilhada pelos autores da psicoterapia cognitiva construtivista, reside na oposição do objeto em detrimento do sujeito, bem como de verdades que existem independente do mesmo. Ou seja, rejeitam que o objeto é algo dado que determina as representações que o indivíduo tem dele.

A diferença, além daquelas já apontadas na análise, reside no valor que cada autor confere à realidade. O construtivismo, tese epistemológica, se divide em vertentes realistas e idealistas sobre a natureza do objeto (Efran & Fauber, 1997). Os radicais rejeitam o realismo ontológico, então não se preocupam com a natureza última da realidade, que mesmo existindo, não influencia as representações do mundo. As representações não se referem a nada que exista fora do conhecedor (solipsismo e idealismo). Dentre os principais terapeutas investigados, Guidano, enquanto idealista e solipsista, é o único construtivista radical. Portanto, conforme já descrito, Mahoney, Greenberg, Gonçalves e Neimeyer, ao admitirem o realismo, adotam o postulado central do construtivismo crítico que assume um mundo real, independente do sujeito que conhece, que influencia na construção do conhecimento.

## CONCLUSÃO

O Construtivismo é uma tradição filosófica que concebe o ser humano como sendo ativo, e não passivo, no processo de obtenção do conhecimento, na estruturação de sua experiência vivida, das suas hipóteses da realidade e representações internas do mundo e do objeto. Podemos destacar como os pensadores mais importantes dessa tradição Giambattista Vico, Immanuel Kant, Arthur Schopenhauer, Hans Vaihinger e Jean Piaget.

A Terapia Construtivista é considerada um marco da revolução em psicoterapia e baseia sua prática na reconstrução e reorganização da identidade pessoal, história de vida e significados pessoais de maneira que, no processo da psicoterapia, as emoções têm um papel central e os processos de obtenção de conhecimento são primariamente afetivos. Ela rejeita a premissa de que nossas representações podem ser cópias objetivas da realidade. Para os construtivistas críticos, que assumem a existência de um mundo real, a realidade pode ser representada, mas não diretamente através de um processo de reprodução; para os denominados construtivistas radicais, as representações que o sujeito constrói do objeto não se referem a uma realidade ontológica, mas aos dados subjetivos da experiência.

As Terapias Cognitivas Construtivistas se caracterizam, distintamente, por uma adesão a um conjunto de pressupostos epistemológicos que se relacionam com o método em que a terapia é realizada mesmo diante da dispersão dos modelos terapêuticos atribuídos a essa escola de psicoterapia. Não é frequente que um psicoterapeuta investigue os fundamentos epistemológicos das teorias, métodos e técnicas com as quais resolvem os problemas que enfrentam diariamente, e apesar de não negar que sua práxis seja determinada por certas premissas filosóficas, seus procedimentos metodológicos tendem, muitas vezes, para a descoberta de técnicas que servem para aplacar o sofrimento de seus pacientes. Essa inclinação prática ocorre com frequência em vez de uma reflexão crítica sobre os princípios explicativos que suportam o trabalho clínico.

Existem distintas posições epistemológicas, semelhanças e diferenças, entre os autores desta abordagem psicoterapêutica que puderam ser explicitadas nesta dissertação. Ontologicamente são realistas Michael Mahoney, Leslie Greenberg, Óscar Gonçalves e Robert Neimeyer, e por isso, construtivistas críticos; e Vittorio Guidano idealista, assim, construtivista radical. Relativistas, Gonçalves, Neimeyer e Guidano; criticistas, Mahoney e Greenberg. Todavia, nenhum é racionalista no sentido moderno do termo, e todos eles, construtivistas.

Certamente, a compreensão profunda do processo terapêutico não pode ser isolada das bases que dizem respeito às relações no processo do conhecimento, de modo que, a especialização técnica exclusiva fracassa, não somente por não satisfazer as aspirações científicas da compreensão do fenômeno da psicoterapia, mas também por não proporcionar ao clínico critérios próprios, necessários para desenvolver um pensamento crítico acerca da diversidade que se observa na prática clínica.

