



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA



Ana Carolina Rimoldi de Lima

**ALGUMAS APROXIMAÇÕES DO MODELO COGNITIVO DAS
EMOÇÕES DE AARON T. BECK COM A FILOSOFIA, A BIOLOGIA
EVOLUTIVA E AS NEUROCIÊNCIAS**

**UBERLÂNDIA
2011**

Universidade Federal de Uberlândia - Avenida Maranhão, s/nº, Bairro Jardim Umuarama - 38.408-144 - Uberlândia – MG

+55 – 34 – 3218-2701

pgpsi@fapsi.ufu.br

<http://www.pgpsi.ufu.br>



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA



Ana Carolina Rimoldi de Lima

**ALGUMAS APROXIMAÇÕES DO MODELO COGNITIVO DAS
EMOÇÕES DE AARON T. BECK COM A FILOSOFIA, A BIOLOGIA
EVOLUTIVA E AS NEUROCIÊNCIAS**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia – Mestrado, do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, como requisito parcial à obtenção do Título de Mestre em Psicologia Aplicada.

Área de Concentração: Psicologia Aplicada

Orientador(a): Dra. Renata Ferrarez
Fernandes Lopes

**UBERLÂNDIA
2011**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Sistema de Bibliotecas da UFU, MG, Brasil.

L732a Lima, Ana Carolina Rimoldi de, 1982-
2011 Algumas aproximações do modelo cognitivo das emoções de
Aaron T. Beck com a filosofia, a biologia evolutiva e as neurociên-
cias / Ana Carolina Rimoldi de Lima. – 2011.
131 f. : il.

Orientadora: Renata Ferrarez Fernandes Lopes.
Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Uberlândia,
Programa de Pós-Graduação em Psicologia.
Inclui bibliografia.

1. Psicologia - Teses. 2. Psicologia aplicada - Teses. 3. Emoções
(Filosofia) - Teses. 4. Emoções e cognição - Teses. I. Lopes, Renata
Ferrarez Fernandes. II. Universidade Federal de Uberlândia. Progra-
ma de Pós-Graduação em Psicologia. III. Título.

CDU: 159.9



Ana Carolina Rimoldi de Lima

**ALGUMAS APROXIMAÇÕES DO MODELO COGNITIVO DAS
EMOÇÕES DE AARON T. BECK COM A FILOSOFIA, A BIOLOGIA
EVOLUTIVA E AS NEUROCIÊNCIAS**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia – Mestrado, do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, como requisito parcial à obtenção do Título de Mestre em Psicologia Aplicada.

Área de Concentração: Psicologia Aplicada

Orientador(a): Dra. Renata Ferrarez Fernandes Lopes

Banca Examinadora
Uberlândia, 24 de agosto de 2011

Prof(a). Dra. Renata Ferrarez Fernandes Lopes
Orientador (UFU)

Prof. Dr. Joaquim Carlos Rossini
Examinador (UFU)

Prof(a). Dra. Carmem Beatriz Neufeld
Examinador (USP)

Prof(a). Dra. Maria Cristina Oliveira Santos Miyazaki
Examinador Suplente (FAMERP)

UBERLÂNDIA
2011

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus pais Mauro e Rosângela, pelo amor, carinho e incentivo. Pelo empenho e dedicação necessários para se manter um filho-estudante por tanto tempo. Por me ensinarem que o valor das pessoas não está no que elas têm, mas no que elas são e por me ensinarem a amar o conhecimento. A vocês, meu respeito, carinho e reconhecimento!

Aos meus irmãos Rodrigo e Gabriel, antes de tudo companheiros. Por sempre me incentivarem a ser exatamente quem eu sou e por apoiarem minha carreira acadêmica!

Ao Arthur, companheiro de vida e de profissão. Por sempre me apoiar, ouvir e incentivar incondicionalmente. Por sempre perceber em mim alguém competente!

Aos meus amigos tão estimados, à minha cunhada Rejaine, à minha doce sobrinha Mariana, aos demais familiares e à família Siqueira Sene, simplesmente por participarem da minha vida, tornando-a mais bonita!

À professora Dra. Renata, pela inspiração como profissional. Por me mostrar uma Psicologia eficiente e adorável de se fazer!

Ao professor Dr. Ederaldo, pela participação marcante em meu trabalho, com suas orientações precisas e competentes!

Aos professores Dr. Joaquim e Dr. Sinésio, pela motivação durante toda a minha formação profissional, tornando o convívio acadêmico ao mesmo tempo sério e divertido!

À Marineide, pelas orientações sempre tão cuidadosas, sem as quais o processo do mestrado seria ainda mais difícil!

Ao Instituto de Psicologia e ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, minha casa acadêmica, por me ensinarem e conduzirem no caminho profissional com seriedade e dedicação!

A todos, meus sinceros agradecimentos!

“Há um ponto de partida,
Há um ponto de união...
Sentir com inteligência,
Pensar com emoção.”
(Humberto Gessinger)

RESUMO

Este trabalho consistiu em uma pesquisa bibliográfica, cujo objetivo foi elucidar o modelo cognitivo das emoções de Aaron T. Beck, apontando relações e paralelos entre esse modelo e outras abordagens teóricas na Filosofia e na Biologia (evolução e neurociências cognitivas) que também se aplicam ao entendimento da relação entre processos cognitivos e afetivos. A partir de leituras de textos gerais sobre as emoções e sua relação com processos cognitivos, foi feita uma seleção de teorias filosóficas e biológicas que fazem interface com a teoria e terapia cognitivas, sendo que na Filosofia foram consideradas as abordagens de Platão, Aristóteles, Descartes e Kant e na Biologia, a abordagem evolutiva de Darwin, algumas considerações de autores neodarwinistas e as abordagens neurocientíficas de Antônio Damásio e Joseph Ledoux. O método de pesquisa envolveu, dessa forma, a identificação e localização do material bibliográfico pertinente, seguido por sua compilação, através de fichamentos de cada teoria selecionada, e sua explanação subsequente. Ao final da explanação de todas as teorias, foi feita a discussão geral dos aspectos do modelo cognitivo das emoções de Beck que se relacionam ou apresentam paralelos com as teorias da Filosofia ou da Biologia. Observou-se que as abordagens filosóficas consideradas sustentam a principal premissa do modelo cognitivo – a centralidade da cognição – ao passo que as abordagens evolutivas justificam a compreensão da psicologia humana em termos adaptados ou desadaptados, o que é nítido em toda a terapêutica cognitiva de Beck. As abordagens das neurociências cognitivas, por outro lado, além de sustentar algumas premissas, podem ainda fornecer um substrato empírico (com base na anatomia e no funcionamento neuroquímico do cérebro) aos principais conceitos da teoria de Beck. Conclui-se, assim, que o modelo cognitivo de Beck foi desenvolvido aliando resultados de sua prática clínica a uma base teórica consistente, a qual se relaciona com conceitos de diferentes áreas do conhecimento. O status atual de seu modelo é o de uma abordagem global da psicologia humana, que busca compreender os processos psicológicos normais e patológicos em um continuum e em interação mútua e, por fim, seu desenvolvimento futuro pode estar relacionado a aproximações com dados advindos de pesquisas neurocientíficas. Salienta-se que este trabalho não esgota as possibilidades de compreensão do modelo cognitivo das emoções de Beck. Outras pesquisas, tanto teóricas quanto empíricas, devem ser empreendidas visando o desenvolvimento da teoria e da terapia cognitiva.

Palavras-chave: Modelo Cognitivo de Beck; Filosofia das emoções; Biologia das emoções.

ABSTRACT

This work consisted of a bibliographic research, that the purpose was elucidate the cognitive model of emotions by Aaron T. Beck, showing relations and parallels between this model to others theoretical approaches of Philosophy and Biology (evolution and cognitive neurosciences) which either are applied to the understanding of the relation between affective and cognitive processes. From the readings of many general texts about emotions and its relations to cognitive processes, was made a selection of philosophical and biological theories that show an interface with the cognitive's theory and therapy, of which in Philosophy were considered the approaches of Plato, Aristotle, Descartes and Kant, in Biology, the evolutionary approach of Darwin, few considerations of neo-Darwinists authors and the neuroscientific approaches of Antonio Damasio and Joseph Ledoux. The research method involved, this way, the identification and location of relevant bibliographic material, followed by its collection, through the book reports of each selected theory, and its subsequent explanation. At the end of the explanations of all theories, was made a general discussion of the Beck's cognitive model of emotions that is related or have parallels with Philosophy and Biology theories. Was observed that the philosophical approaches considered support the main premise of the cognitive model – the cognitive centrality – while the evolutionary approaches justify the comprehension of human psychology into fitted and unfitted terms, which is clear in whole Beck's cognitive therapeutic. The approaches of the cognitive neurosciences, on the other hand, beyond support some premises, could still provide an empiric substratum (based on the anatomy and the neurochemical operation of the brain) to the main concepts of Beck's theory. Concludes, that Beck's cognitive model was developed combining his clinical practice results to a consistent theoretical basis, which is related to different concepts of knowledge areas, the current status of his model is a global approach of the human psychology, seeking to understand the pathological and normal psychological processes on a continuum and mutual interaction and, finally, its future development could be related to coming data approaches of neuroscientific researches. It should be noted that this work doesn't exhaust the possibilities to comprehend the Beck's cognitive model of emotions. Other research, both theoretical and empirical should be undertaken looking the development of cognitive's theory and therapy.

Key words: Beck's Cognitive Model; Phylosophy of emotions; Biology of emotions.

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1: Modelo Cognitivo Linear da relação cognição-emoção.....	41
FIGURA 2: Modelo Cognitivo “Modal” da relação cognição-emoção.....	52
FIGURA 3: Emoções primárias.....	93
FIGURA 4: Emoções secundárias.....	95
FIGURA 5: Emoções automatizadas básicas.....	100
FIGURA 6: Emoções conscientes.....	102

LISTA DE TABELAS

TABELA 1: Definição de emoções conforme modelo cognitivo linear baseado em Aaron T. Beck (1979).....	43
TABELA 2: Definições das funções da alma, funções do corpo e emoções conforme a filosofia cartesiana baseado em Descartes (1649/1987).....	67
TABELA 3: Fontes de conhecimentos da realidade e faculdades da mente humana conforme a filosofia kantiana baseado em Kant (1781/1974).....	73
Tabela 4: Algumas das descrições darwinistas das expressões emocionais (Darwin, 2000, pp. 166-284).....	85
TABELA 5: Aproximações e distanciamentos entre o modelo cognitivo de Beck e os demais autores da Filosofia e da Biologia.....	106

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	13
<i>Justificativa</i>	17
<i>Organização do texto</i>	18
CAPÍTULO 1.....	20
Objetivos e Método.....	20
1.1 – <i>Objetivo Geral</i>	20
1.1.1 – <i>Objetivos Específicos</i>	20
1.2 – <i>Método</i>	21
1.2.1 – <i>Delineamento da Pesquisa</i>	21
CAPÍTULO 2.....	24
Algumas abordagens na Psicologia das emoções.....	24
2.1 – <i>O modelo cognitivo de Aaron T. Beck: Visão Geral</i>	31
2.1.2 – <i>A relação cognição-emoção no Modelo Cognitivo Linear</i>	40
2.1.3 – <i>A relação cognição-emoção no Modelo Cognitivo Modal</i>	44
CAPÍTULO 3.....	55
Algumas abordagens na Filosofia das emoções	55
3.1 – <i>Platão</i>	59
3.2 – <i>Aristóteles</i>	62
3.3 – <i>René Descartes</i>	65
3.4 – <i>Immanuel Kant</i>	71
CAPÍTULO 4.....	79
Algumas abordagens na Biologia das emoções.....	79
4.1 – <i>A Perspectiva Evolutiva</i>	81
4.2 – <i>A Neurociência Cognitiva de Antônio Damásio</i>	91
4.3 – <i>A Neurociência Cognitiva de Joseph Ledoux</i>	98
CAPÍTULO 5.....	105
Discussão Geral e Conclusões	105
CONSIDERAÇÕES FINAIS	126
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	128

INTRODUÇÃO

A questão “o que são as emoções” tem sido investigada ao longo dos séculos por filósofos e, a partir do século XX, também por psicólogos e neurocientistas (Power & Dalglish, 1997). Na Filosofia, as emoções ora foram entendidas como sentimentos corporais e fisiologia, desprovidas de inteligência, ora foram consideradas como virtudes da sabedoria, capazes de direcionar o bom uso da razão. Outras abordagens filosóficas, no entanto, tentaram e ainda tentam encontrar posições medianas entre os dois extremos, isto é, sem enfatizar exclusivamente a razão ou exclusivamente as emoções (Lyons, 2000; Solomon, 2004).

Da mesma forma, a relação entre processos cognitivos e processos afetivos constitui um tema relevante em teorias e pesquisas de Psicologia, especialmente no campo da Psicologia Cognitiva geral (modelos de processamento de informação). Entretanto, por muito tempo, a discussão dominante enfocava ou a prioridade da cognição ou da emoção no funcionamento psíquico humano, como demonstrado pelo debate entre Lázarus (1984) e Zajonc (1984). As concepções teóricas que seguiram a visão de Zajonc priorizaram o processamento afetivo sobre o cognitivo, ao passo que as concepções teóricas que seguiram as ideias de Lázarus, percorreram o caminho contrário, priorizando o processamento cognitivo sobre o afetivo.

Dentre as abordagens psicológicas que se posicionaram a favor da primazia cognitiva, destaca-se o modelo cognitivo de Aaron T. Beck. Este modelo transita desde uma explicação serial, a qual apresenta relação unilateral e direta entre cognição e emoção, ou seja, compreendendo que as emoções surgem a partir de avaliações cognitivas pessoais de eventos e situações, até uma explicação circular, na qual os esquemas cognitivos e afetivos mantêm-se em uma interação bilateral constante (Beck, 1979; Beck, 2004).

É interessante notar, entretanto, que independentemente da abordagem psicológica subjacente, as emoções permeiam tanto estados psicopatológicos (nos quais ocorre

exacerbação dos estados emocionais), quanto estados psicológicos “normais” (em que ocorrem estados emocionais amenos). Nesse sentido, cabe questionar o papel das emoções nas teorizações e pesquisas da Psicologia.

Teorias atuais em Psicologia apontam para a conciliação entre processos cognitivos e afetivos. A teoria de inteligência emocional, por exemplo, de Mayer e Caruso (2008) e Mayer, Caruso, Salovey e Sitarenios (2001), assume que considerar as emoções como atuando contrariamente à cognição é uma generalização inadequada, uma vez que as emoções apresentam características adaptativas importantes ao ser humano, atuando no bom desempenho da inteligência, raciocínio e resolução de problemas. Segundo esses autores, as emoções são entendidas como um grupo de habilidades mentais com conteúdo informacional, as quais representam as relações do sujeito com estímulos internos e externos.

Izard (2009) é outro autor que se destaca no estudo das emoções ao apresentar um esforço por compreender os processos cognitivos e emocionais em interação mútua no funcionamento neurobiológico do cérebro e considerar a função das emoções no desenvolvimento da consciência e na operação de outros processos mentais e comportamentais. Izard (2009) ressalta ainda que “pode não ser possível estudar cognição e emoção separadamente” (p. 16). Ademais, o autor salienta que a aquisição de linguagem e, conseqüentemente, a capacidade de rotular, identificar e compartilhar emoções representam importantes ganhos evolutivos relacionados às funções executivas, especialmente no que tange ao manejo e auto-regulação das emoções.

Adicionalmente, há autores interessados em compreender a função da cognição e da emoção como processos organizadores da personalidade. Nesse campo destacam-se a teoria afetivo-cognitiva da personalidade de Mischel e Shoda, a teoria cognitiva de Beck, entre outras. Segundo Mischel e Shoda (1995), a personalidade dos indivíduos é definida a partir da forma “como eles seletivamente focam em diferentes características das situações, como eles

as caracterizam e codificam cognitiva e emocionalmente e como esses códigos ativam e interagem com outras cognições e afetos no sistema de personalidade” (p. 252). Assim, cognições e afetos funcionam, de forma interativa, como estruturas organizadoras da personalidade. Já a teoria cognitiva Beck define personalidade como uma organização, relativamente estável, de esquemas cognitivos, afetivos, comportamentais, motivacionais e fisiológicos, os quais atuam em conjunto e definem as respostas do indivíduo às demandas de seu meio (Beck, 2004; Beck, Freeman & Davis, 2005).

Outro tipo de contribuição ao entendimento das emoções advém de estudos sobre a estrutura e funcionamento do cérebro e do estudo evolutivo de Darwin (Venâncio, et al., 2008). Estudos morfológicos do cérebro humano contribuíram para a compreensão de quais estruturas e regiões cerebrais são relacionadas à experiência emocional (Bear, Connors & Paradiso, 2002), ao passo que a teoria darwinista sobre a expressão das emoções nos homens e em outros animais forneceu a base para a compreensão das emoções como comportamentos vestigiais, concedendo-lhes caráter adaptativo e homólogo entre animais de uma mesma espécie (Griffiths, 1997). Esses estudos embasam teorias neurocientíficas atuais, como as teorias de Ledoux (1998) e Damásio (2005), as quais corroboram a premissa da relação entre processos afetivos e cognitivos a partir de explicações sobre a estrutura e funcionamento do cérebro humano, além de fornecerem sustento à proposição darwinista de homologia intra-espécie das emoções. Assim, teorias neurocientíficas e evolutivas podem contribuir para o desenvolvimento de concepções psicológicas a respeito da relação entre cognição e emoção.

Conforme ressaltado por Neubern (2001), o estudo das emoções pode apontar para reformas epistemológicas na Psicologia, uma vez que essas constituem fenômenos psíquicos que mantêm estreita relação com as demais dimensões do homem (como o pensamento, a linguagem, a fisiologia, entre outros) sem, entretanto, se esgotar em nenhuma delas. O autor aponta que, ao longo do desenvolvimento da ciência, muitas abordagens psicológicas

conferiram às emoções uma compreensão pejorativa, entendendo-as como “desvinculadas dos processos superiores (sendo uma herança animal), forças primárias que antecedem o pensamento e a ação e conduzem os sujeitos, em geral, a ações destrutivas, promotoras de desadaptação do comportamento e indesejáveis” (p. 64).

Claramente, uma ampla compreensão do que são e de como funcionam as emoções implica em considerar seu aspecto neuroquímico. Entretanto, teorias psicológicas podem garantir-lhes uma função mais global em relação com os demais processos psíquicos humanos, como a cognição. Esse entendimento será melhor adquirido se compartilhado com outras áreas do conhecimento que também se dedicam ao estudo das emoções, como a Filosofia e a Biologia, dada as inúmeras variáveis envolvidas na experiência emocional, a saber, biológicas, psicológicas e sociais.

Não se busca aqui sobressaltar as emoções no funcionamento psíquico humano, nem reascender debates do tipo cognição *versus* emoção, mas compreendê-las dentro de um processo integrado, que inclua não apenas dimensões individuais, mas o contexto e processo de sua formação e funcionamento, conduzindo ao esclarecimento da “relação intrínseca e imbricada existente entre as emoções, motivação, o processo cognitivo, metacognição e consciência” (Oliveira, Campos & Borges, 2004).

Muitas questões referentes à Psicologia, como a compreensão da personalidade e de diversos distúrbios emocionais, requerem teorias mais abrangentes e globais que levem em consideração a inter-relação dinâmica entre as diversas variáveis envolvidas no funcionamento psíquico humano (Beck, 2004). Nesse contexto, a discussão cognição *versus* emoção, em seus diversos aspectos, parece ser contraproducente. Porém, o estudo aprofundado do sistema emocional pode ser útil na construção dessa perspectiva abrangente e integradora, já que os sistemas psicológicos e biológicos humanos estão em constante interação e, historicamente, esse estudo foi deixado em segundo plano pela Psicologia.

Assim, o presente trabalho visou apresentar o modelo cognitivo de Aaron T. Beck com destaque à sua compreensão sobre a relação entre cognição e emoção, apontando paralelos entre as principais premissas de seu modelo e outras teorias dentro da Filosofia e Biologia. A seleção das abordagens filosóficas e biológicas para serem relacionadas ao modelo cognitivo de Beck foi feita a partir de leituras de textos gerais sobre a relação entre processos cognitivos e afetivos, os quais apontam abordagens na Filosofia e na Biologia que fazem interface com teorias e terapias cognitivas.

Na Filosofia, essa seleção enfocou os filósofos que definiram as duas principais vertentes quanto ao entendimento das emoções, isto é, por um lado a visão dualista (razão *versus* emoção) iniciada em Platão e retomada no Racionalismo Cartesiano e, por outro lado, a visão monista de Aristóteles. Ademais, a filosofia de Kant também foi considerada, por ser este um filósofo que influenciou aspectos do desenvolvimento do modelo cognitivo de Beck.

Na Biologia, a seleção dos autores abordados baseou-se em dois eixos principais: a vertente evolutiva e a vertente neurocientífica. A vertente evolutiva foi considerada por também ser mencionada por Beck como influência ao desenvolvimento de seu modelo, sendo que o autor considera alguns entendimentos da evolução das espécies entre suas formulações teóricas referentes a transtornos psicológicos humanos. Por outro lado, a vertente neurocientífica enfocou dois importantes autores das neurociências cognitivas (Antônio Damásio e Joseph LeDoux) pela proximidade que apresentam com a Psicologia Cognitiva geral (modelos de processamento de informação).

Justificativa

O desenvolvimento desse estudo permitiu ampliar o arcabouço teórico para a compreensão das emoções e da relação entre processos afetivos e cognitivos no modelo cognitivo de Aaron T. Beck. Assim, a partir da análise das teorias selecionadas, esse estudo sugeriu possíveis relações e interfaces entre o modelo cognitivo das emoções de Beck com abordagens

filosóficas e biológicas, além de possíveis direcionamentos que o modelo de Beck pode tomar futuramente considerando influências de outros campos de pesquisa. Outra contribuição possível foi uma melhor compreensão teórica a respeito do papel das emoções no funcionamento psíquico humano, quer seja em processos normais ou patológicos, especialmente no modelo cognitivo de Beck, esclarecendo as influências do autor nesse campo de pesquisa. Por fim, essa análise evidenciou a necessidade de superação, na ciência psicológica, de uma visão separatista e dicotômica dos sistemas cognitivo e emocional, apontando as emoções como um tópico relevante de pesquisa para o desenvolvimento da Psicologia.

Organização do texto

A organização do texto se deu a partir de um enfoque geral sobre o estudo das emoções, com textos introdutórios em cada capítulo seguidos pela seleção de autores e teorias específicas. Assim, este trabalho foi dividido em cinco capítulos. No primeiro capítulo foi apresentada a metodologia da pesquisa, envolvendo objetivos gerais, objetivos específicos e o método, o qual consistiu em uma pesquisa bibliográfica.

No segundo capítulo apresentou-se uma introdução envolvendo algumas teorias psicológicas sobre as emoções. Em seguida apresentou-se enfoque principal da pesquisa: o modelo cognitivo de Aaron T. Beck, o qual é dividido em uma perspectiva geral e, posteriormente, com enfoque específico sobre a relação cognição-emoção nos modelos linear e modal.

No terceiro capítulo, foram enfocadas abordagens filosóficas gerais quanto ao entendimento das emoções e, posteriormente, as abordagens filosóficas que apresentam relação com certas premissas do modelo cognitivo. Foram incluídas neste recorte as filosofias de Platão, Aristóteles, Descartes e Kant.

No quarto capítulo, foram destacadas algumas abordagens gerais na biologia das emoções e, em seguida, as abordagens especificamente selecionadas para serem relacionadas ao modelo de Beck: a teoria evolutiva das emoções e duas teorias específicas dentro das neurociências cognitivas (as teorias de Antônio Damásio e de Joseph Ledoux).

Por fim, no quinto capítulo, fez-se uma discussão geral relacionando todos os autores e teorias enfocadas ao longo do trabalho com o modelo cognitivo das emoções de Beck, apontando paralelos e aproximações entre os mesmos ou direcionamentos futuros para o modelo de Beck. Ademais, nas considerações finais foram sugeridas as limitações deste estudo, assim como possíveis implicações para pesquisas futuras.

CAPÍTULO 1

Objetivos e Método

1.1 – Objetivo Geral

O objetivo desta pesquisa consiste em apresentar uma melhor compreensão teórica do modelo cognitivo das emoções de Aaron T. Beck e compreender como as emoções foram e são conceituadas em algumas abordagens da Filosofia, da Biologia (teoria evolutiva e neurociências cognitivas). A partir dessas definições, buscou-se apontar paralelos e relações entre abordagens filosóficas e biológicas com o modelo de Beck a fim de proporcionar uma melhor compreensão da relação cognição-emoção em sua teoria e apontar possibilidades de aprimoramentos futuros da mesma. As questões que motivaram o desenvolvimento desse trabalho envolvem compreender como o modelo cognitivo das emoções de Beck foi desenvolvido; qual o status atual do modelo cognitivo das emoções; e como pode se dar o desenvolvimento futuro do modelo cognitivo de Beck. Essas questões foram respondidas no tópico de considerações finais.

1.1.1 – Objetivos Específicos

- Apontar uma descrição geral a respeito do estudo das emoções em diferentes abordagens, como a Filosofia, a Biologia e a Psicologia;
- Apresentar o desenvolvimento, principais conceitos e estado atual da teoria cognitiva de Aaron T. Beck;
- Descrever a relação entre cognição e emoção no modelo linear da teoria de Aaron T. Beck;
- Descrever a relação entre cognição e emoção no modelo modal da teoria de Aaron T. Beck;
- Apresentar algumas abordagens filosóficas a respeito das emoções;

- Apresentar algumas abordagens biológicas a respeito das emoções;
- Apontar possíveis aproximações dos estudos filosóficos das emoções com a teoria de Aaron T. Beck, tanto no modelo linear quanto no modelo modal;
- Apontar possíveis aproximações dos estudos biológicos das emoções com a teoria de Aaron T. Beck, tanto no modelo linear quanto no modelo modal;
- Apresentar possibilidades de desenvolvimento da teoria de Beck a partir de abordagens biológicas que ampliam seu modelo cognitivo das emoções.

1.2 – Método

Visando responder às questões explanadas nos objetivos e justificativa supracitados, realizou-se uma pesquisa do tipo bibliográfica, com característica exploratório-comparativa, visando elucidar a relação entre cognição e emoção em diferentes abordagens de investigação científica (Filosofia, Biologia e Psicologia), comparando os dados obtidos nas mesmas. Dessa forma, fez-se uma seleção da bibliografia pertinente na Filosofia e na Biologia, visando apontar paralelos entre essas abordagens teóricas com a teoria cognitiva de Aaron T. Beck no que diz respeito ao entendimento das emoções e da relação entre essas e a cognição.

1.2.1 – Delineamento da Pesquisa

Tomando por base as orientações para levantamento de dados e pesquisa bibliográfica apresentadas em Ferrari (1982), Lakatos e Marconi (1991) e Cozby (2003), essa pesquisa foi desenvolvida a partir das seguintes etapas:

- Identificação do material bibliográfico: a partir da leitura de textos científicos (livros e artigos) gerais a respeito do estudo das emoções, fez-se o reconhecimento das fontes bibliográficas pertinentes na Filosofia, Biologia (teoria da evolução e estudos neurocientíficos) e na teoria cognitiva de Aaron T. Beck, com ênfase sobre a interface entre emoção e cognição.

- Localização do material bibliográfico: acesso às fontes bibliográficas específicas em cada abordagem teórica – livros de Filosofia, Biologia e teoria cognitiva becniana – que abordam conceitualizações sobre emoções, além de artigos de periódicos científicos nas bases indexadoras online do portal capes e scielo.
- Compilação do material bibliográfico: reunião sistemática do material, separando-os em abordagens teóricas (abordagens filosóficas, abordagens biológicas e a abordagem cognitiva de Beck).
- Fichamentos do material bibliográfico: resumos de cada abordagem teórica considerada na Filosofia, Biologia e teoria cognitiva de Beck, reunindo os dados obtidos e as principais conclusões sobre o estudo das emoções.
- Apresentação dos referenciais teóricos, caracterizada da seguinte forma:
 - Decomposição dos elementos essenciais de cada teoria/pesquisa estudada na Filosofia, Biologia e teoria cognitiva de Beck, comparando-as, agrupando semelhanças e extraindo fatores comuns entre suas conceitualizações;
 - Destaque daquelas perspectivas teóricas da Filosofia e da Biologia que apresentam relações com a teoria cognitiva de Beck, tanto no modelo linear quanto no modelo modal, quanto ao entendimento das emoções; discussão e relação entre as mesmas;
 - Destaque para as perspectivas biológicas que podem ampliar o entendimento das emoções da teoria cognitiva de Beck e que podem contribuir para o desenvolvimento futuro da mesma; elucidação e discussão dessas abordagens biológicas.
- Discussão final e conclusões:
 - Discussão da argumentação desenvolvida ao longo do trabalho, incluindo a relação entre as abordagens teóricas da Filosofia e da Biologia com a teoria cognitiva de Beck, considerando

possíveis paralelos entre as mesmas com respeito à compreensão da relação entre processos cognitivos e afetivos;

- Explanação, de forma geral, das interfaces da teoria cognitiva de Beck com as abordagens filosóficas e biológicas consideradas ao longo do trabalho quanto ao conceito de emoção;

- Discussão de como as diferentes abordagens filosóficas e biológicas podem ajudar a explicar a relação entre cognição e emoção na teoria cognitiva de Beck;

- Discussão do panorama atual do modelo cognitivo das emoções de Beck e de possíveis contribuições ao seu desenvolvimento futuro advindas das abordagens biológicas consideradas.

- Considerações finais:

- Apontar as limitações deste estudo e sugestões para pesquisas posteriores.

CAPÍTULO 2

Algumas abordagens na Psicologia das emoções

É um consenso que na Psicologia as emoções representam um conceito significativo e necessário. Porém, há entre as abordagens psicológicas uma dificuldade em se definir o que são as emoções e mesmo em definir se elas representam um domínio válido de estudo (Frigda, 2008). Como afirmam Oliva et al. (2006), o estudo científico das emoções não esteve, por muito tempo, entre os principais temas de interesse dos pesquisadores. Power e Dalglish (1997) apontam também que na Psicologia as teorizações sobre emoções sempre contêm um entendimento mais global sobre o funcionamento psíquico humano. “Assim, aqueles que procuram descrever e explicar a mente como um sistema cognitivo geralmente subscrevem uma teoria cognitiva das emoções. Similarmente, behavioristas advogam uma teoria behaviorista, dualistas uma teoria dualista, e assim por diante” (p. 17).

A teoria de William James foi pioneira dentro da Psicologia ao focar o entendimento e estudo das emoções. Em seu artigo de 1884 “What is an emotion?” o autor afirma que a emoção é o sentimento que temos a respeito das alterações somáticas em nosso corpo, mediante algum estímulo percebido. Portanto, para James (1884) não é a percepção de eventos/estímulos que gera a emoção (estado somático), mas é o próprio estado somático e visceral que constitui a emoção.

Segundo William James (1884) as reações corporais estão interpostas entre os estados mentais, de modo que, entre a percepção do objeto excitante e a emoção, ocorrem as mudanças corporais e não o contrário. Dessa forma, o autor afirma que nós nos sentimos tristes porque choramos, sentimos raiva porque atacamos e nos sentimos assustados porque trememos. A sequência contrária é incorreta uma vez que, sem as alterações corporais, a percepção seria puramente cognitiva, destituída de “calor emocional”.

Assim, o ponto central da teoria de James (1884) é que se fantasiarmos um estado emocional e separarmos dele todos os sintomas corporais, o estado mental que “sobra” não constitui uma emoção, mas apenas um estado neutro e frio de percepção intelectual. O autor entende, então, que não existe emoção sem seus respectivos representantes somáticos. Todos os estados afetivos são constituídos e feitos por aquelas mudanças somáticas, normalmente referidas como expressão ou consequência. James completa ainda, que dadas todas as possibilidades de permutações a que as reações corporais estão sujeitas, não há sequer uma “sombra” de emoção, por mais passageira que seja, que ocorra sem uma reverberação corporal única.

Em contraposição à posição jamesiana, Walter Cannon e Phillip Bard desenvolvem uma teoria das emoções segundo a qual o processo emocional depende inteiramente do cérebro. A proposta dos autores era a de que um estado emocional só ocorre quando os sinais oriundos de estimulação sensorial alcançam o Tálamo, caso contrário, o circuito estímulo-resposta processado pelos córtices cerebrais será desprovido de emoção, pois “não há correlação confiável entre a experiência emocional e o estado fisiológico do organismo” (Bear, Connors & Paradiso, 2002, p.583). O pressuposto era que as reações fisiológicas e corporais seriam semelhantes em quaisquer estados emocionais, uma vez que resultavam da ativação sináptica do Sistema Nervoso Autônomo, o qual atua de forma uniforme, independentemente de como fora ativado. Esses autores também baseavam sua teoria em resultados de pesquisas neurofisiológicas em humanos e animais, as quais forneceram indícios de que a eliminação de sensações fisiológicas, devido a uma transecção na medula espinal, não suprimia as emoções.

Essas concepções precedentes motivaram debates calorosos a respeito do papel das emoções e das cognições no funcionamento psicológico humano. Cem anos após o artigo “What is an emotion?”, destaca-se o debate entre Lázarus (1984) e Zajonc (1984), o primeiro defendendo a primazia da cognição e o último enfocando a primazia da emoção.

O debate entre Lázarus e Zajonc refere-se à questão da relação entre cognição e emoção, mais especificamente, sobre qual processo mental afeta mais diretamente o outro: se a cognição afeta a emoção, se a emoção afeta a cognição, ou ainda, se tais processos podem ser considerados independentes. A questão que Zajonc (1984) levanta é que as emoções podem ocorrer independentemente (e anteriormente) ao processamento cognitivo. Lázarus (1984), por sua vez, interessa-se em investigar que tipo de cognições ou significados podem estimular emoções de diferentes tipos e intensidades. O autor considera também que as cognições que antecedem as emoções podem não ser deliberadas ou conscientes, resultando de processamentos automáticos.

Para Zajonc (1984) o ser humano está sempre em um estado emocional, isto é, há sempre alguma reação emocional presente no sujeito. Essas reações podem ser um estado emocional crônico (como a depressão), uma fase emotiva (como o humor), uma emoção acentuada (como a euforia) ou uma fase aguda (como a surpresa). Assim, as emoções se manifestam causando uma mudança no próprio estado emocional do sujeito. Zajonc considera que, embora processos cognitivos possam causar a mudança de um estado emocional a outro, esses processos não são necessários para eliciar emoções, pois um mínimo input sensorial (que não precisa ser transformado em alguma informação significativa) pode alterar radicalmente o estado emocional do sujeito.

Para Lázarus (1984), entretanto, é exatamente a avaliação cognitiva que transforma estados puramente sensoriais em emoções. Essa transformação perpassa pela avaliação de se tais estados sensoriais são benéficos ou prejudiciais ao bem-estar pessoal, isto é, envolve uma mudança de um mero registro perceptivo/sensorial (p.ex.: “isso é prazeroso ou desprazeroso”) para uma emoção (p.ex.: “isso me faz bem ou me faz mal”). Assim, enquanto Zajonc (1984) alega que percepções simples não são cognições, mas apenas sensações, Lázarus (1984) defende que reações fisiológicas simples não são emoções. Apesar do debate aparentemente

inconclusivo, ambos os autores apresentam evidências empíricas que sustentam suas posições teóricas.

Em uma vertente mais pragmática e, a despeito de definições quanto ao papel das cognições, destaca-se a posição da Psicologia Behaviorista acerca das emoções. Conforme Skinner (1991) uma forma de má interpretação muito comum a respeito do Behaviorismo é a consideração de que os comportamentalistas não levem em consideração os sentimentos e emoções. O autor relaciona tal equívoco à preocupação com a objetividade comum às escolas behavioristas. Entretanto, Skinner define que essa desconsideração com sentimentos e emoções de fato não ocorre no Behaviorismo Radical.

Comportamentalistas metodológicos, assim como positivistas lógicos, argumentam que a ciência deve restringir-se a eventos passíveis de ser observados por duas ou mais pessoas. . . . Existe um mundo interno de sentimentos e estados da mente, mas ele está fora do alcance de uma segunda pessoa e, portanto, da ciência. (Skinner, 1991, p. 13).

Skinner (1991) afirma, porém, que o Behaviorismo Radical não corrobora com essa idéia do Behaviorismo Metodológico. Segundo o autor, como as pessoas se sentem é algo tão importante quanto o que elas fazem. Porém, o sentimento é entendido como uma ação sensorial semelhante a ver e ouvir, com uma diferença principal: nós sabemos mais sobre os órgãos com os quais vemos e ouvimos, mas sabemos relativamente pouco sobre os órgãos com os quais nos sentimos deprimidos ou eufóricos.

Dessa forma, Skinner (1991) explica que o que sentimos em estados emocionais, de fato, são contradições corporais, semelhantemente ao que propôs William James. Entretanto, Skinner afirma que William James estava equivocado com seus “porquês”, pois, segundo o Behaviorismo, não sentimos tristeza por que choramos ou choramos porque estamos tristes,

mas há outras variáveis envolvidas tanto na reação (chorar) quanto no sentimento (tristeza): tais são as contingências ambientais. Segundo essa perspectiva, as respostas corporais e comportamentais típicas de estados emocionais, devem ser analisadas em termos de contingências de reforçamento. Conforme Skinner, compreender as contingências ambientais de reforçamento comunica mais a respeito do que uma pessoa está sentindo do que expressões do tipo “estou alegre” ou “estou triste”. Por isso, o enfoque da abordagem se dá no contexto responsável pelo que é sentido, visando desenvolver uma nova história de reforçamento.

Como ressaltou Guilhardi (2007):

O que é meramente uma palavra, um produto da comunidade verbal, ganha outra natureza e passa a ser tratado como um evento psicológico a ser explicado e, ainda pior, com propriedades explicativas (ou causais). . . . Pode-se concluir que os sentimentos em geral são termos atribuídos aos comportamentos respondentes e aos estados corporais sentidos. (p. 2).

Em defesa à abordagem behaviorista, Skinner (1991) ressalta que apesar das críticas, os próprios psicólogos cognitivistas tiveram pouca contribuição na compreensão dos sentimentos ao focar o comportamento verbal e as descrições de estados emocionais, pois “as formas de comportamento mais frequentemente associadas com sentimentos não são fáceis de ser colocadas sob controle verbal” (p. 23). Por fim, Skinner afirma que a compreensão das emoções com respeito às condições sentidas deve ser deixada a cargo dos fisiologistas, mas as histórias genéticas e pessoais, que antecedem essas condições corporais, podem ser satisfatoriamente respondidas pelos etólogos e analistas do comportamento, respectivamente.

Semelhantemente a Skinner, Oliva et al. (2006) defendem que, apesar do aumento do interesse por temas relacionados às emoções na Psicologia em meados do século XX, a

Revolução Cognitiva não teve um papel proeminente nesse processo, pois, partindo do entendimento da mente como um mecanismo de processamento de informações (a “metáfora do computador”), não incluiu diretamente as emoções entre seus tópicos de pesquisa, considerando-as como resultantes da interpretação cognitiva das situações. “Podemos dizer que a ciência cognitiva retomou o conceito grego de mente como razão e lógica” (p. 56), separando processos cognitivos de processos emocionais.

Como afirma Frigda (2008), tradicionalmente os processos cognitivos e emocionais têm sido considerados faculdades diferentes, separadas e extremos opostos de um continuum de processos mentais. Dessa forma, a Psicologia Cognitiva (modelos de processamento de informação) tende a focar seu interesse no aspecto cognitivo deste continuum. Porém, contemporaneamente, esta visão tem sido questionada, com pesquisadores buscando compreender a inter-relação entre o processamento da informação e outros processos psicológicos, como reações e sentimentos emocionais, comportamentos, motivações, entre outros, como é o caso do modelo cognitivo de Beck.

Frigda (2008) ressalta ainda que é problemático tentar considerar as emoções sob o ponto de vista do processamento da informação, pois o processamento emocional não pode ser analisado da mesma forma que o processamento da informação discursiva, por exemplo, pode. Isto resultou, posteriormente, no desenvolvimento de conceitos mais abrangentes nas teorias cognitivas em Psicologia, como os conceitos de esquemas e redes cognitivas, os quais permitem compreender os processos psicológicos humanos (cognição, emoção, motivação e comportamento) em interação recíproca.

Por outro lado, um impulso considerável para a compreensão e estudos sistematizados a respeito das emoções na Psicologia foi fornecido pelas abordagens psico-evolutivas (Oliva, et al., 2006). A Psicologia Evolutiva busca compreender e explicar os comportamentos e processos mentais humanos por meio da Teoria da Seleção Natural proposta por Darwin. Essa

teoria preconiza que comportamentos e traços adaptativos à espécie promovem a sobrevivência e reprodução de seus indivíduos e tais características são transmitidas geneticamente à prole. Assim, os indivíduos melhor adaptados ao seu ambiente, tendem a manter sua espécie em desenvolvimento, o que não acontece com os pouco adaptados. As premissas fundamentais da abordagem evolutiva são: há uma natureza humana universal em termos de mecanismos psicológicos evoluídos; esses mecanismos psicológicos evoluídos são adaptações oriundas da seleção natural da espécie humana; a estrutura evoluída da mente é adaptada a ancestrais remotos da espécie e nem sempre aos seus representantes atuais (Lopes & Vasconcelos, 2008).

De acordo com essa perspectiva, os psicólogos evolucionistas enfatizam o valor adaptativo dos processos psicológicos humanos, considerando o papel que a seleção natural possa ter exercido sobre os mesmos. Além disso, buscam explicar porque a seleção natural não eliminou características humanas aparentemente desadaptativas. Dessa forma, Conforme Oliva et al. (2006), a Psicologia Evolutiva é um “casamento” da Biologia Evolutiva com a Psicologia Cognitiva, considerando a “arquitetura mental” como processador de informações resultante da seleção natural.

“Os psicólogos evolucionistas vêm postulando que o comportamento é fortemente influenciado por fatores hereditários, e que os mesmos objetivam ampliar a aptidão” (Lopes & Vasconcelos, 2008, p. 123), além disso, compreendem a cognição como tudo o que é mental, incluindo as emoções juntamente com raciocínio, memória, percepção, etc. Assim, não seguem a tradicional distinção entre cognição e emoção, mas os consideram como aspectos de um mesmo processo. Colocando as emoções em foco, os psicólogos evolucionistas as compreendem como “mecanismos de orquestração” e “forças impulsionadoras”, selecionadas evolutivamente, que direcionam outros processos psicológicos na solução de problemas adaptativos (Oliva, et al., 2006). Cagnin (2008) acrescenta ainda, que atualmente a

perspectiva evolutiva compreende as emoções como um conjunto de respostas bioquímicas que envolvem repertórios comportamentais, manifestações somáticas, funcionamento cerebral e cognitivo, com papel regulador à vida do organismo.

Outra característica das emoções, segundo teorias da Psicologia Evolutiva, é a consideração do “ambiente de evolução antigo”, o que explica a variabilidade das transformações que ocorrem aos seres vivos, considerando que nem todas ocorrem de modo harmonioso e sincrônico. Assim, ao longo de sua evolução, uma espécie pode ter alguns aspectos comportamentais transformados e, ao mesmo tempo, outros descontextualizados ao nicho atual, embora tivessem sido adaptativos ao ambiente evolutivo antigo. Isso explicaria reações e comportamentos aparentemente desadaptados e arbitrários (Oliva, et al., 2006).

Dado este enfoque geral em abordagens psicológicas que buscam a compreensão das emoções, a seguir será focado o modelo cognitivo de Aaron T. Beck. Inicialmente é apresentada uma visão geral do modelo, considerando suas principais premissas teóricas. Posteriormente, apresenta-se um recorte no modelo de Beck referente às duas principais questões deste trabalho: a compreensão de emoções e a relação entre emoção e cognição no modelo cognitivo. Este recorte considera os dois momentos da teoria de Beck: seu desenvolvimento inicial – o modelo linear – e seu panorama atual – o modelo modal. Cabe ressaltar que, quanto ao estudo e entendimento das emoções, o modelo cognitivo de Beck se enquadra como uma perspectiva que alia observações clínicas e conhecimentos teóricos, alguns dos quais fazem interface com outras teorias tanto na Filosofia quanto na Biologia.