Finalmente, espera-se ter esclarecido algumas bases epistemológicas deste modelo em psicoterapia tendo em vista as poucas publicações, confusões e problemas teóricos. Embora haja variantes abordagens psicoterápicas derivadas deste modelo, bem como diferenças teóricas entre os construtivistas críticos e radicais, em geral, elas se unem pela adesão a algum tipo de construtivismo e um compromisso de beneficiar os clientes.

Esta tradição incipiente de psicoterapias cognitivas pautadas no pensamento construtivista continua em pleno desenvolvimento. Parece claro que ela vai continuar a oferecer vislumbres em um dos futuros possíveis da psicoterapia.

## REFERÊNCIAS

- Abbagnano, N. (2007). *Dicionário de filosofia*. São Paulo: Martins Fontes.
- Abreu, C. N. de., & Roso, M. (2003). Cognitivismo e construtivismo. In C. N. de Abreu & M. Roso (Orgs.), *Psicoterapias Cognitiva e Construtivista: novas fronteiras da prática clínica* (pp.35-50). Porto Alegre: Artmed.
- Abreu, C. N. de., & Shinohara, H. (1998). Cognitivismo e construtivismo: uma fértil interface. In R. F. Ferreira & C. N. de Abreu (Orgs.), *Psicoterapia e Construtivismo: considerações teóricas e práticas* (pp. 65-81). Porto Alegre: Artmed.
- Abreu, C. N. de, Valle, L. G., & Roso, M. C. (2001). Terapia cognitiva construtivista. *Rev. Psiq. Clín.*, 28 (6), 356-360.
- Anchin, J. C. (2008). Contextualizing discourse on a philosophy of science for psychotherapy integration. *Journal of Psychotherapy Integration*, 18 (1), 1-24.
- Arendt, R. J. J. (2003). Construtivismo ou construcionismo? Contribuições deste debate para a psicologia social. *Estudos de Psicologia*, 8(1), 5-13.
- Balbi, J. (1994). *Terapia cognitiva posracionalista. Conversaciones con Vittorio Guidano*. Buenos Aires: Biblos.
- Balbi, J. (2008). Epistemological and theoretical foundations of constructivist cognitive therapies: Post-rationalist developments. *Dialogues in Philosophy, Mental and Neuro Sciences*, 1 (1), 15-27.
- Balbi, J. (2010). *La mente narrativa: hacia una concepción posracionalista de la identidad personal*. Buenos Aires: Paidós.
- Baringoltz, S., & Levy, R. (2008). *Terapia cognitiva: del dicho al hecho*. Buenos Aires: Polemos.
- Beck, A. T., & Alford, B. A. (2000). *O Poder Integrador da Terapia Cognitiva*. Porto Alegre: Artmed.

- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1997). *Terapia cognitiva da depressão*. Porto Alegre: Artmed.
- Beck, J. S. (1997). *Terapia cognitiva: teoria e prática*. Porto Alegre: Artmed.
- Camejo, A. J. (2006, jul-dez). La epistemología constructivista en el contexto de la post-modernidad. *Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas*, 14 (2), 1-8.
- Castañon, G. A. (2006). *O cognitivismo e o desafio da psicologia científica* (Tese de doutorado, Universidade Federal do Rio de Janeiro). Recuperado de [http://teses.ufrj.br/IP\\_D/GustavoArjaCastanon.pdf](http://teses.ufrj.br/IP_D/GustavoArjaCastanon.pdf)
- Castañon, G. A. (2007a). Construtivismo, Inatismo e Realismo: compatíveis e complementares. *Ciências & Cognição*, 10, 115-131.
- Castañon, G. A. (2007b). *Introdução à Epistemologia*. São Paulo: EPU.
- Castañon, G. A. (2009). *Construtivismo social: a ciência sem sujeito e sem mundo*. Dissertação de mestrado, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ, Brasil. Castañon, G. A. (2009). *Construtivismo social: a ciência sem sujeito e sem mundo* (Dissertação de mestrado, Universidade Federal do Rio de Janeiro). Recuperado de <http://ppglm.files.wordpress.com/2008/12/dissertacao-ppglm-gustavo-arja-castanon.pdf>
- Castañon, G. A. (2012). Filosofia da psicologia: uma taxonomia. In S. de F. Araujo (Org.), *História e filosofia da psicologia: perspectivas contemporâneas* (pp. 187-221). Juiz de Fora: UFJF.
- Castañon, G. A., & Mazzoni, J. C. (2014). Construtivismo Radical ou Trivial? *Psicologia em Pesquisa (UFJF)*. (Texto no prelo).
- Cipriano, D. (2003). *La terapia cognitiva post-razionalista: teoria, psicopatologia ed intervento*. Tesi di laurea, Università Degli Studi Di Padova, Padova, Veneto, Itália.
- Costelloe, T. (2012). Giambattista Vico. In N. Zalta (Ed.), *Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Stanford, CA: University of Stanford.
- Dattilio, F. M., & Freeman, A. Introdução. (1995). In F. M. Dattilio & A. Freeman. *Estratégias cognitivo-comportamentais para intervenções em crises*. Campinas: Editorial Psy II.
- Echeverri, L. G. J. (2003). ¿Qué es epistemología? mi mirar epistemológico y el progreso de la ciência. *Cinta moebio*, 18, 174-178.

- Efran, J. S., & Fauber, R. L. (1997). Construtivismo radical: perguntas e respostas. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Orgs.), *Construtivismo em Psicoterapia* (pp. 229-253). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Falcone, E. (2001). Psicoterapia cognitiva. In B. Rangé (Org.), *Psicoterapias cognitivo-comportamentais: um diálogo com a psiquiatria* (pp.49-61). Porto Alegre: Artmed.
- Feixas, G. (1997). Os constructos pessoais na prática sistêmica. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Orgs.), *Construtivismo em Psicoterapia* (pp. 254-280). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Feixas, G., & Botella, L. (2004). Psychotherapy integration: reflections and contributions from a constructivist epistemology. *Journal of Psychotherapy Integration*, 14 (2), 192-222.
- Ferreira, R. F. (1998). Aspectos epistemológicos do enfoque construtivista nas terapias cognitivas. In R. F. Ferreira & C. N de Abreu (Orgs.), *Psicoterapia e Construtivismo: considerações teóricas e práticas* (pp. 83-95). Porto Alegre: Artmed.
- Freeman, A. (1998). O desenvolvimento das conceituações de tratamento na terapia cognitiva. In A. Freeman & F. M. Dattilio (Orgs.), *Compreendendo a terapia cognitiva*. São Paulo: Editorial Psy.
- Fonte, C. A. (2006). A narrativa no contexto da ciência psicológica sob o aspecto do processo de construção de significados. *Psicologia: Teoria e Prática*, 8 (2), 123-131.
- García, R. (2006). Epistemología y teoría del conocimiento. *Salud Colectiva*, 2 (2), 113-122.
- Gilson, M. (1998). Um distúrbio de ajustamento. In A. Freeman & F. M. Dattilio (Orgs.), *Compreendendo a terapia cognitiva*. São Paulo: Editorial Psy.
- Glaserfeld, E. (1974). Piaget and the radical constructivist epistemology. In Smock & Glaserfeld (Eds.), *Epistemology and education*. Athens: Follow-through Publications, 1-24.
- Glaserfeld, E. (1981). The concepts of adaptation and viability in a Radical Constructivist Theory of Knowledge. In Sigel, Brodzinsky & Golinkoff (Eds.), *Piagetian theory and research* (pp. 87-95). Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Glaserfeld, E. Von (1984). An introduction to radical constructivism. In P. Watzlawick (Ed.), *The invented reality* (pp. 17-40). New York: Norton.
- Glaserfeld, E. (1989) Constructivism in education. In Husen & Postlethwaite (Eds.), *The International Encyclopedia of Education* (pp.162-163). New York: Pergamon Press.



- Glaserfeld, E. (1990). An exposition of constructivism: why some like it radical. In Davis, Maher & Noddings (Eds.), *Monographs of the Journal for Research in Mathematics Education* (pp.19-29). Reston, VA: National Council of Teachers of Mathematics.
- Glaserfeld, E. (1994). The construction of knowledge. In D. Schnitman (Ed.), *Nuevos paradigmas, cultura y subjetividad* (pp. 115–128). Buenos Aires: Paidós.
- Glaserfeld, E. (1996). Aspects of radical constructivism. In M. Pakman (Ed.), *Construcciones de la experiencia humana* (pp.23–49). Barcelona: Gedisa Editorial.
- Glaserfeld, E. Von (1998). Construtivismo: aspectos introdutórios. In C. Fosnot (Org.), *Construtivismo: teorias, perspectivas e prática pedagógica* (pp. 19-24). Porto Alegre: Artmed.
- Glaserfeld, E. (2000). Problems of constructivism. In L. Steffe & P. Thompson (Eds.), *Radical constructivism in action. Building on the pioneering work of Ernst Von Glasersfeld* (1–9). London: Routledge/Falmer.
- Glaserfeld, E. (2001). The radical constructivist view of science. *Foundations of Science*, 6 (1–3), 31–43.
- Gomes, W. B. (2009). Gnosiologia versus epistemologia: distinção entre os fundamentos psicológicos para o conhecimento individual e os fundamentos filosóficos para o conhecimento universal. *Temas em Psicologia*, 17 (1), 37-46.
- Gonçalves, O. F. (1997). Hermenêutica, construtivismo e terapias comportamental-cognitivas: do objeto ao projeto. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Orgs.), *Construtivismo em Psicoterapia* (pp. 161-189). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Gonçalves, O. F. (1998). *Psicoterapia cognitiva narrativa: manual de terapia breve*. Campinas: Editorial Psy.
- Greenberg, L. S. (1998). A criação do significado emocional. In R. F. Ferreira & C. N. de Abreu (Orgs.), *Psicoterapia e Construtivismo: considerações teóricas e práticas* (pp. 159-168). Porto Alegre: Artmed.
- Greenberg, L. (2006). Emotion-focused therapy: a synopsis. *Journal Contemporary Psychotherapy*, 36, 87-93.
- Greenberg, L. (2008). Emotion and cognition in psychotherapy: the transforming power of affect. *Canadian Psychology*, 49 (1), 49-59.

- Greenberg, L., & Pascual-Leone, J. (1997). Uma abordagem construtivista dialética à mudança experiencial. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Orgs.), *Construtivismo em Psicoterapia* (pp. 140-158). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Guidano, V. F. (1987). *Complexity of the self*. New York: Guilford Press.
- Guidano, V. F. (1990). De la revolución cognitiva a la intervención sistémica en términos de complejidad: la relación entre teoría y práctica en la evolución de un terapeuta cognitivo. *Revista de Psicoterapia*, 4 (2-3), pp. 113-129.
- Guidano, V. F. (1991a). Psicoterapia cognitiva post-razionalista e ciclo di vita individuale. *Psicoterapia e Scienza*. Roma, 1-16.
- Guidano, V. F. (1991b). *The self in processes*. New York: Guilford Press.
- Guidano, V. F. (1995). *Desarrollo de la terapia cognitiva post-razionalista*. Santiago de Chile: Instituto de Terapia Cognitiva.
- Guidano, V. F. (1997). Psicoterapia construtivista: uma estrutura teórica. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Orgs.), *Construtivismo em Psicoterapia* (pp.79-91). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Guidano, V. F. (1998). O percurso de um terapeuta: do objetivismo ao construtivismo. In R. F. Ferreira & C. N. de Abreu (Orgs.), *Psicoterapia e Construtivismo: considerações teóricas e práticas* (pp. 203-216). Porto Alegre: Artmed.
- Guidano, V. F. (2001). *El modelo cognitivo postracionalista: hacia una reconceptualización teórica y crítica*. Barcelona: Desclée de Brouwer.
- Guidano, V. (2001, Agosto). El modelo posracionalista en psicología. In: Aronsohn, S. (Ed.). *Vittorio Guidano en Chile*. Sociedad Chilena de Terapia Posracionalista. Santiago: Universidad Academia de Humanismo Cristiano.
- Guidano, V., & Dodet, M. (1993). Terapia cognitivo sistémico-procesual de la pareja. *Revista de Psicoterapia*, 28, 45-58.
- Hessen, J. (2000). *Teoria do Conhecimento*. São Paulo: Martins Fontes.
- Icart, I. B., & Blanche, A. M. (2001). Epistemología y cibernética. *Papers*, 65, 31-45.
- Japiassú, H., & Marcondes, D. (2001). *Dicionário básico de filosofia*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
- Kant, I. (2001). *Crítica da Razão Pura*. Lisboa: Calouste Gulbenkian.
- Knapp, P. & cols. (2004). *Terapia cognitivo – comportamental na prática psiquiátrica*. Porto Alegre: Artmed.