2.1 – O modelo cognitivo de Aaron T. Beck: Visão Geral

A teoria cognitiva de Aaron T. Beck começou a ser desenvolvida a partir de hipóteses gerais a respeito das ligações entre o ambiente, a pessoa, suas emoções e motivações. O desenvolvimento inicial de seu trabalho de pesquisa, ainda sob o enfoque psicanalítico, o levou a repensar seus conceitos sobre a psicologia das emoções e dos transtornos emocionais,

conferindo, então, importância à compreensão do significado emocional consciente de eventos e situações. Desde então, o desenvolvimento de sua teoria cognitiva caminhou lado a lado com o desenvolvimento de sua terapêutica para a gama total dos problemas psicológicos (Salkovskis, 2005, pp. 456-460).

O princípio central do modelo cognitivo de Beck é o de que o processamento de informação humano, ou o processo de construção de significado, influencia todas as experiências emocionais e comportamentais, o que define, então, a centralidade da cognição sobre os demais processos psicológicos humanos (Clarck, Beck & Alford, 1999). A pressuposição é a de que “todos os outros processos psicológicos são explicados por meio de conceitos cognitivos. . . . A cognição sozinha fornece significado (ou coerência) aos vários outros processos psicológicos básicos” (Beck & Alford, 2000, p. 48). Dessa forma, os seres humanos não podem organizar e expressar emoções, motivações ou comportamentos sem o intermédio de constructos cognitivos.

Assim, a premissa fundamental do modelo cognitivo de Beck é a de que a atribuição de significado exerce função chave para entender os comportamentos humanos. Segundo essa perspectiva, o processo de atribuição de significado, quer seja automático ou voluntário, influencia diretamente os demais sistemas psicológicos e impulsiona estratégias – adaptativas ou mal adaptativas – dependendo do conteúdo dos esquemas em curso (Peters, Constans & Mathews, 2011).

Esse mecanismo evolui a partir da ativação, por circunstâncias ambientais, de crenças e esquemas pessoais, os quais são processados e interpretados por meio da atribuição de significado. Essa interpretação ativa e organiza conteúdos dentro dos sistemas cognitivos, afetivos, motivacionais e resulta em comportamentos específicos, os quais modificam a situação original. Esses sistemas psicológicos estão em constante interação e a tradução do significado atribuído às situações vivenciadas será direcionada pela especificidade do

conteúdo cognitivo, isto é, cada estado afetivo ou transtorno psicológico contém um perfil cognitivo específico. Assim, a tristeza envolve avaliações de perda ou privação pessoal, enquanto que a alegria envolve avaliações de ganho ou estímulo pessoal (Clarck, Beck & Alford, 1999).

Beck compreende a relação da atribuição de significado com os demais sistemas psicológicos tanto em termos realistas quanto construtivistas. Isto é, em um estado normal de funcionamento psicológico, a atribuição de significado às circunstâncias vividas pela pessoa se dará relativamente de acordo com o que a circunstância representa de fato, de modo que o próprio referencial da realidade constituirá o cerne do significado. Entretanto, diz o autor, “uma pessoa com um transtorno psicológico está em um estado puramente construtivista” (Beck & Alford, 2000, p. 31), pois sua atribuição de significado às situações que vivencia será seletivamente enviesada por seus esquemas (crenças pessoais) prepotentes. Assim, a forma como a pessoa se sentirá e se comportará dependerá diretamente desta abstração seletiva.

Outras premissas teóricas que sustentam o modelo cognitivo são apresentadas por Clarck, Beck e Alford (1999). Essas incluem: 1) a capacidade do processamento de informações ambientais e de formação de representações cognitivas são aspectos centrais à adaptação e sobrevivência humana. Nossa capacidade de processamento de informações é representada pelos processos cognitivos de percepção, assimilação e elaboração do significado de nossas experiências. Os humanos respondem mais às suas representações cognitivas das experiências vivenciadas do que aos próprios inputs ambientais. Isso proporciona adaptabilidade ao ser humano, uma vez que ele se torna capaz de agir de modos mais flexíveis e deliberados. Entretanto, é possível que haja disfunções ou falhas nesse processo de atribuição de significado, de modo que as respostas se tornem mal adaptadas.

2) O processamento de informações pode ocorrer em um continuum de consciência-inconsciência resultando em variados graus de percepção e acessibilidade aos processos e

produtos do pensamento. O grau de consciência envolvida dependerá das demandas impostas pelo ambiente ao organismo. Inputs ambientais/contextuais relacionados a questões críticas à sobrevivência do organismo (como preservação, segurança, reprodução) desencadearão um processo pré-consciente de atribuição de significado, dado a urgência em que as respostas devem ocorrer. Esse processamento cognitivo automático possui, entretanto, conteúdos significativos que podem ser acessados voluntariamente e que são preditores das respostas emocionais e comportamentais do organismo. Por sua vez, o nível mais consciente e acessível de processamento de informações inclui aquelas experiências que envolvem foco de recursos atencionais e que são detectadas/processadas por qualquer sistema sensorial ou por meio da fantasia e imaginação. Esse processo é apropriado a demandas de aprendizagem, socialização, comunicação e resolução de problemas.

3) A construção pessoal do significado da realidade ocorre a partir do sistema de processamento de informações. A atribuição de significado depende de estruturas cognitivas pessoais – os esquemas, os quais se caracterizam como tendências específicas ou predisposições do sujeito a interpretar suas experiências de determinada maneira. O modo como um evento é representado/interpretado por um indivíduo influencia, por conseguinte, como ele se sente e age em situações particulares. Porém, a construção pessoal de significado é apenas uma aproximação da realidade, de modo que os esquemas podem representar vulnerabilidades cognitivas ou tendências a interpretar experiências de um modo falho. Dessa forma, o comportamento humano é dependente da habilidade da pessoa para compreender seu ambiente físico e social, isto é, de quanto suas interpretações pessoais realmente se aproximam ou se afastam da realidade vivenciada.

4) Os componentes emocional, comportamental e fisiológico da experiência humana são direcionados por constructos cognitivos. O processamento de informações desempenha um papel primário na experiência subjetiva através da mediação e organização de pensamento,

sentimentos, comportamentos e sensações. Assim, nossa propensão a atribuir significados particulares às situações (processamento de informações) permite uma interação complexa entre os sistemas psicológicos em nossa adaptação ao ambiente, pois os significados atribuídos aos eventos possibilitam a ativação dos sistemas psicológicos (emocional, comportamental, motivacional e fisiológico). Dessa forma, cada estado afetivo ou transtorno psicológico contém um perfil cognitivo específico (hipótese da especificidade do conteúdo cognitivo).

5) O funcionamento cognitivo consiste em um continuum entre processos de baixa ordem (estímulo-orientados) e processos semânticos de alta ordem, isto é, o processamento de informações é influenciado tanto por processos “botton-up” quanto “top-down”. Assim, o modelo cognitivo propõe duas fontes ou orientações fundamentais ao processamento de informação: as contextualizadas – “botton-up” – (oriundas de dados ambientais, sem envolver elaboração cognitiva de alta ordem) e as inferenciais – “top-down” – (as quais envolvem seleção, elaboração e transformação ativa da experiência por estruturas cognitivas de alta ordem). As representações da realidade são, então, tanto empíricas quanto construtivistas.

6) As construções cognitivas da realidade são representações (mais ou menos) aproximadas da experiência, uma vez que processamento de informação resulta em uma representação enviesada ou filtrada da realidade. Assim, o que distingue o processamento de informação em estados clínicos e não clínicos é exatamente a extensão em que erros sistemáticos (distorções cognitivas) estão presentes e o grau em que o processamento ocorre inferencialmente como resultante de esquemas disfuncionais prepotentes.

7) As estruturas de atribuição de significado (esquemas) se desenvolvem através de interações repetidas entre o ambiente e esquemas rudimentares inatos. Dada esta interação, o ambiente pode ter uma profunda influência na formação da organização cognitiva dos indivíduos. Os esquemas que são mais frequentemente ativados por circunstâncias externas se

tornarão mais elaborados e aumentarão o seu domínio dentro da organização cognitiva. Paralelamente, “protótipos” de estruturas de significado constituintes da genética/biologia do indivíduo constituem a estrutura na qual a experiência “molda” o desenvolvimento da organização cognitiva. Essa interação entre estruturas internas de atribuição de significado (esquemas) e características do contexto pode conduzir o sujeito a interpretações pessoais desadaptadas sobre si mesmo, sobre o ambiente e sobre o futuro, compondo uma tríade cognitiva que embasa transtornos psicológicos e de personalidade.

8) O modelo cognitivo assume um padrão de organização particular para o sistema de processamento de informações: uma organização em “camadas”. Assim, o nível mais básico de conceitualização abrange os esquemas (cognitivos, emocionais, motivacionais, comportamentais e fisiológicos). Esses esquemas são “agrupados” formando os modos. Um nível mais amplo envolve a interconexão de vários modos e seus esquemas.

9) Os esquemas, assim como os modos, são caracterizados por diferentes níveis de limiar de ativação, podendo ser hipo ou hipervalentes conforme sua facilidade de ativação e domínio sobre o sistema cognitivo geral. Esquemas e modos hipervalentes dominam o processamento de informações e são caracterizados pela facilidade de ser disparados por uma ampla extensão de estímulos ambientais, mesmo por estímulos triviais; por sua ativação rápida e eficiente; por serem facilmente acessíveis; e, uma vez ativados, dominam o processamento de informações, sendo resistentes a desativação. Esquemas desse tipo são nítidos em estados psicopatológicos, comportamentos e respostas emocionais desadaptados. Embora sua desativação seja difícil, informações adicionais do ambiente podem ativar esquemas competitivos ou compensatórios mais adaptados, os quais podem desativar ou conter os esquemas hipervalentes disfuncionais.

10) O sistema de processamento de informação humano atua em duas orientações: uma destinada a objetivos primários do organismo e outra destinada a objetivos construtivos secundários. A primeira orientação – o nível primitivo ou primal – consiste de esquemas e

modos envolvidos em demandas mais básicas e imediatas, que são cruciais à sobrevivência do organismo como preservação, reprodução, domínio e sociabilidade. Consequentemente, os modos primais consistem em esquemas cognitivos, comportamentais, afetivos, motivacionais e fisiológicos envolvidos com a sobrevivência do organismo. Esses modos são mais rígidos, inflexíveis e pouco elaborados. Além disso, eles ocorrem em níveis automáticos e pré-conscientes de processamento, sendo que, uma vez ativados, os modos primais tendem a dominar o sistema de processamento de informações. Por outro lado, a segunda orientação dentro do sistema de processamento de informações inclui atividades produtivas que aumentam os recursos vitais para o indivíduo, as quais envolvem objetivos e aspirações pessoais, assim como normas e princípios sociais. Essa orientação é representada por modos positivos e esquemas construtivos que são destinados a maximizar a adaptabilidade do indivíduo ao seu ambiente. A esse nível, o processamento de informações tende a ocorrer de forma consciente e os esquemas são mais elaborados, flexíveis e mais fáceis de acessar. Em transtornos psicológicos os esquemas construtivos são menos ativos por causa da dominância dos esquemas primais.

11) Os transtornos psicológicos são caracterizados ou por ativação excessiva de esquemas desadaptados ou por ativação deficiente de esquemas pessoais mais adaptados. A afirmação de que o sistema de processamento de informações é enviesado em transtornos psicológicos, é uma proposição central do modelo cognitivo. Tanto em estados clínicos quanto não clínicos o sistema de processamento de informações é enviesado e seletivo, a diferença está no grau em que tal “desvio” ocorre. O que ocorre na maioria dos estados psicopatológicos é uma ativação excessiva e inapropriada de esquemas primais idiossincráticos que tornam o sistema de processamento de informações mais seletivo e limitado. Ao mesmo tempo, há uma ativação inadequada ou ineficiente de outros esquemas mais adaptados compensatórios. Os transtornos

psicológicos diferem-se, assim, na extensão da ativação excessiva de esquemas desadaptados ou no déficit de ativação dos esquemas compensatórios mais adaptados.

12) A modificação de estruturas de atribuição de significado é central para os processos humanos de mudança. Uma vez que o processamento de informações desadaptado é considerado central no desenvolvimento e manutenção de transtornos psicológicos, a modificação desse sistema de processamento é considerada crucial ao processo de mudança de um estado patológico a um estado psicológico saudável. Dessa forma, alguns enfoques de mudança da terapia cognitiva envolvem a correção de vieses disfuncionais na atribuição de significado às experiências de vida, a flexibilização de estruturas e processos cognitivos desadaptados e o controle cognitivo sobre as emoções.

Nota-se, com isso, que o modelo cognitivo de Beck é construído com uma base teórica consistente que se alia aos resultados de práticas clínicas. Clarck, Beck e Alford (1999) ressaltam, ainda, que “o status científico do modelo cognitivo é, então, em parte dependente de uma clara especificação de suas premissas teóricas” (p. 55). Dessa forma, os autores apontam que as bases teóricas do modelo cognitivo advêm de estudos da Filosofia, Psiquiatria e Psicologia.

As influências filosóficas incluem: os estoicos, com a noção de que a visão que a pessoa tem de si mesma e do mundo determina seu comportamento. Essa noção fundamenta, por exemplo, o conceito de tríade cognitiva do modelo cognitivo beckniano; o filósofo Immanuel Kant, com a ideia de que os transtornos mentais são resultantes de uma falha para adequar o “senso privado” com o “senso comum”; as filosofias de Heidegger e Husserl, que pressupõem a importância da experiência subjetiva consciente; a Fenomenologia Existencial, perspectiva filosófica que melhor captura o cerne das suposições do modelo cognitivo, que enfatiza a experiência subjetiva consciente, a noção de centralidade do self e a importância dos processos de atribuição de significado.

A influência da psiquiatria sobre o modelo cognitivo de Beck aponta que pensamentos ou ideias psicopatológicas podem ser responsáveis por transtornos mentais (Clark & Beck, 2010). Dos neo-freudianos, como Sullivan e Horney, destaca-se a ênfase em elementos interpessoais e sociais como moduladores dos instintos biológicos enquanto precursores da noção de sistema de controle enfatizado no modelo modal (Beck, 2004). Por fim, do psicólogo Albert Ellis destaca-se a influência na concepção de que a fonte da perturbação psicológica pode ser encontrada em construções pessoais e facultativas da realidade.

Ao longo de seu desenvolvimento, o modelo cognitivo de Beck caminha visando desenvolver uma teoria abrangente da personalidade, a qual inclua os sistemas comportamental, cognitivo, motivacional, emocional e fisiológico em inter-relação e em influência recíproca entre si e com ambientes biológicos e sociais, considerando que esses sistemas evoluíram para proporcionar adaptabilidade ao ser humano. Beck e Alford (2000) sugeriram que esses sistemas psicológicos são determinados por estruturas idiossincráticas de personalidade, os esquemas, que são estruturas de significado, cujas suborganizações específicas são denominadas estilos. Os estilos de personalidade podem operar de maneira mal adaptada, configurando-se como transtornos psicológicos, mesmo que tenham sido úteis à adaptação e sobrevivência da espécie humana em contextos mais primitivos. Esses estilos são programados para ativar estratégias básicas de sobrevivência como defesa, ataque, procriação, etc. “A ativação de um estilo (p. ex., raiva, ataque) através de diferentes sistemas psicológicos (emoção, motivação) é determinada pelo processamento esquemático idiossincrático derivado da programação genética de um indivíduo e suas crenças culturais/sociais internalizadas” (Beck & Alford, 2000, p. 34).

De forma geral, Beck e Alford (2000) afirmam que a descrição de fenômenos psicológicos requer demarcação de suas fronteiras e identificação de suas características conceituais. Conforme o autor, isso pode ser feito por dois tipos de teoria: uma teoria linear é preferível

quando um fenômeno está direta e unilateralmente relacionado a outro (p. ex.: $A \rightarrow B$); e uma teoria circular é útil quando os fenômenos em questão são reciprocamente determinados (p. ex.: $A \leftrightarrow B$). Portanto, dada a natureza multicausal dos fenômenos psicológicos, o autor afirma que a circularidade é inevitável na Psicologia.

A seguir o modelo cognitivo das emoções de Aaron T. Beck será descrito conforme esses dois tipos de teorias. O modelo cognitivo linear descreve uma relação direta e unilateral entre cognição e emoção, sendo que operações cognitivas responsáveis pela atribuição de significado consciente determinam o tipo de resposta emocional experimentada por um indivíduo. Em um segundo momento, Beck desenvolve uma proposta circular para a relação entre o sistema cognitivo, o sistema emocional e os demais sistemas psicológicos, entendendo-os de forma interativa. Essa perspectiva será apresentada em seu modelo cognitivo modal. Ambas as perspectivas serão apresentadas em um panorama geral, considerando suas principais características e também, com enfoque especial ao entendimento das emoções e da relação entre essas e a cognição.

2.1.2 – A relação cognição-emoção no Modelo Cognitivo Linear

Conforme descrito anteriormente nas premissas teóricas da abordagem cognitiva de Beck, seu modelo alia eventos externos vivenciados pelo sujeito (os inputs empíricos) e a significação pessoal consciente conferida a esses eventos. Diferentemente das escolas behaviorista, psicanalítica e neurocientífica que não enfatizam o processamento de informações e a atribuição consciente de significados, para Beck “a declaração da pessoa de suas ideias, sentimentos e desejos provê um material bruto para o modelo cognitivo” (Beck, 1979, p. 47).

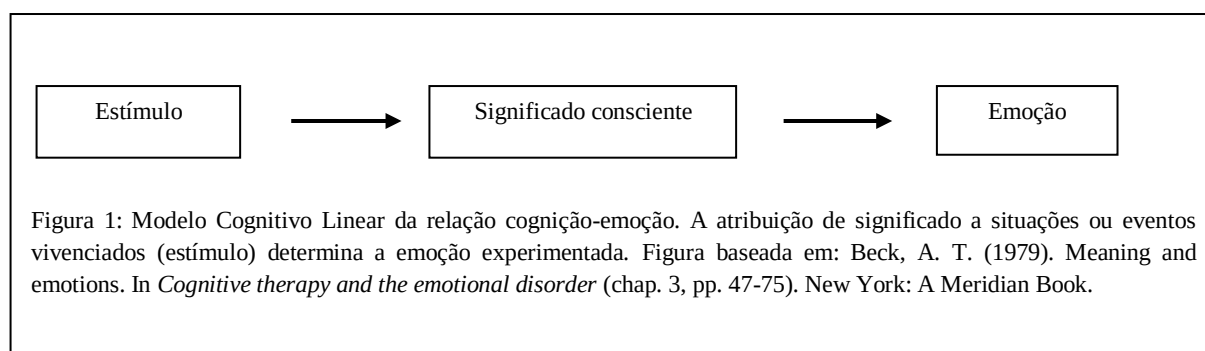
O modelo cognitivo linear proposto por Beck (1979) sustenta-se em dois pilares: o significado consciente e o domínio pessoal. Dessa forma, o autor afirma que para

compreender as emoções, é necessário distinguir entre significado público e significado privado. O primeiro consiste em uma definição objetiva do estímulo/evento vivenciado, a qual é desprovida de qualquer conotação pessoal. Porém, o significado pessoal é intimamente relacionado a importantes partes da vida da pessoa, normalmente permanecendo não-expresso e podendo ser irrealístico quando sua autenticidade não é checada. Esses significados são comumente expressos nos pensamentos automáticos e atuam na produção de emoções, de modo que significados pessoais equivocados ou desadaptados constituem o cerne de transtornos emocionais.

Além disso, as diferenças pessoais de significado justificam as diferenças emocionais entre indivíduos, ou seja, o mesmo evento/situação pode gerar estados emocionais diferentes em pessoas que atribuem diferentes significados pessoais. Dessa forma, uma pessoa pode sentir-se triste ao perder o emprego por considerar que não será capaz de encontrar novamente um emprego satisfatório, enquanto outra pessoa pode sentir-se alegre por julgar que agora terá novas possibilidades de crescimento e desenvolvimento em outro trabalho.

Assim, conforme o modelo cognitivo linear, as interpretações específicas feitas a respeito de uma situação/estímulo conduzem a emoções específicas. “A tese de que o significado especial de um evento determina a resposta emocional forma o centro do modelo cognitivo de emoções e transtornos emocionais: o significado é revestido de cognição - um pensamento ou uma imagem” (Beck, 1979, pp. 48-49).

O esquema do modelo cognitivo das emoções de Beck (1979), em sua vertente linear, pode ser visto na Figura 1:



Além do significado pessoal, outra característica do modelo cognitivo das emoções refere-se ao conceito de domínio pessoal. Esse diz respeito àqueles objetos, tangíveis ou intangíveis, com relação aos quais a pessoa possui algum envolvimento e que estejam agrupados de alguma forma ao redor de seu autoconceito.

Então, estão inclusos no conceito de domínio pessoal a concepção que a pessoa tem de si mesma, seus atributos físicos e pessoais, suas posses, suas relações sociais próximas, objetivos de vida, valores, princípios, etc. Emoções específicas (ou transtornos emocionais) são experimentadas dependendo de se a pessoa percebe os eventos ou situações como “lhe adicionando, subtraindo, danificando, ou chocando-se contra algo relativo a seu domínio pessoal” (Beck, 1979, p. 50). Seguindo a perspectiva de significado e domínio pessoal, Beck descreve as principais emoções conforme a Tabela 1:

De forma geral, então, Beck (1979) compreende que as mesmas condições externas podem relacionar-se a emoções diferentes em pessoas diferentes, ou ainda, circunstâncias aparentemente semelhantes podem conduzir a diferentes emoções em uma mesma pessoa. Portanto, são os significados atribuídos aos eventos que melhor predizem quais emoções serão experimentadas. Conforme o autor, os significados pessoais são determinados pelos padrões habituais de conceitualização de situações da vida e também pelo estado psicológico experimentado durante a ocorrência de situações particulares. Desse modo, significados relativos a situações de perigo conduzem a ansiedade; relativos a perdas, conduzem a tristeza; e relacionados a ofensas conduzem a raiva e assim por diante.

Assim, diferentes sintomas afetivos podem relacionar-se à maneira como a pessoa interpreta acontecimentos externos específicos, como se avalia e como imagina ser avaliada por outras pessoas. Uma pessoa com sofrimento psíquico manifestará uma série de sintomas que estarão entrelaçados por um cerne comum: uma visão desadaptativa sobre si mesma, sobre suas experiências e seu futuro. Essa tríade cognitiva compõe o centro de um quadro

sintomático, conferindo aos sintomas um significado em termos do contexto social. “Em suma, os sintomas têm que ser encarados concomitantemente num contexto social (as relações interpessoais significativas) e a partir de uma perspectiva cognitiva (o significado de suas experiências)” (Beck, Rush, Shaw & Emery, 1982, p. 207).