- Lagomarsino, L. O., & Perfetti, A. M. (2002). Las organizaciones de significado personal de Vittorio Guidano: una llave explicativa de la experiencia humana. *Revista Psicoperspectivas*, 1 (83), 1-11.
- López, P. S. (2010). Discusiones acerca de la identidad personal ¿Fenómeno experimentado o construcción conversacional? *Pontificia Universidad Católica de Valparaíso*, 1-36.
- Lyddon, W. J. (1989). Personal epistemology and preference for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 36 (4), 423-429.
- Lyddon, W. J. (1997). Formas e facetas da psicologia construtivista. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Orgs.), *Construtivismo em Psicoterapia* (pp. 60-78). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Machado, S. da S. (2003). Técnicas selecionadas da pratica da terapia construtivista. In C. N. de Abreu & M. Roso (Orgs.), *Psicoterapias Cognitiva e Construtivista: novas fronteiras da prática clínica* (pp. 89-97). Porto Alegre: Artmed.
- Mahoney, M. J. (1988). Constructive metatheory: basic features and historical foundations. *International Journal of Personal Construct Psychology*, 1, 1- 35.
- Mahoney, M. J. (1989). Holy epistemology! Construing the constructions of the constructivists. *Canadian Psychology*, 30 (2), 187-188.
- Mahoney, M. J. (1993). Introduction to special section: theoretical developments in the cognitive psychotherapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61 (2), 187-193.
- Mahoney, M. J. (1997a). As exigências psicológicas quando se é um psicoterapeuta construtivista. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Orgs.), *Construtivismo em Psicoterapia* (pp. 320-332). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Mahoney, M. J. (1997b). Evolução contínua das ciências cognitivas e psicoterapias. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Orgs.), *Construtivismo em Psicoterapia* (pp. 38- 59). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Mahoney, M. J. (1998). Psicoterapia Construtivista. In R. F. Ferreira & C. N. de Abreu (Orgs.), *Psicoterapia e Construtivismo: considerações teóricas e práticas* (pp. 111-120). Porto Alegre: Artmed.
- Mahoney, M. J. (2004). What is constructivism and why is it growing? *Contemporary Psychology*, 49 (3), 360-363.
- Mahoney, M. J. (2005). *Psicoterapia constructiva: una guía práctica*. Buenos Aires: Paidós.