Tabela 1. Definição de emoções conforme modelo cognitivo linear, baseado em Aaron T. Beck (1979)

EMOÇÃO	SIGNIFICADO PESSOAL
<i>Tristeza</i>	Percepção ou expectativa de perda ou subtração de algo no domínio pessoal.
<i>Culpa</i>	Percepção de infração de um código moral e ético pessoal; inclui um senso exacerbado de responsabilidade.
<i>Vergonha</i>	Crença de estar sendo julgado por terceiros em sentido pejorativo; percepção de prejuízo na autoimagem.
<i>Euforia/Excitação</i>	Percepção ou expectativa de algum tipo de ganho no domínio pessoal.
<i>Ansiedade</i>	Percepção de perigo iminente ou de algum tipo de possível ameaça ao domínio pessoal.
<i>Raiva</i>	Reação para destruir, repelir, atacar ou contra-atacar um agente considerado nocivo ao domínio pessoal; percepção de frustração de desejos ou direcionamentos estabelecidos.

Mesmo com a forte ênfase da cognição em seu modelo, ressaltada pela avaliação e pelo significado, Beck não deixa de destacar a importância das emoções e sentimentos nas experiências humanas. O autor defende que reações emocionais inadequadas ou excessivas são sinais óbvios de disfunção cognitiva. Dessa forma, “o *objetivo* da terapia cognitiva é aliviar a angústia emocional e outros sintomas da depressão. O *meio* é centrar a atenção nas interpretações errôneas do paciente, em seu comportamento autoderrotista e em suas atitudes disfuncionais” (Beck, Rush, Shaw & Emery, 1982, p. 47).

Ademais, assim como a terapia cognitiva conjuga emoção e processos cognitivos em suas formulações teóricas, essa abordagem terapêutica também engloba um repertório de técnicas emocionais, além das cognitivas, entre suas ferramentas. Tais técnicas, como a “submersão” e a “consciência sensorial”, favorecem a intensificação ou expressão espontânea das emoções,

contribuem para a discriminação daquelas reações que estão inadequadas ou excessivas e norteiam o processo de mudança cognitiva, partindo do pressuposto de que uma reação emocional desproporcional sinaliza um processo cognitivo desadaptado subjacente. Como as cognições que conduzem a sentimentos e emoções nem sempre são aparentes (conscientes), esses últimos devem ser identificados e reduzidos primeiro para que depois se possa investigar o estado cognitivo antecedente. Algumas formas de se reduzir sentimentos desagradáveis são a distração, o relaxamento, o aumento da tolerância e o emprego de humor agradável. Essas medidas conferem à pessoa que sofre a noção de possuir modos adaptativos de lidar com seus sentimentos, o que amplia seu senso de autocontrole.

2.1.3 – A relação cognição-emoção no Modelo Cognitivo Modal

A abordagem atual da teoria cognitiva de Aaron T. Beck é representada por sua teoria modal. A diferença das perspectivas de processamento linear e modal consiste na consideração de que o conceito de modo é mais complexo que o linear por ser composto por vários elementos inter-relacionados e por incorporar diversos dados sensoriais relevantes ao processamento sincrônico da informação. Assim, enquanto o processamento linear postulava um caminho simples da situação estímulo para a cognição e desta para a emoção, motivação e comportamento, a formulação atual postula que o desenvolvimento inicial de um modo depende da interação de diferentes esquemas (padrões congênitos) e experiência (Beck, 2004).

A teoria cognitiva de Aaron T. Beck transita, dessa forma, de um paradigma em que estruturas de significado mal adaptadas formam a base cognitiva de transtornos emocionais para um modelo em que níveis mais amplos e globais de representação sejam usados para explicar a base cognitiva da emoção (Clarck, Beck & Alford, 1999). Essa mudança de paradigma inaugura o conceito de “modo”, o qual se constitui nesta representação mais

ampla, global e integrativa do sistema de atribuição de significado. “Um modo é um aglomerado específico de esquemas cognitivo-conceituais, afetivos, fisiológicos, comportamentais e motivacionais inter-relacionados e organizados para lidar com demandas particulares que se apresentam ao organismo” (Clarck, et al., 1999, p. 88).

Segundo Beck (2004), os modos podem ser entendidos como formas de funcionamento particulares da personalidade. “A teoria cognitiva define **personalidade** como uma organização relativamente estável de esquemas cognitivos, afetivos, comportamentais, motivacionais e fisiológicos representando respostas adaptativas ou desadaptativas a demandas normais e estresses da vida diária” (Clarck, Beck & Alford, 1999, p. 92). Da mesma forma, os modos configuram-se como uma rede na qual os sistemas cognitivo, emocional, motivacional, comportamental e fisiológico organizam-se como uma teia de componentes atuando de forma integrada.

Beck, Freeman e Davis (2005) postulam uma relação direta entre o processamento de informação e fatores de personalidade, considerando que “a maneira como as pessoas processam os dados sobre si mesmas e os outros é influenciada por suas crenças e pelos outros componentes de sua organização cognitiva” (p. 36). Esse viés pessoal de processamento da informação constitui-se em um perfil de personalidade único, que tende a resultar em respostas particulares a diferentes situações. A personalidade constitui-se, assim, em um composto de unidades de processamento de significado (os esquemas), os quais interligam a percepção de um estímulo até a consecução final de uma resposta comportamental.

Dessa forma, a organização da personalidade é uma organização modal, a qual contém direcionamentos, regras e inclinações comportamentais que determinam a maneira como um indivíduo lida com as demandas ambientais e como interage com outros. Os esquemas de personalidade representam nossas visões e crenças sobre nós mesmos, sobre os outros e sobre

o mundo. Além disso, a personalidade contém uma base genética na forma de predisposições herdadas, as quais direcionam estratégias primitivas relacionadas a questões de sobrevivência e afeto. Entretanto, esses padrões individuais de interpretação e resposta podem modificar-se consideravelmente com as experiências de vida.

De acordo com Clarck, Beck e Alford (1999), a teoria cognitiva da depressão adota o processamento da informação baseado em esquemas como paradigma do funcionamento humano. Segundo os autores, o processamento de informação envolve a representação e transformação do significado de determinado evento/situação a partir de dados do ambiente externo e interno. Porém, no modelo cognitivo modal, esse mecanismo é entendido de uma forma mais abrangente: ele atua de uma forma mais complexa, integrada e global; de maneira automática e demandando menos esforço; é facilmente hipervalente uma vez ativado; e é dirigido pelos esquemas ativados. Assim, a avaliação resultante do processamento de informação reflete mais características do modo ativado do que da situação propriamente dita.

A teoria cognitiva define três categorias principais de modos: os modos primais, os modos construtivos e os modos secundários. Os modos primais são aqueles biologicamente programados para lidar com questões básicas ou imediatas fundamentais à sobrevivência do organismo, como autopreservação, reprodução, segurança, domínio e socialização. Essas demandas requerem a ativação rápida, eficiente e automática de seus modos subjacentes sem a necessidade, então, flexibilidade e controle consciente. Consequentemente, os modos primais podem resultar em reações desproporcionais (exageradas ou retraídas) às demandas ambientais.

Conforme Clarck, Beck e Alford (1999) o processamento primal nas experiências emocionais diferencia-se, em estados normais e patológicos, pelo menos de duas maneiras. Primeiramente, alguns modos primais disfuncionais podem tornar-se hipervalentes e supergeneralizados a partir de experiências de vida negativas vivenciadas na infância. Os

autores apontam ainda que parece haver uma predisposição genética a desenvolver modos disfuncionais hipervalentes. Um segundo aspecto refere-se à cronicidade e repetição das experiências aversivas e estressantes de vida, de forma que determinado modo primal mantenha-se em constante estado de ativação e estimulação.

Em uma segunda categoria, enquadram-se os modos construtivos, os quais são adquiridos ou construídos através das experiências de vida. Conforme Clarck, Beck e Alford (1999), esses modos estão envolvidos no engajamento em atividades produtivas que têm por objetivo aumentar os recursos vitais individuais. Exemplos dessas atividades são nossas habilidades de relacionamento interpessoal, de realização de trabalho e nossa capacidade para enfrentar novos desafios das demandas ambientais. De forma geral, os modos construtivos envolvem características adaptativas como resiliência, otimismo e racionalidade, ou seus contrários, quando se configuram de maneira disfuncional.

Os modos construtivos também apresentam relação com experiências emocionais de duas maneiras. Primeiramente, o alcance de objetivos e expectativas pessoais, como o aumento dos recursos vitais, está intimamente relacionado a estados emocionais positivos, como a felicidade e a excitação. Em segundo lugar, a intensificação de estados afetivos negativos, como a depressão, pode estar relacionada à fraqueza ou inatividade de modos construtivos adaptativos. Assim, a mudança de um estado de humor deprimido a eutímico pode requerer a ativação de modos construtivos.

Uma terceira classe de representação mental são os modos secundários. Esses modos representam informações relacionadas a atividades cotidianas, tais como leitura, escrita, conversação, dirigir um carro, dirigir-se a algum lugar, realizar exercícios físicos, etc. “Os modos secundários têm sido adquiridos através de nossa história de aprendizagem e eles nos habilitam a viver de forma adaptativa em nosso ambiente imediato” (Clarck, Beck & Alford, 1999, p. 92). Esses modos tendem a voltar-se a questões imediatas e são dirigidos por controle

consciente flexível. Porém, como envolvem atividades procedurais, o controle consciente tende à automatização. Assim, diferentemente dos modos primais ou construtivos, há mais flexibilidade nos modos secundários, tanto que é possível transitar mais facilmente de um modo de pensamento a outro, ou de controle automático a consciente.

A ativação de um modo específico se dá através do aumento em sua carga/energia (catexis) que promove flutuações nos gradientes dos seus sistemas componentes. “Vários sistemas (cognitivo, afetivo, motivacional e comportamental) mudam de um estado inativo para um estado altamente ativado” (Beck, 2004, p. 22). Cada um dos sistemas psicológicos é composto por esquemas particulares (esquemas cognitivos, esquemas emocionais, esquemas fisiológicos, esquemas motivacionais e esquemas comportamentais), os quais podem ser descritos isoladamente ou em relação aos demais sistemas.

O sistema cognitivo é relacionado ao processamento de informação e atribuição de significados através da seleção de dados, atenção, interpretação e memória. “Este sistema é composto de uma variedade de estruturas cognitivas relevantes para as construções das pessoas sobre si mesmas e sobre as outras pessoas, seus objetivos e expectativas, e seu armazenamento de memórias, aprendizagem anterior e fantasias” (Beck, 2004, p. 24). Dessa forma, seu conteúdo inclui a tríade cognitiva - crenças sobre si, crenças sobre o outro, crenças sobre o mundo e os pensamentos automáticos. O processamento deste sistema pode ocorrer de maneira automática (não-consciente), mas seu conteúdo pode ser acessado de forma consciente. Os esquemas cognitivo-conceituais atuam na abstração, interpretação e recordação de informações. Eles nos permitem fazer uma construção pessoal da realidade a partir de inferências, interpretações e atribuição de significado às novas situações vivenciadas e, por se vincularem a questões de autoconceito (tríade cognitiva), têm um papel central no processamento da informação em transtornos psicológicos, como a depressão.

O sistema emocional é responsável pela produção dos sentimentos e suas combinações. “Uma reação emocional não é simplesmente uma experiência desprovida de qualquer função vital. Ela é uma parte integrante das estratégias psicobiológicas relacionadas com sobrevivência e procriação” (Beck, 2004, p. 25). Dessa forma, os afetos positivos e negativos (prazer e desprazer/disforia) atuam como reforçadores de comportamentos adaptativos. Os afetos negativos atuam como reforçadores daqueles comportamentos eficazes para reduzir o próprio afeto indesejado. Ao passo que os afetos positivos motivam o alcance de objetivos, por recompensar sua realização. Os esquemas afetivos produzem afetos quando ativados.

O sistema fisiológico refere-se à inervação periférica do Sistema Nervoso Autônomo nos sistemas motores, glandulares e sensoriais. Ele fornece feedback fisiológico dos músculos e glândulas quando a pessoa está mobilizada para alguma ação e relaciona-se a todos os demais sistemas. Seus esquemas constituem o funcionamento e os processos somáticos, são rudimentares, relacionados à sobrevivência do organismo e são claramente evidentes em algumas condições psicopatológicas como os transtornos psicossomáticos e nas ansiedades.

Os sistemas motivacional e comportamental são responsáveis pela ativação (ou inativação) automática e involuntária do organismo para a ação. Entretanto, os padrões motivacionais-comportamentais também podem ser postos sob controle consciente. Os esquemas motivacionais relacionam-se aos níveis de atividade, direcionamento e responsividade ambiental dos seres humanos, podendo atuar em um nível mais primal ou mais elaborado. Em nível primal, eles relacionam-se a direcionamentos biológicos como apetite, instinto sexual, prazer, recompensa, punição e dor, com funcionamento totalmente automático. Os esquemas motivacionais mais elaborados funcionam vinculados a desejos e anseios pessoais, os quais são adquiridos através da aprendizagem e socialização. Esses esquemas podem ser vinculados a estados patológicos como a depressão, quando, por exemplo, uma pessoa tem seu autovalor

prejudicado, resultando em sintomas como apatia, perda de interesse e anedonia (Clarck, Beck & Alford, 1999).

Já os esquemas comportamentais, selecionam respostas e preparam o organismo para planos de ações motoras até a consecução de comportamentos complexos. Esses planos de ações comportamentais podem variar no grau de automatismo, desde padrões de respostas inatos (esquemas primais) até voluntários/aprendidos, os quais representam respostas mais controladas e envolvem um grau mais consciente de ativação do sistema de processamento de informação.

Beck, Freeman e Davis (2005) acrescentam, ainda, o sistema de controle consciente, o qual está relacionado à consecução de metas, resolução de problemas, processamento de procedimentos e planejamentos. Esse sistema também é conhecido como sistema metacognitivo por estar envolvido em “pensar sobre o pensamento” e seus esquemas atuam no auto-monitoramento e direcionamento dos planos de ações, podendo suprimi-los quando necessário. Conforme Beck a importância deste sistema consiste em que ele

Está envolvido com o estabelecimento de controles sobre os sistemas primitivos. . . . Permite ao indivíduo formar intenções conscientes bem como neutralizar pensamentos, emoções e motivações primitivos Através da aplicação de um pensamento mais adaptativo, flexível e maduro. (Beck, 2004, p. 26).

Todos esses sistemas psicológicos estão ligados ao esquema orientativo, o qual é envolvido na ativação de modos específicos pela atribuição preliminar de significado às características das demandas situacionais externas ou próprias ao indivíduo. Assim, a ativação de um modo pode ser predita tanto pelas características de uma demanda externa ao indivíduo (p. ex., uma situação que requeira fuga/defesa), quanto pelas construções particulares que a

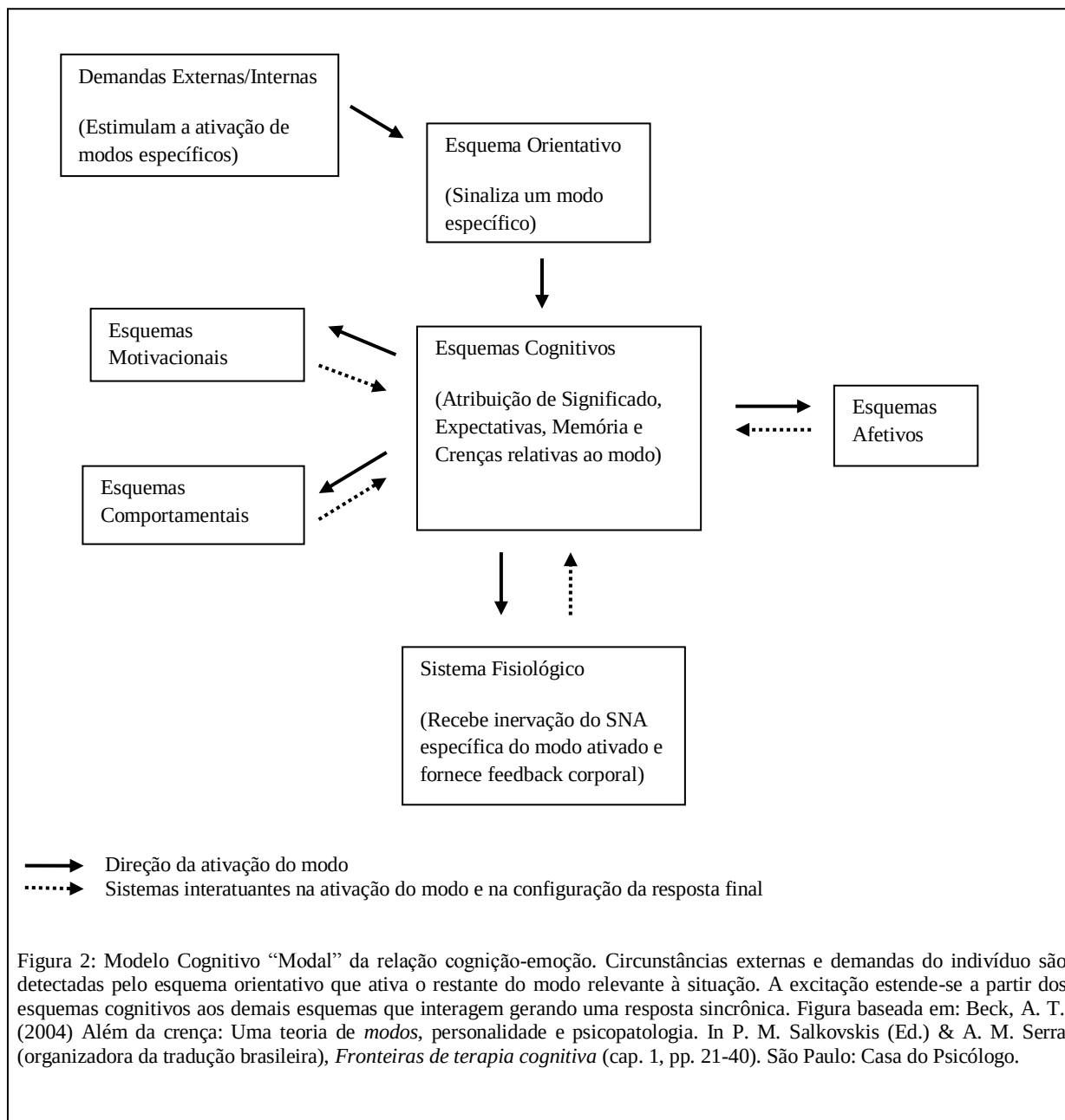
pessoa faz dessa circunstância guiada por seus esquemas idiossincráticos. Uma vez que o modo seja sinalizado pelo esquema orientativo, os demais sistemas operam simultaneamente e de forma global na consecução do objetivo final do modo. “A excitação estende-se, através do sistema cognitivo do *modo*, aos sistemas afetivos, motivacional, comportamental e fisiológico” (Beck, 2004, p. 30), compondo uma rede ativada. O sistema de controle consciente é independente do modo e tem o potencial de suprimi-lo deliberadamente.

De forma geral, uma vez ativados, os esquemas balizam todo o processamento da informação, desde seu estágio inicial até o final e “é desencadeada uma reação em cadeia: cognitiva à afetiva à motivacional à motora” (Beck, Freeman & Davis, 2005, p. 40). Os esquemas disfuncionais hipervalentes ativados sobressaem-se aos esquemas funcionais no sistema de processamento de informação e atuam no desenvolvimento e/ou manutenção de transtornos psicológicos. O esquema do modelo modal de Beck pode ser visto na Figura 2.

Dado o aspecto “top-down” ou conceitualmente dirigido dessa forma de processamento, a representação de significado a nível modal torna-se relevante para a compreensão da base cognitiva de transtornos emocionais. Assim, “diferentes emoções e estados psicopatológicos são resultado da ativação de diferentes modos” (Clarck, Beck & Alford, 1999, p. 88). Em estados patológicos, o esquema orientativo guia-se mais pelos esquemas desadaptativos pessoais do que pelas evidências de contexto, o que justifica respostas inadequadas ou exageradas às situações. No entanto, essas respostas também podem ser entendidas em termos modos primários, uma vez que esses modos podem apresentar-se desadaptativos em circunstâncias atuais, a despeito de terem sido úteis e adaptativos em seu nicho remoto de desenvolvimento evolutivo.

Beck (2004) afirma que o conceito de modo apresenta, assim, vantagens na explicação de reações humanas complexas. Por englobar as diversas variáveis atuantes na configuração, duração e intensidade dessas reações, as explicações modais permitem compreender a

personalidade, os transtornos emocionais e as demais características psicológicas de forma particular a cada indivíduo, considerando sua função adaptativa e incluindo, ainda, a interação dessas características com o contexto de seu desenvolvimento e manutenção.



Tomado de forma geral, o modelo cognitivo das emoções de Beck transita de uma explicação linear a uma circular. Partindo de uma relação direta da cognição à emoção, Beck confere aos processos de atribuição de significado a função de determinar o tipo, valência e intensidade da emoção experimentada. Em contrapartida, o autor amplia o espectro da relação

entre cognição e emoção ao englobar o papel de cada sistema psicológico/fisiológico na configuração das respostas individuais, integrando mutuamente todos esses sistemas, demandas externas e objetivos internos. Contudo, apesar de incluir a noção de funcionamento dos sistemas psicológicos em rede, Beck não abandona a ideia de que a configuração final de uma resposta emocional será determinada pela interpretação que a pessoa faz das circunstâncias/eventos que vivencia, ou seja, pela atribuição de significado.

Contudo, cabe ressaltar que, embora neste capítulo a primazia cognitiva do modelo de Beck tenha sido enfatizada diversas vezes, não é adequado considerar a relação entre cognição e emoção no modelo cognitivo exclusivamente sob os moldes de causa e efeito. Embora o autor apresente a clara interação entre processos cognitivos e afetivos, seu modelo teórico também considera o papel interativo da genética (esquemas rudimentares inatos) e da experiência (esquemas resultantes de aprendizagens) na formação tanto aspectos adaptativos quanto desadaptativos dos sistemas psicológicos (Beck, 1999; 2004). Assim, relações de causa-efeito simples e diretas podem restringir a compreensão do modelo cognitivo. Como ressaltado por Beck, Rush, Shaw e Emery (1982), a cognição foi a via de modificação encontrada para tratar transtornos psicológicos, portanto a primazia cognitiva no modelo de Beck relaciona-se mais ao método terapêutico do que a pressupostos teóricos de relações de causalidade.

Apesar da transição e aprimoramento de um modelo ao outro, não se pode dizer que Beck abandona o modelo linear quando desenvolve o modal. Ao contrário, elementos fundamentais do modelo linear são mantidos, como os conceitos de crenças pessoais, pensamentos automáticos e a relação desses com transtornos psicológicos. Beck (2004) afirma que o modelo linear ainda é válido e útil para intervenções clínicas, porém o modelo integrativo (modal) fornece melhores explicações ao funcionamento psicológico humano normal e, especialmente, patológico. Assim, a novidade do modelo modal não está necessariamente na

definição de novos constructos, mas na ampliação da interação entre os sistemas psicológicos e fisiológicos, a qual contribuiu para o desenvolvimento de um conceito mais abrangente para o funcionamento psíquico humano, a saber, o conceito de modos.

CAPÍTULO 3

Algumas abordagens na Filosofia das emoções

Conforme apontado por Solomon (2004), especulações a respeito das emoções podem ser encontradas desde os filósofos pré-socráticos, tendo se desenvolvido amplamente a partir de Sócrates e seu discípulo Platão. Mantendo prioritariamente a busca da razão como “pano de fundo”, as emoções foram, muitas vezes, entendidas como ameaça à lucidez e, portanto, como um perigo à Filosofia e aos filósofos.

A metáfora “mestre e escravo” foi bastante utilizada para explicar a relação entre razão e emoção, principalmente considerando a primeira como o “mestre” que controla os impulsos danosos da última, o “escravo”. Essa metáfora representa duas importantes características concernentes à visão que alguns enfoques da Filosofia ainda têm das emoções: que as emoções desempenham um papel inferior em relação à razão e que emoção e razão são dois aspectos distintos, conflituosos e antagônicos da alma. Entretanto, entender as emoções provou tanto ser uma questão difícil de se resolver, como elas foram também, algumas vezes, consideradas no papel do “mestre”, isto é, entendidas com função principal no funcionamento mental (Solomon, 2004).

De acordo com Power e Dalglish (1997), dentro da Filosofia pode-se identificar duas linhas principais quanto ao entendimento das emoções: o dualismo platônico, que tem seu apogeu em Descartes e segue a linha da “Teoria do Sentimento” e a vertente aristotélica, que defende um entendimento “funcionalista” das emoções. A filosofia desses dois filósofos marca duas diferentes vertentes quanto ao entendimento das emoções, que foram retomadas e ampliadas pelas filosofias subsequentes.

Platão (428/27 a.C. – 348/47 a.C.) fornece uma explicação dualista para a natureza humana, a qual se compõe de uma alma habitando um corpo. A concepção de emoções em

sua filosofia transita de funções corpóreas até funções da alma, quando as emoções passam a ser consideradas percepções e sentimentos não corporais. No entanto, de forma geral o enfoque da filosofia platônica está sobre o controle da razão sobre as emoções (Lyons, 2000; Solomon, 2004).

Aristóteles (384 a.C. – 322 a.C.) considerou bem mais favoravelmente as emoções. “Não foi um dualista. Para ele não havia uma alma fantasmagórica escondida dentro do corpo” (Lyons, 2000, p. 23). As emoções, ou vida afetiva, foram explicadas por ele como uma combinação entre componentes cognitivos, comportamentais, físicos e contextuais da vida humana. O filósofo considerou que os sentimentos humanos podem ser causados por crenças e desejos e as variações desses é que definem as diferentes emoções.

“A mais detalhada, ainda que mais negligenciada, de todas as antigas explicações gregas das emoções são dos Estoicos e Epicuristas” (Lyons, 2000, p. 23). Estes filósofos (período entre os séculos IV – II a.C) estavam menos interessados em uma teoria da emoção, mas nas aprendizagens relacionadas às emoções, as quais podem ensinar como controlá-las.

Para os Estoicos, as emoções foram consideradas impulsos para agir ou planejar uma ação de emergência, causados por um julgamento ou crença do sujeito a respeito das situações ou do que ele deveria fazer para lidar com as mesmas. Porém, as emoções eram consideradas moralmente subversivas por estarem envolvidas em processos de reflexão puramente autocentrados e não decorrentes de raciocínio moral ou comportamento virtuoso. Já os Epicuristas viram as emoções como mais passivas, sendo sentimentos cognitivamente direcionados e induzidos, os quais poderiam ou não resultar em comportamento. Dessa forma, esses filósofos, assim como os Estoicos, mantiveram suspeitas com relação às emoções, considerando-as indicação de falta de conhecimento (Lyons, 2000).

Contudo, com a ascensão, a partir do século XVI, de novas abordagens filosóficas baseadas na observação e experimentação, a visão e o método científico aristotélico-

escolástico passaram a receber menor enfoque. Nesse contexto, “as ideias dos novos filósofos naturais, Galileo, Bacon e Descartes, se tornam o foco das discussões tanto científicas quanto filosóficas” (Lyons, 2000, p. 27).

René Descartes (1596 – 1650) reascendeu o dualismo platônico entre alma e corpo e localizou as emoções na alma (mente), definindo-as como a percepção do que acontece no corpo. Assim, as emoções seriam resultado da percepção da alma a respeito de reações corporais, as quais são causadas e mantidas pela agitação dos “espíritos animais”. Entretanto, a percepção das paixões é distinta da “cognição clara”, pois resulta em julgamentos confusos e obscuros. Ademais, o filósofo considerou que as emoções envolvem percepção, memória, crenças, mudanças fisiológicas e comportamento (Lyons, 2000; Solomon, 2004).

A visão de Baruch Spinoza (1632 – 1677), por sua vez, pode ser vista como contrária à de Descartes. Spinoza negou o dualismo cartesiano mente X corpo. Sua visão foi monista. Também foi contrário a Descartes a respeito das emoções, descrevendo-as como essencialmente cognitivas, incluindo os desejos e sentimentos como cerne da emoção. Segundo sua perspectiva, as emoções são resultado de três “blocos de construção” básicos: o prazer, a dor e o pensamento, sendo que os dois primeiros são modificados pelo último. O essencial para dado estado emocional é a crença do que é a causa do prazer ou da dor. Essas crenças ou pensamentos acompanham as mudanças corporais, dando-lhes “colorido”, ao invés de causá-las (Lyons, 2000).

David Hume (1711 – 1776) retoma uma visão mais empirista das emoções. O filósofo definiu a emoção como um tipo de sensação ou impressão a qual é fisicamente estimulada pelo movimento do “espírito animal” no sangue. Essas impressões que constituem as emoções são sempre localizadas dentro de uma rede causal de outras impressões e ideias. Assim, segundo o filósofo, ideias causam nossa impressão emocional e são, ao mesmo tempo, causadas por ela, de modo que as emoções só podem ser identificadas em um complexo de

impressões sensoriais e ideias. Hume questionou o papel inferior que a paixão normalmente recebeu na filosofia e também questionou o papel da razão (Solomon, 2004).

Por outro lado, Immanuel Kant (1724 – 1804) não seguiu os mesmos caminhos das filosofias anteriores, de modo que não se posicionou nem em uma visão puramente racional nem puramente empírica a respeito das emoções. No entanto, o filósofo reforçou a distinção entre razão e emoções, as quais foram compreendidas como inclinações que afetam a clara reflexão da razão. Além disso, o filósofo não considerou as emoções como essenciais à vida moral (Kant, 1796-97/2009; Solomon, 2004).

Posteriormente, entre os séculos XIX e XX, desenvolveram-se as vertentes fenomenológico-existenciais, dentre as quais se destacam as filosofias de Friedrich Nietzsche (1844 – 1900) e Jean-Paul Sartre (1905 – 1980) com respeito às emoções. Na filosofia de Nietzsche a emoção foi lema, enquanto a razão foi fonte de suspeita. Este filósofo descreveu as paixões como tendo mais razão que a própria razão. Mas, apesar disso, não considerou como sábias todas as paixões, alegando que algumas são desviantes e conduzem a desastres. A concepção de Sartre a respeito das emoções considerou-as como “estratagemas intencionais” para lidar com dificuldades no mundo (Solomon, 2004).

Solomon (2004) afirma que “dada a natureza da filosofia e seu interesse em questões epistemológicas, não surpreende que seu foco tenha sido predominantemente em estruturas conceituais das emoções ao invés de em seus aspectos sensorial, social ou fisiológico” (p. 9) e que, por isso, há esforços na tentativa de desenvolver uma teoria mais holística das emoções dentro da Filosofia, em conjunto com entendimentos oriundos da Psicologia, Neurologia e Antropologia. Lyons (2000) acrescenta ainda que:

O cognitivismo é ainda hoje a visão tradicional na filosofia das emoções. Entretanto, a teoria cognitiva da emoção está sendo, e provavelmente continuará a ser, modificada, talvez

radicalmente, quando filósofos e psicólogos resolverem os debates em curso sobre o status das crenças e desejos. (p. 41).

No século XX, seguindo influências da filosofia, outras abordagens científicas desenvolveram entendimentos a respeito das emoções, entre elas a Psicologia. Nesse período, destacam-se duas frentes do pensamento científico ocidental: na América do Norte e Inglaterra as emoções não foram enfatizadas devido ao paradigma lógico-científico predominante, contudo destaca-se o trabalho de William James com respeito à natureza fisiológica das emoções. Na Europa, por outro lado, as emoções receberam mais atenção, e foram entendidas com uma posição central na existência humana (Solomon, 2004).

A seguir, serão apresentadas algumas abordagens filosóficas, cujos entendimentos acerca das emoções parecem estabelecer paralelos com o entendimento do modelo cognitivo de Beck. Dentre tais autores, foram selecionados os filósofos clássicos Platão, Aristóteles e Descartes, pois foram os que precocemente desenvolveram entendimentos sobre as emoções e que embasaram as filosofias subsequentes, além de Kant, por ser considerado por Beck como um filósofo que exerce influência sobre seu modelo cognitivo. Nota-se, também, como um aspecto relevante para este recorte, o fato de todos esses filósofos advogarem a possibilidade da razão balancear as emoções, tese também defendida pela abordagem de Beck.

3.1 – Platão

O filósofo Platão (428/27 a.C. - 348/47 a. C.) não tratou especificamente do tema “emoções”, mas pode-se considerar que o abordou indiretamente ao tratar das definições a respeito da alma e do corpo. Distinguem-se dois momentos nesse roteiro de Platão: um abordado em Fédon e outro em República.

Em Fédon (trad. 1999), Platão apresenta uma visão dualista do homem: corpo e alma são instâncias distintas e antagônicas. O que mais se aproxima de um entendimento a respeito das emoções diz respeito aos prazeres e desejos do corpo, sendo alguns instintivos, como

comer e beber, e outros afetivos como o amor, o sexo e demais paixões. A alma é a instância que raciocina e está presa ao corpo, mas não deve sucumbir aos desejos desse, pois o corpo transtorna a alma e a impede de alcançar a verdade e, suas paixões, fazem nascer guerras, revoltas e combates. Por outro lado, o intento da alma é alcançar a verdade sobre as coisas, examinando-as apenas com o pensamento. Nesse diálogo, a noção de alma e de “eu” estão misturadas. O corpo é referido em termos como voluptuosidade e loucura. Ao passo que a alma é sábia.

Em República (trad. 1973, 2000), Platão transita dessa visão dualista (alma e corpo), transferindo o foco de conflito humano para o interior da própria alma. O homem continua dividido entre alma e corpo, mas agora, a própria alma é dividida em si mesma. Com isso, Platão apresenta, inicialmente, a alma *bipartite* (bipartida) e posteriormente, a noção de alma *tripartite* (tripartida). Novamente, a ideia de emoção pode ser concebida sob termos como desejos e prazeres, acrescentando-se ainda o sentimento de irascibilidade, mas os seus depositários alteram-se.

“Senhor de si mesmo” e “escravo de si mesmo” são expressões que indicam a alma composta por duas partes antagônicas (alma bipartite ou bipartida): uma que governa e outra que deve ser governada. Platão (trad. 1973, 2000), neste momento, define a alma repartida em si mesma pelos princípios racional e concupiscível (elemento pelo qual a alma ama, tem fome e desejos dessa ordem, os quais são vistos como irracionais). Um terceiro princípio “transita” entre os outros dois: o princípio irascível, que ora é associado ao princípio concupiscível, ora é associado ao princípio racional. “A expressão elemento irascível certamente cobre toda uma gama de estados emocionais, da pura raiva, por um lado, aos sentimentos de coragem nobre, autorrespeito e autodefesa, por outro” (Robinson, T. M., 2007, p. 85).

No desenvolvimento do diálogo da República, essa questão se esclarece e Platão define a alma como tripartite, isto é, composta pelos três princípios: racional, concupiscível e irascível.

Nesse entendimento, um homem é justo quando cada uma dessas partes exerce sua função própria. À razão compete comandar, porque é sábia e à ‘cólera’ (princípio concupiscível) compete obedecê-la (caso contrário, saciar-se-ia dos prazeres do corpo e subverteria toda a vida da alma). À parte irascível da alma compete a coragem para salvaguardar a razão.

Além de suas próprias funções, cada instância da alma, segundo Platão, possui também seus próprios prazeres, desejos e comandos. Com a parte racional o homem pode aprender e alcançar a verdade; com a parte irascível irrita-se e a parte concupiscível tem aspecto apetitivo, é instintiva e afetiva “por causa da veemência dos desejos relacionados com o comer, o beber, o amor e os demais apetites do mesmo gênero” (Platão, trad. 2000, p. 413). A parte irascível é empenhada em dominar, vencer e conquistar fama, é vinculada a vitórias e dignidades, características que também a tornam instintiva e afetiva. Assim, apenas o prazer da parte racional é legítimo, enquanto o das outras partes é adúltero e não passam de sombras de prazer. “Das três espécies de prazer, o mais agradável é o que corresponde à parte da alma com a qual conhecemos, como a mais doce vida é a de quem se deixa comandar por essa parte” (Platão, trad. 2000, p.416).

A despeito de suas definições sobre a alma e mesmo não tratando diretamente o tema das emoções, a filosofia de Platão atribuiu-lhes um caráter inferior em comparação à razão. Paixões, penas e desejos são vistas como prejudiciais. Entretanto, há prazeres louváveis, como a busca da verdade pela razão, sentimentos simples e moderados que são dirigidos pelo raciocínio e acompanhados pela inteligência. A alma justa (em que cada parte exerce sua função) e o homem justo vivem bem e são felizes e o injusto vive mal e é infeliz. Assim, a relação entre razão e emoção na filosofia de Platão pode ser descrita da seguinte forma:

No Fédon, a alma que estava presa ao “mal” que era o corpo, era muito mais um princípio intelectual e dificilmente poderia ser diferenciada do que passa a ser chamado de “princípio racional”

na República (435 Ess). Esta alma era vista como esgotando a plenitude da atividade psíquica ao buscar e amar a inteligência: as paixões e emoções estavam confinadas ao corpo e o conflito moral era considerado uma disputa entre a alma e o corpo. Na República (435 Ess), admite-se o conflito dentro da própria alma e as paixões e emoções são promovidas ao estatuto de atividade psíquica. (Robinson, T. M., 2007, p. 93).

3.2 – Aristóteles

Aristóteles (384 a. C. – 322 a. C.), apesar de ser discípulo de Platão, não segue a mesma linha de entendimento de seu mestre com relação aos conceitos de alma e corpo, razão e emoção. O filósofo apresenta uma visão monista do homem e faz uma discussão muito mais profunda e detalhada das emoções que seus predecessores. Conforme o autor, “assim como o olho é a pupila e a vista . . . o animal é a alma e o corpo” (Aristóteles, trad. 1978, p.170), demonstrando sua visão integradora do ser humano.

De acordo com o filósofo, uma entidade pode ser compreendida por sua matéria, por sua forma ou pelo composto das duas. Matéria e forma por si só não são determinadas, mas compõem-se uma da outra. “Logo a alma é necessariamente entendida enquanto forma específica de um corpo natural que em potência tem vida” (Aristóteles, trad. 1978, p.168). Na maioria dos casos a alma não faz nem padece nada sem o corpo, como ao irar-se, entusiasmar-se, desejar e sentir de forma geral. Mas no que tange à razão, isso parece ser exclusivo à alma, embora tal faculdade não se concretize sem o corpo, tão pouco sem a imaginação.

Em *Acerca Del Alma* (trad. 1978), Aristóteles define a alma por suas faculdades: nutritiva, sensitiva, desiderativa, motora, discursiva e intelectiva. Em sua definição, o filósofo não considera somente o ser humano, mas todos os animais, sendo que o que os distingue são as faculdades da alma que possuem. A faculdade nutritiva é primária para todos os seres -

animais e humanos. Dela dependem todas as demais. Todos os animais possuem, também, ao menos uma das sensações, o tato, e as sensações são sempre acompanhadas por prazer ou dor e relacionam-se às faculdades desiderativas, as quais incluem o apetite, os impulsos e a vontade. Entre os animais dotados de sensibilidade, alguns possuem movimento local e outros não e, aos homens, correspondem ainda as faculdades discursivas e intelectivas, que consistem no pensamento discursivo e no raciocínio. Os seres que possuem raciocínio possuem também as demais faculdades, enquanto o inverso não é verdadeiro. Todas as afeições da alma ocorrem no corpo e sempre o afetam como a doçura, o medo, a compaixão, a ousadia, o valor, a alegria, o amor e o ódio.

Em *Retórica* (trad. 2005), o filósofo trata de algumas matérias convenientes para aconselhar e desaconselhar, louvar e censurar, acusar e defender-se. Entre elas, aborda as emoções. “As emoções são as causas que fazem alterar os seres humanos e introduzem mudanças nos seus juízos, na medida em que elas comportam dor e prazer” (p. 160). Segundo o filósofo, as emoções devem ser compreendidas e distintas em três aspectos: o estado de espírito ou as disposições que envolvem; o ‘objeto’ a que se dirigem e as circunstâncias em que ocorrem ou que lhe causam.

Uma vez entendidas como causas que interferem no juízo moral, as emoções foram abordadas em termos de virtude ou vício. Por virtude Aristóteles designou as ações que conduzem ao viver bem, à felicidade e à autossuficiência na vida. Por vício o filósofo designou todo comportamento humano excessivo. Partindo desta perspectiva, em *Retórica* (trad. 2005) Aristóteles discorre sobre diversas emoções, considerando cada uma em seus três aspectos. Alguns exemplos das definições de emoções do filósofo serão descritas a seguir.

A ira foi definida como “desejo acompanhado de dor que nos incita a exercer vingança explícita devido a algum desprezo manifesto contra nós, ou contra pessoas da nossa convivência, sem haver razão para isso” (Aristóteles, trad. 2005, p.161). Assim, a ira será

dirigida a algum indivíduo que provocou algum tipo de ofensa. Pode envolver prazer relacionado à possibilidade de vingança.

Em oposição à ira, Aristóteles define a calma como um apaziguamento da cólera. A calma ocorre em todas aquelas situações prazerosas, felizes, bem sucedidas, de prosperidade, na ausência de dor, na esperança e quando passada a ira; também quando há percepção de respeito ou benfeitoria da parte de outrem; ou quando julga-se que uma ação ofensiva foi involuntária e há arrependimento da parte de quem praticou.

Amor e ódio são compreendidos em oposição e aliados aos sentimentos de amizade e inimizade. Conforme Aristóteles (trad. 2005) é amigo aquele que ama e é reciprocamente amado. Ama-se aos que nos fazem bem ou parecem dispostos a fazê-lo; aos que são agradáveis na convivência; aos que elogiam boas qualidades em nós e não repreendem para criticar; aos que não são rancorosos nem queixosos, mas dispostos a acalmar-se; aos que não são caluniadores e se interessam por nós; aos que são sinceros e nos inspiram confiança. “Quanto à inimizade e ao ódio há que estudá-los a partir de seus contrários. A cólera, o vexame e a calúnia são as causas da inimizade” (Aristóteles, trad. 2005, p.173). A ira motiva comportamentos vingativos cujo resultado causa pena, mas o ódio motiva a fazer o mal a alguém, inspirado por injustiça ou loucura.

Outra díade emotiva é composta pelos sentimentos de temor e confiança. “O medo consiste numa situação aflitiva ou numa perturbação causada pela representação de um mal iminente, ruinoso ou penoso” (Aristóteles, trad. 2005, p.174). Entretanto, só se receia o que pode causar mágoas profundas ou destruições e que aparentem estar prestes a ocorrer. Dessa forma, as coisas temíveis são aquelas que parecem ser potencialmente destrutivas ou que possam provocar danos e tristezas. As pessoas que sentem medo são aquelas que acreditam que podem sofrer algum mal ou ser afetado negativamente por pessoas ou situações. A confiança é o sentimento contrário ao medo, sendo relacionada a pessoas, eventos ou situações que

representam segurança ou possibilidade de escape. Assim, as pessoas são confiantes, ou porque não se sentem vulneráveis a perigos e danos, ou porque foram capazes de escapar satisfatoriamente dessas situações, isto é, são confiantes ou pela ausência de experiência com o perigo ou por ter experiências prévias de sucesso.

De forma geral, na filosofia de Aristóteles as emoções devem ser analisadas em um contexto ético-moral. Assim, as emoções virtuosas são desejáveis, pois conduzem à felicidade, ao que é bom e conveniente, enquanto que as que se constituem como vícios caminham em sentido oposto, sendo, portanto, indesejáveis. A felicidade, o bom e o conveniente incluem virtudes sociais (relacionamentos e condutas), virtudes do corpo (bem-estar e prazer físico, fisiológico, capacidades físico-motoras e boa aparência) e virtudes da alma (a razão, atitudes, temperamento, personalidade e capacidades cognitivas). “De fato, deve fazer-se o que proporciona a felicidade ou alguma das suas partes, o que a aumenta e não a diminui; mas não se deve fazer o que a destrói ou impede, ou produz os seus contrários” (Aristóteles, trad. 2005, p. 109).