- Mahoney, M. J., & Granvold, D. K. (2005). Constructivism and psychotherapy. *World Psychiatry*, 4 (2), 74-77.
- Meichenbaum, D. H. (1993). Changing conceptions of cognitive behavior modification: retrospect and prospect. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(2), 202-204.
- Molledo, A. (2008). La evolución de la obra y el modelo de Vittorio Guidano: notas histórico biográficas. *Revista de Psicología*, 17 (1), 65-85.
- Mora, J. F. (2001). *Dicionário de filosofia*. São Paulo: Martins Fontes.
- Müller, K. (2010). The radical constructivist movement and its network formations. *Constructivist Foundations*, 6 (1), 31-39.
- Neimeyer, R. A. (1993). An appraisal of constructivist psychotherapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61 (2), 221-234.
- Neimeyer, R. A. (1997a). Psicoterapias construtivistas: características, fundamentos e futuras direções. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Orgs.), *Construtivismo em Psicoterapia* (pp. 15-37). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Neimeyer, R. A. (1997b). Um convite às psicoterapias construtivistas. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Orgs.), *Construtivismo em Psicoterapia* (pp. 5-11). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Neymeier, R. A. (1998). Terapia contemporânea dos constructos pessoais: uma introdução conceitual. In R. F. Ferreira & C. N. de Abreu (Orgs.), *Psicoterapia e Construtivismo: considerações teóricas e práticas* (pp. 121-128). Porto Alegre: Artmed.
- Neimeyer, R. A. (2002). The relational co-construction of selves: a postmodern perspective. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 32 (1), 51-59.
- Niiniluoto, I. (1999). *Critical Scientific Realism*. Oxford: Oxford University Press.
- Olguín, R. D. (2007). El modelo narrativo en la psicoterapia constructivista y construccionista. *Círculo de Psicoterapia Cognitivo Constructivista*, 1-12.
- Opazo, R., & Suárez, E. (1998). Construtivismo moderado: em direção a uma epistemologia integrativa. In R. F. Ferreira & C. N. de Abreu (Orgs.), *Psicoterapia e Construtivismo: considerações teóricas e práticas* (pp. 29-63). Porto Alegre: Artmed.
- Pérez, J. L. P., (2005). Tratamiento integrado de los trastornos de la conducta alimentaria desde una óptica cognitivo-evolutiva. *Revista de Psicoterapia*, 58 (59), 165-189.
- Piaget, J. (1967). *Logique et connaissance scientifique*. Paris: Gallimard.

- Piaget, J. (1970). *Psychology and epistemology: toward a theory of knowledge*. New York: Viking.
- Piaget, J. (1973). *Psicologia e epistemologia: por uma teoria do conhecimento*. Rio de Janeiro: Forense.
- Piaget, J. (1975). *Epistemologia genética*. São Paulo: Abril Cultural.
- Piaget, J. (1979). *A Construção do real na criança*. Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- Robert, E., & Greenberg, L. (2007). The essence of process-experiential: emotion-focused therapy. *American Journal of Psychotherapy*, 61 (3). 241-254.
- Rodríguez, M., & Bello, A. (2003, febrero). Relación terapéutica en el marco constructivista. *Ponencia del Curso sobre Psicoterapia Constructivista organizado por la Asociación Madrileña de Salud Mental*, Madrid, ES.
- Rychlak, J. (1999). Social Constructionism, postmodernism, and the computer model: searching for human agency in the right places. *Journal of Mind and Behavior*, 20 (4), 379-389.
- Schopenhauer, A. (1950). *El Mundo como Voluntad y Representación*. Buenos Aires, El Ateneo Editorial.
- Sudak, D. M. (2008). *Terapia cognitivo-comportamental na prática*. Porto Alegre: Artmed.
- Vaihinger, H. (1924). *The Philosophy of "as if"*. Berlin: Reuther & Reichard.
- Vasconcellos, S. J. L., & Machado, S. da S. (2006). Construtivismo, psicologia experimental e neurociência. *Psicologia Clínica*, 18 (1), 83-94.
- Viaplana, G. F., & Besora, M. V. (2000). *Constructivismo y psicoterapia*. (Rev. Ed.). Sevilla: Desclée de Brouwer.
- Watzlawick, P. (Ed.). (1984). *The invented reality: contributions to constructivism*. New York: Norton.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishhaar, M. E. (2008). *Terapia do esquema: guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras*. Porto Alegre: Artmed.
- Zagmutt, A. (2006, mayo). La evolución de la terapia cognitiva posracionalista. *Conferencia plenaria ofrecida durante el VI Congreso Latinoamericano de Terapias Cognitivas*, Buenos Aires, AR.