3.3 – René Descartes

René Descartes (1596 – 1650) é considerado o fundador da Filosofia Moderna cujo trabalho exerce forte influência sobre o pensamento ocidental. Sua filosofia inaugurou o Racionalismo Científico, o qual sustenta que um novo conhecimento pode ser adquirido a partir de algo já conhecido, desde que se utilize para isso um método de análise lógica. Esse método, entretanto, parte da razão – o *cogito* – para as coisas que se quer conhecer: “a razão é o caminho para a verdade e para chegar a ela é preciso um discernimento, um método” (Campos, Greik & Do Vale, 2002, p. 4).

Conforme Granger (1987), o método racional proposto pelo filósofo baseia-se no ceticismo, isto é, só se pode dizer que existe aquilo que pode ser provado. O caminho proposto por Descartes para se chegar a tal conclusão inclui quatro princípios básicos:

verificar se existem evidências reais do fenômeno estudado; dividir o fenômeno em parcelas para serem resolvidas/analisadas; conduzir o raciocínio gradativamente dos objetos mais simples aos mais complexos; e enumerar os resultados/conclusões para verificar se nada foi omitido.

O filósofo apresenta ainda uma compreensão dualista do homem, defendendo a existência de duas substâncias separadas em sua constituição: a *res cogitans* e a *res extensa*. Para Descartes, à *res cogitans* pertencem a razão e o pensamento, enquanto à *res extensa* pertencem todas as reações corpóreas, as quais são caracterizáveis como confusas em relação aos conteúdos da razão (Espiridião-Antônio, et al., 2008).

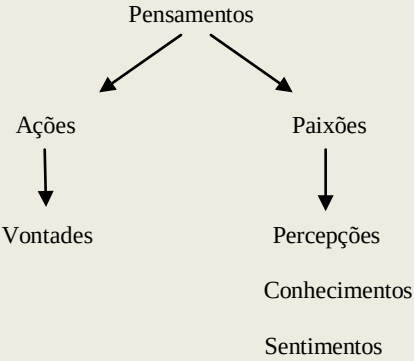
Em conformidade com seu método racional e seu entendimento dualista do homem, Descartes afasta-se das noções anteriores acerca das paixões. Como afirmou o filósofo, “todavia o que os antigos delas ensinaram é tão pouco, e na maior parte tão pouco crível, que não posso alimentar qualquer esperança de me aproximar da verdade, senão distanciando-me dos caminhos que eles trilharam” (Descartes, 1649/1987, Art. 1, p.77). Assim, suas definições de alma e corpo seguem uma linha dualista. As funções da alma são os pensamentos, os quais podem ser de dois tipos: as ações da alma e as suas paixões. As ações são todas as vontades, ao passo que as paixões são, de forma genérica, todas as percepções e conhecimentos. As funções do corpo são as sensações, os instintos e os movimentos.

Entretanto, Solomon (2004) afirma que, no que tange às emoções, essas parecem requerer a interação de mente e corpo. Tal interação ocorreria, segundo a filosofia cartesiana, em uma pequena glândula na base do cérebro – a glândula pineal – onde o corpo afeta a alma através da agitação dos espíritos animais. Essa glândula pode ser ativada pela própria alma ou por fatores externos (estímulos sensoriais), a qual impele os espíritos animais para os poros do cérebro, que os conduzem pelos nervos aos músculos, resultando em respostas corporais.

Dessa forma, os espíritos animais eram entendidos como o sangue que percorria todos os nervos, chegando do coração ao cérebro, e contribuiria para os movimentos e os sentidos.

Descartes (1649/1987) compreende, assim, que as emoções são causadas pela ação dos espíritos animais e diferencia as paixões da alma e as paixões do corpo. As paixões da alma seriam percepções, sentimentos ou emoções, as quais são diferentes da cognição clara (demais percepções e conhecimentos mais genéricos). As paixões que os espíritos animais causam na alma são chamadas de emoções, pois englobam todas as mudanças e pensamentos que a acometem e a abalam mais fortemente que qualquer outro estado perceptivo ou conhecimento. Nesse caso, o movimento dos espíritos animais é causado pela própria alma. Em outros sentimentos como odores, sons e cores (as sensações), ou fome, sede e dor (os instintos), o movimento dos espíritos é causado, respectivamente, por objetos exteriores ou pelo próprio corpo. A tabela 2 apresenta a definição cartesiana de emoções e suas relações com as funções da alma e do corpo.

Tabela 2. Definições das funções da alma, funções do corpo e emoções conforme a filosofia cartesiana, baseado em Descartes (1649/1987)

Funções da alma	Funções do corpo
 <pre> graph TD P[Pensamentos] --> A[Ações] P --> Pa[Paixões] A --> V[Vontades] Pa --> Per[Percepções] Pa --> C[Conhecimentos] Pa --> S[Sentimentos] </pre>	Sensações Instintos Movimentos
Emoções: percepções, sentimentos e emoções causados pelos espíritos animais. A agitação dos espíritos animais é causada pela própria alma.	Emoções: sensações somáticas e instintos (desejo, dor, etc.). A agitação dos espíritos animais causada por objetos exteriores ou pelo próprio corpo.

Dessa forma, Descartes (1649/1987) descreve um processo neuroquímico e motor para as ações da alma, na qual se incluem as emoções. Uma emoção incita o corpo a uma determinada ação ou o predispõe para a mesma por meio da vontade. Entretanto, a vontade não tem o poder de excitar diretamente as paixões, mas aplica-se a diversas coisas que possam ativar os espíritos animais. As emoções, assim, compõem-se de respostas manifestas no coração, no sangue e nos espíritos animais (podendo ser entendidas, em termos atuais, como respostas fisiológicas, hormonais e nervosas), o que explica porque a vontade deliberada da alma não pode suprimi-las, pois, enquanto não cessarem esses efeitos, a emoção permanece presente no pensamento. Essas paixões podem ser excitadas ou suprimidas apenas indiretamente pela ação da vontade, através da representação, pelo pensamento, de coisas que são contrárias às que se quer rejeitar.

As almas mais fortes são aquelas em que a vontade pode vencer as paixões e interromper os movimentos corporais que as acompanham, combatendo-os com suas próprias armas. “O que denomino as armas próprias são juízos firmes e determinados sobre o conhecimento do bem e do mal” (Descartes, 1649/1987, Art. 48, p.96). A alma fraca não é capaz de combater as paixões e, por isso, é escrava e infeliz. Entretanto, o domínio sobre as paixões pode ser adquirido por qualquer alma que empregue bastante trabalho em domá-las e conduzi-las.

Para Descartes (1649/1987), as paixões podem ser causadas pela ação da alma, pelo temperamento do corpo e por impressões do cérebro. Dessa forma, não é possível determinar ao certo o motivo de uma emoção experimentada. Mas, de forma geral, todas as paixões são excitadas pelos objetos que afetam os sentidos. As diferentes paixões não se dão necessariamente por diferenças nos objetos eliciadores, mas sim pelo diferentes efeitos que esses produzem nos indivíduos, podendo esses ser benéficos ou prejudiciais. De acordo com o filósofo, “o emprego de todas as paixões consiste apenas no fato de disporem a alma a querer coisas que a natureza dita serem úteis a nós, e a persistir nessa vontade” (Descartes,

1649/1987, Art. 52, p.101). Assim, Descartes enumera as principais paixões segundo a ordem em que os sentidos podem ser movidos por seus objetos. Alguns exemplos são:

Inicialmente a admiração, uma vez que essa paixão é automática e acontece antes do indivíduo avaliar a conveniência do objeto que o afeta. Após a consideração da conveniência e importância do objeto, surgem as paixões relacionadas a tal atribuição: estima ou desprezo (cujos extremos são veneração e desdém respectivamente); generosidade ou orgulho; humildade ou baixeza. Uma coisa que se apresente ao indivíduo e seja avaliada como boa para ele o leva a ter *amor* por ela, ou, caso contrário, se avaliada como má ou nociva, lhe incita *ódio*. “Da mesma consideração do bem e do mal nascem todas as outras paixões” (Descartes, 1649/1987, Art. 57, p.102).

Assim, a consideração do bem presente estimula a alegria, ao passo que a consideração de um mal, excita a tristeza, quer seja relacionado a si ou a outra pessoa. Mas quando um bem ou mal está vinculado à outra pessoa, o indivíduo pode manifestar zombaria, inveja ou piedade. Se o bem for avaliado como mérito próprio causa satisfação interior, ao passo que o mal, na mesma circunstância, provoca o arrependimento. Já o bem praticado por outra pessoa gera favor e reconhecimento no indivíduo que o percebe e, o mal praticado por outros, desperta indignação e cólera em quem o recebe.

Descartes (1649/1987) justifica sua enumeração das paixões pelo fato de que não distingue na alma apenas as faculdades concupiscível e irascível (como filósofos anteriores faziam), mas a compreende como contendo diversas outras faculdades além das de desejar e se irritar, de modo que seja capaz de abarcar todas essas paixões. Entretanto, o filósofo defende que de todas as paixões que enumerou apenas seis são simples e primitivas: “a admiração, o amor, o ódio, o desejo, a alegria e a tristeza; e todas as outras se compõem de algumas dessas seis, ou então são suas espécies” (Art. 69, p.105).

Na filosofia cartesiana então, a emoção é entendida em termos cognitivo, comportamental e fisiológico. O filósofo afirma que a utilidade das paixões consiste em fortalecer e fazer durar pensamentos na alma. Além disso, “a causa dessas paixões não reside unicamente no cérebro, mas também no coração, no baço, no fígado e em todas as outras partes do corpo, na medida em que servem à produção de sangue e depois dos espíritos” (Descartes, 1649/1987, Art. 96, p.114), dando indícios do aspecto fisiológico das paixões e do aspecto cognitivo ao referir-se aos pensamentos. O aspecto comportamental e adaptativo é referido quando o filósofo diz que as paixões incitam a alma a querer coisas para sua autoproteção, sendo que entre essas coisas incluem-se algumas ações, como luta ou fuga. Essa relação corpo-alma no que concerne às paixões fica evidente pelo que disse o filósofo:

Segundo o que a natureza instituiu, elas se relacionam todas ao corpo e são dadas à alma apenas na medida em que a ele está unida; de sorte que o seu uso natural é incitar a alma a consentir e a contribuir nas ações que podem servir para conservar o corpo ou para torná-lo de alguma forma mais perfeito. (Descartes, 1649/1987, Art. 137, p.126).

Quanto às emoções primitivas, o filósofo as considera potencialmente úteis no sentido de atribuir valor e significado às coisas (p. ex.: isso é bom, isso é ruim) a partir do efeito que determinados objetos (estímulos externos) causam no corpo, quer seja dor, prazer, desejo ou outros. Entretanto, nem sempre a “pista” fornecida pela paixão é eficaz, podendo ser equivocada ou desproporcional. Nesse sentido a razão é mais eficaz pra distinguir o bem, o mal e o valor das coisas: “a fim de não tomarmos um pelo outro e não nos entregarmos a nada com excesso” (Descartes, 1649/1987, Art. 138, p.126). De sorte que, a despeito de considerar as paixões sob os prismas corpóreo, comportamental e cognitivo, na filosofia de Descartes a razão dirige as paixões (ou é desejável que o faça).

Descartes (1649/1987) faz ainda uma ressalva para as emoções interiores à alma, que são distintas das demais paixões (próprias ao corpo). Essas emoções são excitadas apenas pela própria alma, ao passo que as demais paixões dependem de algum movimento dos espíritos animais, ou seja, manifestação biofisiológica. As emoções da alma podem estar unidas a paixões às quais se assemelhe ou mesmo àquelas que lhe são opostas. Isso pode justificar estados emocionais confusos. O que o filósofo sugere como “remédio geral contra as paixões” e seus excessos é o pensamento deliberado de que tudo o que a paixão gera engana a alma, além de que, diminui as razões dessa e sobressalta suas próprias razões. “Cumpra abster-se de pronunciar na hora qualquer julgamento e distrair-se com outros pensamentos até que o tempo e o repouso tenham apaziguado inteiramente a emoção que se acha no sangue” (Art. 211, pp.153-154).

3.4 – Immanuel Kant

A filosofia de Immanuel Kant (1724 – 1804) toca em diferentes correntes de pensamento que o antecederam, como o Racionalismo e o Empirismo, renomeando e reclassificando certos conceitos filosóficos, mediante uma visão e uma teoria do conhecimento inteiramente novas. Assim, Kant buscou estabelecer um equilíbrio entre o Racionalismo Dogmático, o qual deu muita ênfase aos elementos a priori do conhecimento, ou seja, à razão, e o Empirismo de Hume, o qual reduziu todo conhecimento a elementos empíricos ou a posteriori, visando determinar quanto do conhecimento deve ser referido aos fatores estritamente racionais, e quanto aos fatores resultantes da experiência (Cobra, 1997; Deleuze, 1987).

Kant (1781/1974) difere, então, duas formas de conhecimento da realidade: o conhecimento puro, a priori e o conhecimento empírico, a posteriori. O primeiro se origina absolutamente independentemente de toda experiência, não se mescla a nada de empírico, seus conceitos não derivam de nenhum outro e suas premissas são necessárias e universais, isto é, não contêm nenhuma exceção para suas regras. O conhecimento a posteriori, por sua

vez, origina-se a partir da experiência e não engloba os critérios de necessidade e universalidade, de modo que contém exceção às suas regras.

Semelhantemente, Kant (1781/1974) afirma que o homem possui duas fontes de conhecimento da realidade: a sensibilidade e o entendimento. Pelo primeiro os objetos nos são dados (percepção sensorial), pelo segundo esses objetos são pensados. Entretanto, o entendimento soma-se a outras duas faculdades, a saber, a razão e o juízo. O entendimento refere-se à faculdade do conhecimento universal (das regras) e fornece, a priori, as leis da natureza, segundo as quais se forma a experiência; a razão permite a obtenção de conhecimentos novos a partir do desmembramento dos conceitos que já temos a respeito dos objetos; já o juízo não contém conhecimento dos objetos, mas fornece um princípio para o prosseguimento do conhecimento segundo as leis da experiência.

Como proposto por Kant (1781/1974), todo o conhecimento humano da realidade refere-se às representações que temos desta. Assim, construímos nosso conhecimento da realidade através das faculdades da mente humana. Essas, por endereçarem os três aspectos do conhecimento (o entendimento, a razão e o juízo), também resultam tripartidas entre: a faculdade de conhecimento; o sentimento de prazer ou desprazer; e a faculdade de desejar. A faculdade de conhecimento envolve representações e consciência sobre objetos; a faculdade de desejar envolve representações voltadas à efetividade dos objetos; os sentimentos de prazer/desprazer são representações subjetivas dos objetos exclusivas ao sujeito, voltadas à conservação de sua existência no mesmo. Conforme Deleuze (1987),

Uma representação pode ser referida ao objeto. . . este caso, o mais simples, define a *faculdade de conhecer*. Mas, em segundo lugar, a representação pode entrar numa relação de causalidade com o seu objeto. Tal é o caso da *faculdade de desejar*. . . .
Enfim, a representação está em relação com o sujeito, visto que

tem um certo efeito sobre ele, visto que o afeta intensificando ou entravando a sua força vital. Esta terceira relação define, como faculdade, *o sentimento de prazer e de dor*. (p. 4).

Aliando as fontes de conhecimento da realidade às faculdades do conhecimento humano, Kant (1781/1974) define que o entendimento e a razão relacionam-se, respectivamente, à faculdade do conhecimento e à de desejar, envolvendo representações de objetos para se obter conceito deles. Já os aspectos intermediários do conhecimento, o juízo e os sentimentos de prazer/desprazer, referem-se exclusivamente ao sujeito, por isso não produzem conceitos de objetos. A tabela 3 apresenta a relação entre as fontes de conhecimento da realidade e as faculdades da mente humana.

Tabela 3. Fontes de conhecimentos da realidade e faculdades da mente humana conforme a filosofia kantiana, baseado em Kant (1781/1974)

Fontes de conhecimento da realidade: Sensibilidade e Entendimento (+ Razão e Juízo)	Faculdades da mente humana
Sensibilidade: os objetos nos são dados (percepção sensorial – elemento empírico)	
Entendimento: conhecimento universal (regras segundo as quais se forma a experiência)	Faculdade do conhecimento: envolve representações e consciência sobre objetos
Razão: obtenção de conhecimentos novos a partir do desmembramento dos conceitos que já temos a respeito dos objetos	Faculdade de desejar: envolve representações voltadas à efetividade dos objetos (relação de causalidade sujeito-objeto)
Juízo: não contém conhecimento dos objetos – fornece um princípio para o prosseguimento do conhecimento segundo as leis da experiência.	Sentimento de prazer/desprazer: representação subjetiva do efeito do objeto no sujeito (intensifica ou entrava a sua força vital)

A doutrina kantiana que estuda como a mente classifica os dados que não são intuídos (a partir da experiência direta), mas que foram deduzidos pelo intelecto, é a Lógica

Transcendental que, nas palavras de Kant: “parece que sua própria função é corrigir e assegurar o juízo mediante regras determinadas no uso do entendimento puro” (1781/trad. s.d., p. 69). Então, definindo-se o entendimento como a faculdade das regras, o juízo seria aquilo que determina se algo está ou não em relação à determinada regra, ou seja, estabelece um bom-senso do julgamento. Uma falha no funcionamento dessa faculdade pode gerar um estado de doença mental. Assim, para Kant (1781/trad. s.d.), aliar o fenômeno intuído (o empírico, a posteriori) a conceitos categóricos estabelecidos via dedução (conceitos puros, a priori), constitui a base procedural dos esquemas transcendentais (representações mentais que conjugam o sensível e o categórico).

O esquema transcendental é, portanto, um elemento homogeneizador, um terceiro termo, que tenta integrar dados e conceitos. Nas palavras do filósofo: “é, pois, evidente que deve existir um terceiro termo que seja semelhante por uma parte à categoria e por outra ao fenômeno, e que torne possível a aplicação da categoria ao fenômeno. . . Tal é o esquema transcendental” (Kant, 1781/trad. s.d., p. 71). Portanto, para Kant o esquema é uma síntese representativa de um conceito, a qual não se limita a nenhuma categoria específica, a figuras particulares da experiência e nem a qualquer imagem possível. Por exemplo: o esquema do conceito de quantidade é um número genérico (não um número específico) que compreende a ideia de adição sucessiva de elementos semelhantes entre si.

De tudo isto resulta que o esquematismo do entendimento, pela síntese transcendental da imaginação, tende unicamente à unidade dos elementos diversos da intuição no sentido interno, e assim mesmo, ainda que indiretamente, à unidade da percepção. . . . Os esquemas dos conceitos puros do entendimento são, pois, as únicas e verdadeiras condições pelas quais podem estes

conceitos pôr-se em relação com objetos e dar-lhes, por conseguinte, uma significação. (Kant, 1781/trad. n. d., p. 74).

Dessa forma, Kant (1781/trad. s.d.) compreende os esquemas como um veículo do juízo (faculdade do julgamento) que permite alinhar conceitos puros à sensibilidade, ou seja, como estruturas balizadoras de nossa compreensão da realidade. Por exercer essa função de dar significado à realidade, os esquemas podem relacionar-se a doenças mentais quando não são devidamente dirigidos pela razão.

Kant (1764/1993) afirma que as fraquezas da mente são causadas por fraquezas na faculdade de julgar ou pela preponderância das paixões sobre a razão. “Os impulsos da natureza humana, que se chamam paixões quando atingem graus intensos, são as forças motoras da vontade” (p. 83). Segundo o filósofo, a função do entendimento é ponderar a satisfação das inclinações. Entretanto, se uma paixão é especialmente forte, o entendimento tem pouca valia sobre ela e, dessa forma, a pessoa não é capaz de avaliar as más consequências de uma inclinação, tornando sua razão cativa e em estado de insensatez.

Assim, para Kant (1764/1993) as doenças mentais são fraquezas da faculdade de julgamento que causam, primeiramente, sofrimento no corpo. Com o passar do tempo a doença irrompe e, então, é possível apontar sua causa no estado mental que a precedeu. O tratamento proposto para as mesmas pode ser dar através de remédios ou de “dieta mental” proposta por filósofos.

Dessa forma, em algumas circunstâncias, Kant relaciona as emoções a doenças mentais. Em *Metafísica dos Costumes*, Kant (1781/1974) consolida a valorização da razão sobre os comportamentos (costumes e inclinações) do homem, entre os quais se incluem as paixões e emoções. Segundo o filósofo o homem sente-se dividido entre os deveres da razão e suas necessidades e inclinações, as quais são denominadas como felicidade.

Moderação nas emoções e paixões, autodomínio e calma reflexão são não somente bons a muitos respeitos, mas parecem constituir até parte do valor *íntimo* da pessoa; mas falta ainda muito para as podermos declarar boas sem reserva. . . . Com efeito, sem os princípios duma boa vontade, podem elas tornar-se muitíssimo más. (Kant, 1781/1974, p. 203).

Kant (1796-97/2009) define que as emoções manifestam-se através da faculdade de desejar e dos sentimentos de prazer/desprazer. Porém, o filósofo ressalta que a alma do homem está em estado enfermo quando se submete às emoções, pois essas excluem o domínio da razão. A inclinação que a razão do sujeito dificilmente pode dominar é a paixão. Em contrapartida, o sentimento de prazer ou desprezo que obscurece a reflexão no sujeito (ou seja, a representação da razão, se se deve entregar ou resistir à determinada inclinação), é afecção (Kant, 1796-97/ 2009).

Assim, Kant (1796-97/2009) define que as afecções, resultado do sentimento de prazer/desprazer, manifestam-se como respostas emocionais súbitas e passageiras eliciadas mediante alguma sensação e que tomam o controle da mente, de modo a tornar a ponderação impossível. O homem que não deixa que as afecções o façam perder a tranquilidade e a ponderação é considerado corajoso. Conforme a filosofia kantiana, a afecção torna o homem (mais ou menos) cego, não necessariamente pela intensidade do sentimento que representa, mas porque, pela falta de reflexão, o homem não é capaz de comparar este sentimento atual (afecção) com a soma de todos os outros sentimentos de prazer/desprazer que possui. Assim, determinada frustração pode configurar-se como toda a injúria do sujeito, de modo que “seu estado de espírito será tal como se houvesse perdido toda sua felicidade” (p. 152). Dessa forma, Kant (1796-97/2009) afirma que é desejável que o homem seja apático, isto é, que nunca sofra afecções. Agindo dessa maneira o homem será sábio e corajoso.

Kant (1796-97/2009) define, então, as diversas afecções conforme se relacionam ao sentimento de prazer ou ao sentimento de desprazer. As afecções relacionadas aos sentimentos agradáveis (de prazer) impelem o sujeito a permanecer no estado em que está. Este estado, ligado à consciência, constitui o contentamento. Porém, as afecções podem também estar relacionadas a sentimentos desagradáveis (de desprazer), motivando o sujeito a alterar seu estado. Este estado, ligado à consciência, é o descontentamento. A afecção do contentamento é a alegria e a do descontentamento, é a tristeza. Essas, se levadas aos seus respectivos extremos, alegria em excesso e tristeza profunda (ou abatimento), podem ameaçar a vida.

As paixões, por outro lado, constituem-se como um tipo de inclinação pertencente à faculdade de desejar. A inclinação é um desejo sensível (físico, corporal, empírico) habitual ao sujeito, ou seja, refere-se às necessidades naturais e animais dos seres vivos. No entanto, as paixões são inclinações a que o sujeito não é capaz de controlar. Elas manifestam-se de forma mais duradoura, podendo valer-se da reflexão para alcançar seu fim. Por ser duradoura, a paixão priva o homem de sua liberdade.

Dessa forma, a paixão força o sujeito a agir conforme alguma inclinação específica, desconsiderando a soma de todas as demais inclinações. A razão, ao contrário, pondera se aquela inclinação pode coexistir com todas as outras. Consequentemente, a paixão faz de uma parte de seus fins o todo, sendo contraditória e loucura para a razão. “A afecção abole momentaneamente a liberdade e o domínio sobre si mesmo. A paixão renuncia a eles e encontra seu prazer e satisfação no servilismo” (Kant, 1796-97/2009, p. 164).

De forma geral, Kant (1796-97/2009) relaciona as emoções e sentimentos a manifestações do temperamento (índole) do homem, as quais são dadas pela natureza (inatas) ou pela civilização (adquiridas). Porém, a razão deve limitar e ponderar o escopo de atuação e efeito

dessas no homem, de modo que, aquele que se permite governar pela razão possui “O Caráter” desejável.

CAPÍTULO 4

Algumas abordagens na Biologia das emoções

Venâncio et al. (2008) afirmam que na Biologia “por bastante tempo as emoções não foram estudadas devido ao grande problema do entendimento de como o cérebro fazia o sentimento aparecer e desaparecer” (p. 19). Entretanto, estudos biológicos sobre a estrutura e funcionamento do cérebro e o estudo evolutivo de Darwin sobre expressão emocional abrem caminho para um melhor entendimento das emoções.

O trabalho de Darwin (1872/2000) fornece um embasamento para a expressão das emoções nos homens e em outros animais, tanto em termos anatômicos quanto funcionais, considerando seu aspecto evolutivo e suas características adaptativas e vestigiais. Sua pesquisa contribuiu para o desenvolvimento de teorias relacionando expressão e experiência emocional. Por outro lado, Bear, Connors e Paradiso (2002) afirmam que o que se sabe sobre os mecanismos da emoção no cérebro advém de estudos sobre expressão emocional realizados com animais e de casos clínicos que comprometem a experiência emocional em humanos.

Estudos morfológicos do cérebro e dos constituintes do Sistema Nervoso Central (SNC) e Periférico (SNP) ganharam impulso a partir dos séculos XVIII e XIX, resultantes de avanços no estudo da anatomia humana (Bear, Connors & Paradiso, 2002). “O primeiro ‘mapeamento’ das funções cerebrais foi proposto por Pierre Paul Broca, realizado a partir da observação de pacientes com danos cerebrais” (Espiridião-Antônio, et al., 2008, p. 57). O neurologista Broca notou que todos os mamíferos possuem uma distinta área cortical na região medial cérebro formando um “anel” ao redor do tronco encefálico. Estudos subsequentes ao de Broca, por volta de 1930, sugeriram que algumas das estruturas dessa região cortical estariam envolvidas

na experiência e expressão de emoções, como o hipotálamo, a amígdala, entre outras, as quais foram denominadas de Sistema Límbico. Assim, esse sistema passou a ser conhecido como o “sistema da emoção” e dos impulsos motivacionais, como proposto pelo neurologista James Papez. Muitos neurocientistas, no entanto, defendem a ideia de que diferentes sistemas cerebrais (além do Límbico) podem estar envolvidos na experiência emocional, dada a diversidade das emoções. Além disso, não há total concordância entre os pesquisadores quanto às estruturas que constituem o Sistema Límbico (Bear, Connors & Paradiso, 2002).

Assim – com o desenvolvimento de técnicas especializadas de pesquisa em neurofisiologia e em neuroimagem – as bases neurais envolvidas nos processos emocionais têm sido melhor compreendidas. Esses estudos permitem esclarecer a relação entre os processos emocionais, cognitivos e homeostáticos, assim como elucidar as respostas fisiológicas do organismo diante de diferentes situações vivenciadas pelo indivíduo. Dessa forma, os estudos atuais em neuropsicologia e psicobiologia mantêm o foco sobre a estrutura neural das emoções, tanto em termos funcionais quanto anatômicos (Espiridião-Antônio, et al., 2008).

Conforme Panksepp (2008), as teorias e pesquisas neurocientíficas atuais que explicam como a experiência afetiva emerge de atividades neuronais dividem-se em três vertentes. Essas são a neurociência comportamental, a neurociência afetiva e a neurociência cognitiva. A neurociência comportamental nega a homologia intra-espécie da experiência emocional, ou seja, não considera as emoções como um aspecto inerente a todos os mamíferos, como proposto por Darwin e seus predecessores. Os teóricos dessa área alegam que os animais não podem prover feedback verbal sobre suas experiências, de modo que não é possível afirmar que essas sejam de fato afetivas. Além disso, os neurobehavioristas não consideram as emoções como um constructo científico, uma vez que essas não podem ser diretamente monitoradas através de medidas neurofisiológicas objetivas. Uma explicação comum na

neurociência comportamental considera que as emoções são criadas por contingências de reforçamento, como apresentado por Skinner.

A neurociência afetiva segue a ideia de homologia intra-espécie, considerando que as emoções originam-se de estruturas subcorticais remotas comuns ao cérebro de todos os mamíferos. Tais estruturas constituem o sistema límbico e são responsáveis pelo controle dos processos viscerais desses animais. Panksepp (2008) aponta que há uma variedade de pesquisas sobre emoção animal dando suporte a essa visão.

Na visão de neurociência cognitiva, por sua vez, enquadram-se as teorias da emoção agrupadas sob o grande tema de “leitura cortical”. Essas teorias confirmam a homologia intra-espécie das emoções, assim como as neurociências afetivas. Porém, diferentemente desta escola, os neurocientistas cognitivos consideram que os afetos são processos mentais aliados aos mais altos processos cognitivos humanos. Dessa forma, as emoções são relacionadas não somente ao sistema límbico, mas também a estruturas do córtex cerebral. Assim, outros animais com habilidades cognitivas mais restritas, podem não experimentar emoções.

A seguir serão apresentadas as teorias biológicas selecionadas para serem relacionadas ao modelo cognitivo de Beck. Inicialmente a perspectiva evolutiva de Darwin e algumas considerações de autores neo-darwinistas. Em seguida serão apresentados dois autores que se destacam nas neurociências cognitivas: Antônio Damásio e Joseph Ledoux, os quais serão considerados dada sua proximidade com teorias cognitivas gerais.

4.1 – A Perspectiva Evolutiva

A Teoria da Evolução é hoje essencialmente o que Darwin estabeleceu ainda no século XIX. Ele postulou que as espécies teriam se originado de um ancestral comum diversificando-se através de mutações ao acaso, com as espécies melhores

adaptadas sendo naturalmente selecionadas, prevalecendo por terem maior vigor reprodutivo e, conseqüentemente, passando esta vantagem às suas descendências. (Câmara, 2010, seção I).

Contudo, conforme Bizzo (2007), por muitos anos (por volta das décadas de 1830 e início de 1850) os interesses de Darwin ficaram voltados para a Geologia devido à noção de adaptação dos seres vivos advinda da Teologia Natural de Paley. Segundo essa perspectiva, os seres vivos eram perfeitamente adaptados ao seu meio e a seleção natural agiria no sentido de eliminar os seres não adaptados. A adaptação se daria através de modificações nos seres vivos estimuladas por modificações ambientais, partindo do princípio de “um ajuste perfeito entre os seres vivos e o meio, que lhes permitia utilizar seus recursos de forma ótima” (p. 355). Dessa forma, as mudanças evolutivas dependeriam de mudanças geológicas, as quais só ocorrem em espaços longos de tempo.

Essa dinâmica geológica podia explicar extinções, mas exigia a ação pronta de uma inteligência suprema e providente, que tivesse conhecimento absoluto das novas condições do ambiente e das formas pelas quais elas poderiam ser exploradas por novos órgãos, projetados com essa finalidade precisa. A ausência de gradação do registro fóssil seria uma evidência em favor da pronta ação do Criador a cada mudança mais profunda das condições ambientais. (Bizzo, 2007, p. 356).

Bizzo (2007) acrescenta que por volta da década de 1850, com o conhecimento de registros glaciais e de registros fósseis de seres vivos muito diferentes, Darwin passou a conceber a mudança evolutiva de forma gradativa e em espaços de tempo menores sem mudanças dramáticas no ambiente. Darwin abandonou, então, a ideia da Teologia Natural e adotou o pressuposto de continuidade entre os seres vivos, considerando que os mesmos não estão

perfeitamente adaptados ao seu meio, mas estão apenas mais adaptados que seus ancestrais, de modo que pequenas adaptações ocorrem a cada nova geração.

Com isso, a seleção natural passou a ter um papel mais constante na adaptação dos seres humanos. “Os mais bem adaptados precisariam de relativamente pouco tempo para ocupar o lugar daqueles de alguma forma menos adaptados. . . diante do escrutínio implacável da seleção natural” (Bizzo, 2007, p. 352). Assim, as grandes mudanças geológicas perdem foco para a compreensão dos mecanismos subjacentes às mudanças evolutivas rápidas, como a herança das características adquiridas. Essa mudança da perspectiva contribuiu para compreender a evolução das espécies de uma forma mais natural, como destacou Câmara (2010): “Evolução não trata de um aperfeiçoamento, uma direção em relação ao melhor. . . . Na verdade, trata-se apenas de um mecanismo natural de adaptação, que faz com que as espécies possam melhor se adaptarem a modificações do ambiente em função de sua variabilidade” (seção I).

Dessa forma, para discutir a seleção natural Darwin pressupõe que haja variabilidade entre os indivíduos, sendo que os mais aptos possuem maior probabilidade de sobreviver. Esses indivíduos transmitem aos seus descendentes suas características com vantagem evolutiva. Esta premissa foi inicialmente denominada de princípio de preservação e, posteriormente, seleção natural (Castañeda, 1994).

Segundo esse ponto de vista, mudanças nas condições ambientais podem provocar mudanças estruturais nos organismos, as quais afetam o sistema reprodutivo, podendo ser transmitidas à prole. Porém, era necessária uma longa e repetida exposição a mudanças ambientais para que o organismo iniciasse seu processo de variação. Essa hipótese darwinista foi denominada de pangênese. Entretanto, a pangênese apresentava limitações quanto ao entendimento de como uma mudança no meio poderia provocar a variabilidade entre os indivíduos de uma espécie (Castañeda, 1994).

A partir de desenvolvimentos na ciência genética, a questão da variabilidade se esclarece, conforme apresentado por Câmara (2010): “posteriormente, a variabilidade randômica observada por Darwin como uma lei natural básica foi identificada a modificações estáveis nos genes que, então, eram transmitidas às gerações seguintes” (seção I). Este processo foi denominado como mutação gênica. Dessa forma, uma espécie evolui quando seu conjunto de genes muda e os indivíduos passam a exibir maior adaptabilidade ambiental. Ou seja, a seleção natural que Darwin compreendia como hereditariedade de características adaptativas de uma espécie, passa a ser entendida como a mudança no conjunto de genes de uma espécie em resposta às pressões do meio. Assim, “quanto maior a variabilidade genética numa população, maior a chance desta sobreviver às mudanças inesperadas no seu ambiente vital” (Câmara, 2010, seção II).

Partindo dos princípios da pangênese e seleção natural, Darwin desenvolve sua principal obra, a “Origem das espécies”, de 1859 e, posteriormente, “A expressão das emoções no homem e nos animais”, de 1872. A abordagem evolucionista das emoções tem seu ponto de partida neste trabalho de Darwin. Partindo de uma investigação empírico-comparativa, Darwin demonstrou que expressões emocionais são vestígios de comportamentos ancestrais e que, por isso, não foram desenvolvidas com o claro propósito de expressar emoções.

Pode-se conceber o estudo de Darwin como uma “teoria da evolução das emoções”, pois ao estudar diretamente um dos componentes da emoção, a sua expressão facial, abriu caminho para os demais estudos na área. Sua investigação resultou em descrições detalhadas de expressões musculares e faciais de diversas emoções (Griffiths, 1997, pp. 44-48). A tabela 4 apresenta alguns exemplos das descrições darwinistas das expressões emocionais.

Tabela 4. Algumas das descrições darwinistas das expressões emocionais, baseado em Darwin (2000)

Expressão Emocional	Supercílios / Testa	Olhos / Pálpebras	Face inferior	Outros
Surpresa	Sobrançelas elevadas; vincos transversais na testa	Olhos abertos	Boca bastante aberta com lábios levemente protraídos	Atividade acelerada da respiração e do coração; gestos e sons exibidos conforme a cultura
Medo	Sobrançelas erguidas	Olhos bem abertos	Boca bem aberta e seca; lábios tremem; o músculo platíma se contrai, causando abaixamento e retração dos cantos da boca e parte inferior das bochechas; formam-se rugas transversais nas laterais do pescoço	Desperta sentidos da visão e da audição; coração bate rápida e fortemente; a pele empalidece, transpira e resfria-se; pelos sobre a pele se eriçam; músculos superficiais tremem; respiração é acelerada
Raiva	Testa franzida e pode ter veias dilatadas; sobrançelas podem se contrair e rebaixar ou permanecerem imóveis	Olhos fixos e bem abertos; as pupilas se contraem	Enrubescimento; asas do nariz se elevam; lábios retraídos; dentes rangem ou ficam cerrados; cabeça erguida; pescoço com veias dilatadas	Pequeno aumento da atividade cardíaca; respiração se acelera um pouco; posição ereta, pronta para ação imediata e atitude desafiadora; braços rígidos e suspensos, com punhos cerrados ou cotovelos dobrados
Repugnância (Desprezo / Nojo)	Semblante franzido	Olhos parcialmente fechados	Riso irônico; movimentos do nariz (levemente levantado, enrugado ou contraído) e em volta da boca (semelhantes aos movimentos de ânsia de vômito); leve “bufada” e forte expiração; rosto desviado do objeto; a boca pode abrir-se, com o lábio superior fortemente retraído, laterais do nariz enrugadas e lábio inferior protraído	Gestos típicos em algumas culturas; gesto de empurrar ou proteger-se do objeto; sons guturais como de limpar a garganta; pode ocorrer o ato de cuspir; pode ocorrer arrepios e braços apertados contra a lateral do tronco com ombros levantados
Tristeza	Sobrançelas oblíquas com suas extremidades internas elevadas e as extremidades externas rebaixadas; as sobrançelas são aproximadas, formando rugas verticais entre elas; vincos transversais apenas na porção interna da testa	Pálpebras caem; olhos opacos e sem expressão; podem ficar umedecidos de lágrimas	Rosto empalidece; cabeça inclinada; lábios, bochechas e maxilar pendem; cantos da boca são puxados para baixo; o rosto de “alonga”	Comportamento imóvel e passivo; circulação lânguida; músculos flácidos; respiração fraca e lenta, com suspiros profundos; espasmos nos músculos respiratórios; pode ocorrer choro
Alegria	O músculo frontal tende a se contrair, o que deixa a fronte lisa e arqueia um pouco as sobrançelas; mas elas ficam um pouco rebaixadas durante o riso	Olhos abertos e pálpebras elevadas; rugas embaixo dos olhos quando há sorriso; o olhar com brilho vívido e pode lacrimejar quando há gargalhadas	Cantos da boca erguidos; rosto corado; cabeça elevada; durante o riso o maxilar move-se para cima e para baixo, a boca se abre de forma considerável, com os cantos puxados para trás e para cima e o lábio superior também se eleva um pouco; as bochechas são puxadas para cima; uma dobra nasolabial se forma devido ao sorriso; o rosto se “expande”	Podem ocorrer movimentos sem finalidade como dançar, bater palmas e pisotear o chão; ocorrem sorrisos e gargalhadas, enquanto o corpo balança e a cabeça move-se de um lado a outro; a circulação se acelera devido à excitação de prazer; há um aumento das capacidades mentais; corpo ereto

Darwin compreendeu a morfologia das expressões emocionais à luz de três princípios por ele elaborados. “Três princípios que, a meu ver, são responsáveis pela maioria das expressões

e gestos involuntários usados pelo homem e os animais inferiores, sob a influência das mais variadas emoções e sensações” (Darwin, 1872/2000, p.35). Contudo, a elaboração desses princípios só se deu após o final de suas observações da anatomia das expressões emocionais em diferentes culturas e espécies relacionadas. Os três princípios são o dos hábitos associados úteis, o da antítese e o das ações devidas à constituição do sistema nervoso.

Segundo o princípio dos hábitos associados úteis, algumas ações complexas foram úteis em ancestrais na expressão de estados emocionais com vistas a aliviar ou gratificar sensações de forma direta ou indireta e, toda vez que o mesmo estado emocional ocorra, ainda que em menor intensidade, os mesmos movimentos tendem a se repetir pela força do hábito e da associação, mesmo que então não apresentem utilidade. Por conseguinte, caso um estado emocional oposto ocorra, há uma forte e involuntária tendência à realização de movimentos contrários, ainda que esses não possuam nenhuma utilidade, como é explicado pelo princípio da antítese. Em outras circunstâncias a expressão da emoção pode ser resultado direto de intensa estimulação sensorial que resulta em descarga de força nervosa independente da vontade e, em certo grau, também do hábito, como preconizado pelo terceiro princípio de Darwin.

De acordo com o primeiro princípio, o hábito atua no desenvolvimento e manutenção de alguma tendência herdada ou instintiva através do poder do treino e da associação. Isto é, uma propensão a alguma ação ou preferência geneticamente herdada associa-se, em suas manifestações iniciais, a outras ações, sensações ou estados emocionais que lhe ocorrem sequencial ou simultaneamente compondo, então, sua topografia final. Desse modo, em circunstâncias posteriores, quando uma parte da resposta (comportamental ou emocional) se apresenta, a outra pode ser facilmente evocada (Darwin, 1872/2000).

“Mas em alguns indivíduos, certos gestos ou cacoetes aparecem associados a estados de espírito sem uma explicação razoável, e são indubitavelmente herdados” (Darwin, 1872/2000,

p.40). Nesses casos, o mecanismo da hereditariedade transmite de forma direta um hábito para um descendente, o qual foi, anteriormente, adquirido por seus ancestrais. A ação transmitida foi executada num período remoto de forma consciente e foi tão firmemente fixada que se converteu, pela força do hábito e da associação, em resposta reflexa automática, a qual é executada mesmo quando não apresenta utilidade, toda vez que as causas originais ou semelhantes reaparecem.

Entretanto, essa não é a explicação de Darwin para o mecanismo de ações reflexas, mas apenas de algumas ações que são executadas automaticamente e sem aparente utilidade, e que foram voluntárias e úteis em indivíduos ancestrais e transmitidas geneticamente aos descendentes. A resposta emocional eliciada pelo princípio do hábito pode ser parcialmente suprimida por vontade deliberada, entretanto, aqueles músculos exclusivamente involuntários continuam a agir e sua ação é frequentemente muito expressiva. Além disso, outros movimentos são necessários na supressão dessa resposta emocional, os quais também acabam atuando como meio de expressão.

Quanto aos gestos enquadrados no princípio da antítese que são inatos e comuns a todos os indivíduos de uma espécie, Darwin (1872/2000) afirma que é improvável que eles tenham sido inicialmente executados de forma deliberada e consciente e depois fixados pelo hábito. O mecanismo deve ser resultado direto da ação antagônica dos próprios músculos, ou seja, ao executarmos movimentos opostos, conjuntos diferentes de músculos são acionados, como é o caso de movimentos de contração e extensão. As expressões corporais resultantes de emoções dessa categoria podem vir a complementar a comunicação como um componente não verbal, mas sendo ou não úteis a esse fim, tornam-se hereditários por sua longa repetição.

Assim, afirma o autor:

Quando algum tipo de ação se associa firmemente a alguma sensação ou emoção, parece natural que ações de natureza

contrária, mesmo que inúteis, sejam inconscientemente executadas, mediante o hábito e a associação, quando uma sensação ou emoção oposta for sentida. (Darwin, 1872/2000, p.69).

As ações relacionadas ao princípio da ação direta do sistema nervoso não são aquelas executadas conforme a vontade, o hábito ou o princípio da antítese. Segundo Darwin (1872/2000), o mecanismo subjacente a esse tipo de ação inicia-se a partir de uma intensa estimulação sensorial gerando força nervosa em excesso. Essa força é transmitida através das células nervosas em direção aos sistemas do organismo, quer seja o visceral, muscular ou glandular, podendo ser despendida por meio de sensações intensas, pensamentos, movimentos musculares ou atividade glandular, de modo que o que e como é afetado difere entre os indivíduos. Esse processo pode ocorrer com ou sem acompanhamento da consciência.

Apesar de seu mecanismo automático, esse princípio tem certa relação com o do hábito. Isso porque, a força nervosa gerada em excesso se descarregará, em alguns casos, pelas vias mais habituais de resposta. Isto equivale a dizer que uma resposta emocional provocada pela ação direta do sistema nervoso pode se manifestar pelos movimentos outrora fixados pelo hábito. A resposta, nessa situação, não é causada pelo hábito, mas algumas formas de expressão são determinadas por ele. O princípio da antítese também influencia respostas nervosas, uma vez que as expressões de emoções excitantes (p. ex. fúria e alegria) seguem por uma via, ao passo que expressões de emoções deprimentes (p. ex. tristeza e desamparo) seguem pela via oposta (Darwin, 1872/2000).

Os três princípios darwinistas são considerados em algumas linhas de pesquisa modernas sobre emoções. Griffiths (1997) propõe uma versão reconstruída do primeiro princípio segundo a qual o comportamento relacionado à emoção é fixado por hábito em períodos remotos da evolução, embora perca sua utilidade inicial, adquire um papel alternativo. Por

exemplo, mostrar os dentes como resposta a raiva em primatas sinalizava um ataque físico iminente. Em humanos esse comportamento não exerce a mesma função, mas serve como sinalização de agressão. Griffiths (1997) denominou esse processo, em que a utilidade original de um traço não é a mesma responsável por sua expansão na população, de adaptação secundária. Segundo o autor, essa ideia “provê uma versão não-Lamarckista para o princípio dos hábitos associados úteis” (p.65). A diferença com relação a Darwin está exatamente na referência ao papel alternativo que o traço passa a exercer, pois na versão original do princípio alguns comportamentos emocionais mantidos pelo hábito mostram-se arbitrários por não apresentarem utilidade. A adaptação secundária, porém, não garante que a expressão emocional/comportamental será invariavelmente modificada para seu novo papel, mas sim que isso pode ocorrer em alguns casos.

Com relação ao segundo princípio, Griffiths (1997) afirma que não é completamente claro o que significa duas emoções serem opostas. A versão revisada que o autor propõe é que as emoções não são necessariamente opostas, mas as expressões opostas ocorrem para facilitar a comunicação de um estado emocional ao invés de outro, o que possui valor de sobrevivência entre animais da mesma espécie. Darwin também considera o papel comunicativo exercido pelo princípio da antítese, mas não acredita que comportamentos de oposição se originem por essa razão (Darwin, 1872/2000, pp.65-66).

O princípio da ação direta do sistema nervoso é o que Griffiths (1997) declara ser o mais questionável dos três, pois os exemplos utilizados por Darwin como descargas nervosas inúteis, a saber, tremor, suor, secreções glandulares, entre outros, são considerados altamente funcionais. O autor afirma que o entendimento de Darwin foi baseado no “modelo hidráulico da mente” vigente no século XIX, segundo o qual a força nervosa enviada pelo sistema nervoso é como um “fluido hidráulico pressurizado” que precisa encontrar um lugar para se descarregar. Tal visão é incompatível com a neurociência atual. “De fato, o papel adaptativo

dos efeitos do sistema nervoso autônomo na emoção tem sido o maior foco de investigação desde 1920” (Griffiths, 1997, p.68). No enfoque evolucionário moderno, a resposta emocional é considerada uma integração de fatores, entre os quais estão respostas fisiológicas, expressões musculares, tendências à ação e sentimentos subjetivos. Mas isso não significa que cada aspecto da resposta emocional terá uma função adaptativa, isso devido tanto à presença de características vestigiais em sua expressão, quanto aos possíveis efeitos colaterais dos elementos adaptativos. “Mas esse efeitos colaterais não são consequência da mecânica de energia nervosa excedente” (Griffiths, 1997, p.69).

O que têm demonstrado os experimentos que seguem a linha evolutiva das emoções é que existem semelhanças entre culturas e homologia entre espécies na expressão de traços emocionais e, que tal homologia, se relaciona mais a ocorrência de ancestrais comuns do que à adaptabilidade da característica compartilhada, uma vez que essa não necessariamente se mantém ao longo das gerações. Além disso, “o fato de que respostas emocionais emergem muito no início da infância também dá suporte a uma explicação evolutiva em detrimento de explicações concorrentes” (Griffiths, 1997, p.59). Essa linha de pesquisa em emoções leva em consideração a hereditariedade do traço e o processo histórico envolvido em sua aquisição e manutenção. A respeito disso, Oliva et al. (2006) alegam que a compreensão das emoções inclui a noção de “ambiente de evolução antigo”, o que justifica porque em algumas situações as emoções não se mostram adequadas ao modo de vida presente.

Uma implicação da compreensão equivocada da perspectiva evolutiva das emoções é a de que, se as expressões emocionais têm história evolutiva, então elas precisam ser inatas e insensíveis a inputs ambientais. Entretanto, como a evolução opera em interação entre a herança genética e o desenvolvimento do organismo em dado ambiente, uma expressão emocional é produto dessa conjunção e não apenas de fatores genéticos. “É este ‘sistema

desenvolvimental’ que é a real fonte de estabilidade ao longo de gerações” (Griffiths, 1997, p.61).

Pesquisas atuais de biólogos e psicólogos evolucionistas inspirados em Darwin acrescentam variações ao entendimento das emoções. Esses pesquisadores concordam que a expressão das emoções seja uma classe de comportamento vestigial, mas defendem uma interpretação funcionalista segundo a qual as expressões se mantiveram ao longo do desenvolvimento evolutivo por desempenhar uma função no sistema comunicativo. Oliva et al. (2006) e Cagnin (2008) acrescentam ainda que estudos atuais em Psicologia Evolucionista consideram o papel das emoções como mecanismos de orquestração, isto é, atuando na coordenação de diversas outras funções adaptativas. Tais perspectivas ultrapassam o propósito do estudo de Darwin. Este pretendeu explicar porque as emoções são biologicamente expressadas de determinada maneira e como evoluíram desde ancestrais remotos. Por outro lado, as modernas teorias evolucionárias tratam do que são as emoções e não de como se manifestam, concebendo-as como síndromes compostas por múltiplos elementos, entre os quais se incluem desde expressões faciais até estados de consciência.

4.2 – A Neurociência Cognitiva de Antônio Damásio

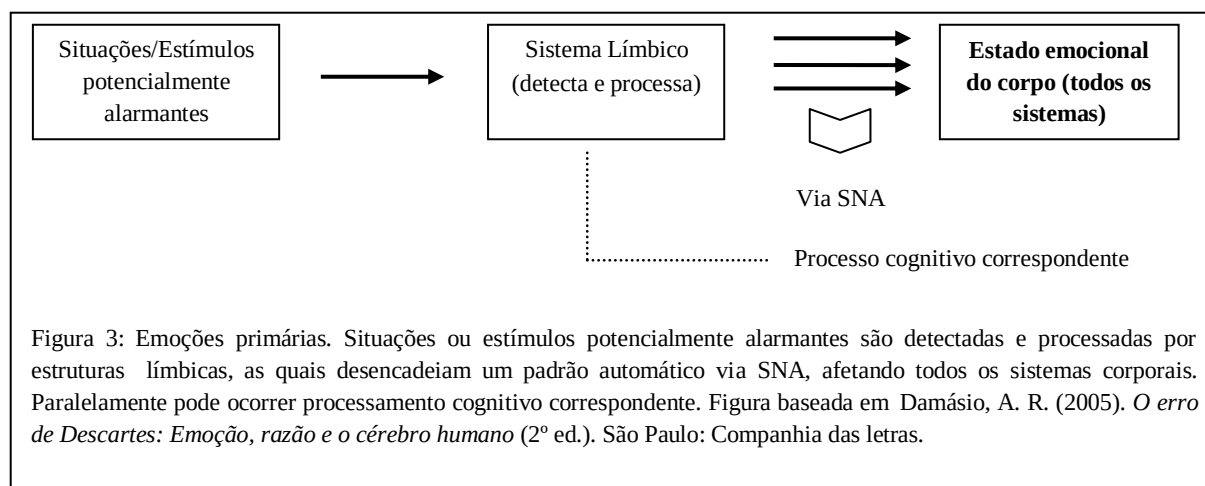
Segundo Damásio (2001) as emoções são “uma coleção padronizada de respostas neurais e químicas que são produzidas pelo cérebro quando ele detecta a presença de um estímulo emocionalmente competente” (Damásio, 2001, p. 781). Em alguns pontos de sua teoria o autor se aproxima da proposta de James-Lange, como sugerido por Panksepp (2008), mas em outros a ultrapassa. A perspectiva jamesiana, por mais que envolva a leitura cortical de estímulos potencialmente estimulantes, concebe a emoção como um processo que envolve prioritariamente respostas fisiológicas no corpo, atribuindo mínima ou nenhuma importância a um processo avaliativo da situação. Para Damásio (2005), no entanto, esse entendimento é adequado apenas para as primeiras emoções sentidas pelo homem em sua ontogênese.

Damásio (2005) também propõe que muitas emoções requerem um processo prévio de avaliação mental e que elas atuam na comunicação interpessoal e na orientação cognitiva. As emoções dessa categoria podem ser resultado de um processo em que novos estímulos e situações associam-se aos estímulos inatamente selecionados para causar emoções. Dessa forma, o autor distingue dois tipos ou processos de emoções: as emoções primárias, que se manifestam desde a infância com um mecanismo pré-organizado (semelhantemente à teoria jamesiana), e as emoções secundárias, que se manifestam posteriormente no desenvolvimento individual.

As emoções primárias consistem em modos de reação comportamentais e fisiológicos desencadeados automaticamente pelo organismo ante estímulos, tanto externos quanto internos, potencialmente alarmantes. Esse processo se dá semelhantemente ao proposto na teoria James-Lange, isto é, as características do estímulo potencialmente alarmante são processadas, individualmente ou em conjunto, e então detectadas por componentes do sistema límbico, como a amígdala, os quais desencadeiam a “ativação de um estado do corpo, característico da emoção” correspondente (Damásio, 2005, p. 160).

Nesse processo, as alterações desencadeadas resultantes de ação do Sistema Nervoso Autônomo atingem todos os sistemas corporais, causando mudanças no padrão de funcionamento das vísceras, da musculatura esquelética, das glândulas endócrinas, do sistema imunológico e peptídico. O mecanismo acaba também por alterar o processamento cognitivo, de modo que ele corresponda à emoção experimentada. Esse conjunto de respostas representa certo grau de desvio do equilíbrio homeostático do organismo. Portanto, na experiência das emoções primárias não é necessário que haja reconhecimento consciente do estímulo para que a resposta emocional ocorra. “Basta apenas que os córtices sensoriais iniciais detectem e classifiquem a característica ou características-chave de uma determinada entidade (isto é, animal, objeto) e que estruturas como a amígdala recebam sinais relativos à sua presença

conjuntiva” (Damásio, 2005, p. 161). Essa reação emocional automática já é suficientemente útil a alguns objetivos, como capacitar o organismo a mover seu corpo para longe de um estímulo nocivo. O esquema das emoções primárias pode ser visto na Figura 3.



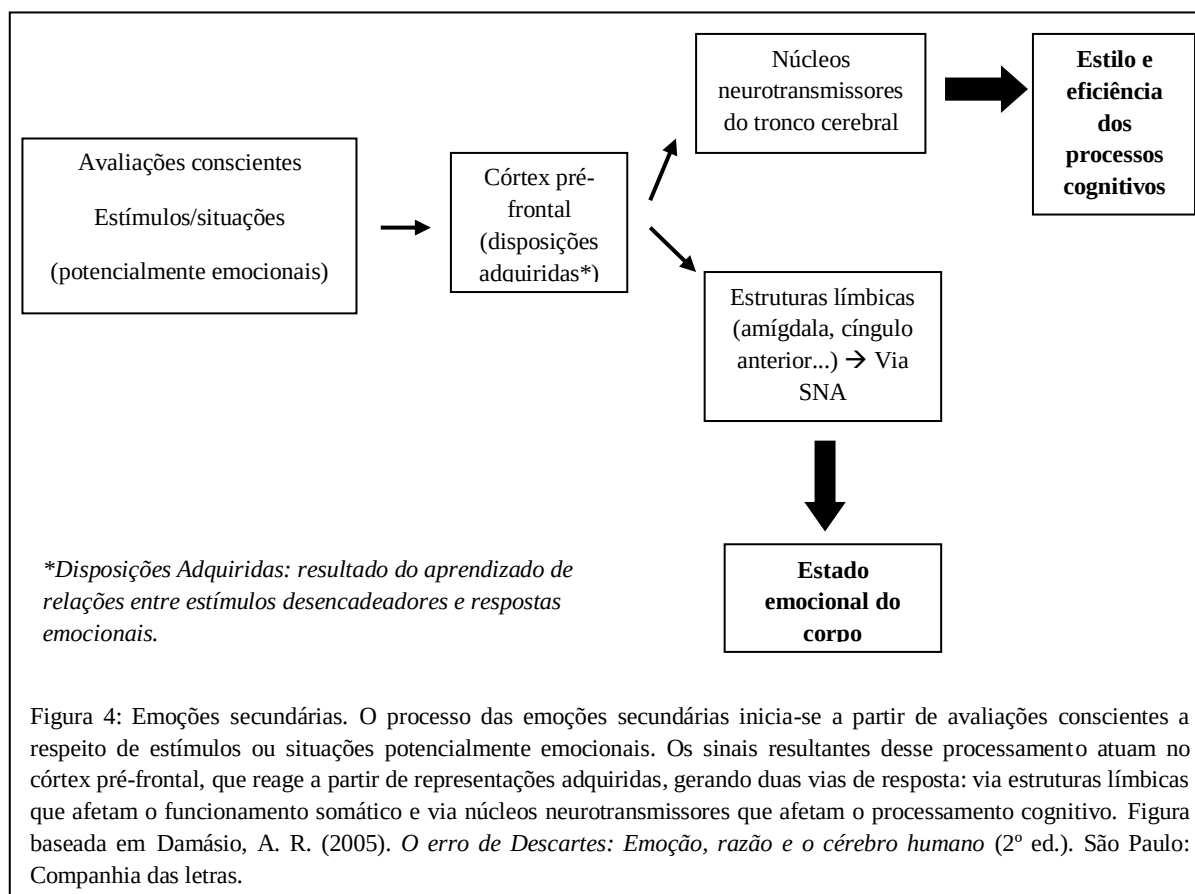
Damásio (2005) afirma, entretanto, que ao contrário do proposto na teoria James-Lange, o processo de experimentar emoção não se encerra sempre nas reações corporais e fisiológicas automaticamente eliciadas. Ao menos nos seres humanos, é possível que haja um passo seguinte no qual ocorre a sensação da emoção, ou seja, “a percepção da relação entre o objeto e o estado emocional do corpo” (p. 161).

Assim, a consciência envolvida nesse processo proporciona ao indivíduo que experimenta emoção maiores vantagens, pois lhe permite generalizar suas respostas para estímulos semelhantes ou prever a presença do estímulo em dado ambiente e evitá-lo antecipadamente. “Em síntese, sentir os estados emocionais, o que equivale a afirmar que se tem consciência das emoções, oferece-nos *flexibilidades de resposta com base na história específica de nossas interações com o meio ambiente*” (Damásio, 2005, p. 162). Consequentemente, apesar de mecanismos inatos serem os responsáveis pelo desencadeamento da resposta emocional primária, os sentimentos, isto é, a consciência do processo, oferecem vantagens adicionais ao indivíduo.

Contudo, o mecanismo das emoções primárias não cobre todo o espectro de experiências e respostas emocionais experimentadas pelo ser humano. Conforme segue seu desenvolvimento, o indivíduo passa a estabelecer relações entre sentimentos e estados emocionais e entre esses e situações/estímulos. Esse processo já não é mais apenas sustentado pela ação das estruturas do sistema límbico, de modo que passam a atuar conjuntamente com os córtices pré-frontal e somatossensorial, caracterizando emoções do tipo secundário (Damásio, 2005). O processo das emoções secundárias inicia-se, assim, a partir de avaliações conscientes a respeito de estímulos, pessoas ou situações potencialmente emocionais. Os sinais resultantes desse processamento cognitivo atuam no córtex pré-frontal, o qual reage a partir de representações adquiridas, ou seja, a partir da combinação de conhecimentos sobre como certas situações foram relacionadas a certos estados emocionais na experiência particular de cada indivíduo. Em outras palavras, o estilo do processamento cognitivo das emoções secundárias depende da experiência prévia do indivíduo.

Automaticamente, o processamento pré-frontal envia sinais à amígdala e ao cíngulo anterior, que desencadeiam um processo de resposta via Sistema Nervoso Autônomo (SNA) atingindo todo o organismo, como descrito no processo de emoções primárias. Assim, “as emoções secundárias utilizam a maquinaria das emoções primárias” (Damásio, 2005, p. 167). As respostas do SNA nos sistemas visceral, musculoesquelético, endócrino e peptídico resultam em um estado emocional do corpo. Mas mudanças adicionais ocorrem no mecanismo das emoções secundárias atingindo os núcleos neurotransmissores do tronco cerebral os quais representam uma via paralela da resposta, atuando sobre o estilo e a eficiência dos processos cognitivos. Segundo Damásio (2005), as emoções experimentadas por indivíduos adultos são do tipo secundárias, ou por se iniciarem com base em um processamento cognitivo consciente ou por resultarem do aprendizado de relações entre

estímulos desencadeadores e respostas emocionais – as disposições adquiridas. O esquema das emoções secundárias pode ser visto na Figura 4.



O estado emocional experimentado por um indivíduo é constantemente atualizado no cérebro. Isso ocorre por meio de terminações nervosas e das vias sanguíneas, as quais transmitem informações sobre o estado de ativação dos sistemas musculoesquelético, visceral, endócrino, imunológico e peptídico. Dessa forma, as representações do estado do corpo são constantemente mutáveis, feitas momento a momento. “Não há nada de estático, nenhuma linha de base, nenhum homenzinho – o homúnculo – sentado dentro do cérebro como uma estátua, recebendo sinais da parte correspondente do corpo. Registra-se, em vez disso, uma mudança incessante” (Damásio, 2005, p. 174).

A percepção consciente e o acompanhamento da evolução dessas mudanças neuroquímicas ocorrendo no corpo, ao mesmo tempo em que “pensamentos sobre conteúdos específicos

continuam a desenrolar-se” (Damásio, 2005, p. 175), constituem a essência do que o autor denomina por sentimentos emocionais. Dessa forma, os “sentimentos são a representação mental das mudanças fisiológicas que caracterizam as emoções” (Damásio, 2001, p. 781) e, enquanto as emoções podem ser demonstradas exteriormente, os sentimentos são essencialmente privados. Entretanto, a alteração fisiológica processada no corpo pode ser neutra em termos psicológicos, ou seja, alguns processos emocionais podem prescindir da atuação da consciência, de modo que emoções podem ocorrer na ausência de sentimentos emocionais. Para que um sentimento emocional seja experimentado é necessário que haja correspondência entre estados corporais, pensamentos justapostos e a alteração no estilo e eficiência do processamento cognitivo. Por exemplo: “em conjunção com os estados corporais negativos, a criação de imagens é lenta, sua diversidade é pequena e o raciocínio é ineficaz” (Damásio, 2005, p. 177).

Essas definições têm sido respaldadas por estudos neurológicos de pacientes com lesões cerebrais. Damásio (2005) aponta que pacientes que apresentam lesões pré-frontais demonstram prejuízo em gerar emoções do tipo secundário, isto é, não são capazes de criar imagens mentais relacionando seus estados emocionais a situações/estímulos e, conseqüentemente, são incapazes de experimentar sentimentos emocionais, mas podem sentir emoções primárias (estado somático). Isto demonstra que lesões em regiões cerebrais envolvidas na representação mental do corpo relacionam-se à perda da capacidade de experimentar sentimentos emocionais. Por outro lado, lesões no sistema límbico, amígdala ou cíngulo anterior reduzem a afetividade de forma geral, tornando o indivíduo inepto a experimentar ambos os tipos de emoções. Outros estudos, realizados com indivíduos normais, apontam para a capacidade desses sujeitos em experimentar sentimentos emocionais a partir da simulação de expressões faciais de emoção, ainda que tais sentimentos não tivessem

nenhuma relação com algum estímulo ou situação específica, o que sustenta a definição de sentimentos emocionais do autor (Damásio, 2005, pp. 178-179).

A abordagem de Damásio (2005) coloca as emoções em íntima relação com outros processos cognitivos, como o raciocínio e a tomada de decisão. Segundo o autor,

Os sentimentos parecem depender de um delicado sistema com múltiplos componentes que é indissociável de regulação biológica; e a razão parece, na verdade, depender de sistemas cerebrais específicos, alguns dos quais processam sentimentos. Assim, pode existir um elo de ligação, em termos anatômicos e funcionais, entre razão e sentimentos e entre esses e o corpo. (Damásio, 2005, p. 276).

Damásio (2005) propõe a hipótese do marcador-somático para explicar parte da relação entre cognição e emoção. Conforme essa hipótese, ao tomar uma decisão, o ser humano não se baseia apenas na razão pura, ponderando sobre diferentes opções ou custos e benefícios, mas os sentimentos atuam como um sinal prévio reduzindo a gama de opções a serem, posteriormente, analisadas de forma racional. O pressuposto é o de que uma sensação corpórea (somática) é gerada automaticamente pelo organismo ante estímulos ou entidades que requeiram que o indivíduo decida entre algumas opções de resposta. Essa sensação atua como um sinal prévio que marca aquelas opções que devem ser priorizadas ou menosprezadas no processo decisional, reduzindo assim a gama de opções a serem racionalmente analisadas pelo indivíduo. “Em suma, *os marcadores-somáticos são um caso especial do uso de sentimentos gerados a partir de emoções secundárias*. Essas emoções e sentimentos *foram ligados, pela aprendizagem, a resultados futuros previstos de determinados cenários*” (p. 206). Esse processo, porém, nem sempre se dá de forma consciente.

Embora parte da maquinaria neural que ativa estados somáticos emocionais já esteja instalada desde o nascimento, essa rede é ampliada durante o processo de socialização/educação do indivíduo, associando novas categorias de estímulos a respostas somáticas. Por depender desse processo associativo, os marcadores-somáticos são baseados no processo das emoções secundárias. Entretanto, as pistas por eles fornecidas só serão adaptativas quando estabelecidas em culturas e cérebros normais. O sistema neural que atua na aquisição da sinalização por marcadores-somáticos situa-se nos córtices pré-frontais. Esses efetuam uma ligação triangular entre: 1) os sinais relativos a estímulos e situações específicas; 2) os tipos e gradações de estados do corpo associados aos primeiros na experiência particular de cada indivíduo; e 3) as estruturas efetuatoras daquele estado do corpo. Tal interligação ocorre nos córtices pré-frontais ventromedianos.

Apesar de considerar sua função adaptativa no direcionamento cognitivo, Damásio (2005) afirma que nem sempre os impulsos biológicos e a emoção são benéficos ao raciocínio e à tomada de decisão. Em algumas circunstâncias, sua influência pode suplantar fatos objetivos ou sobrecarregar outros processos cognitivos que apoiam a decisão, como a memória de trabalho.

4.3 – A Neurociência Cognitiva de Joseph Ledoux

Semelhantemente a Damásio, Joseph Ledoux (1998) também considera as emoções sob dois aspectos: as emoções automatizadas básicas e as emoções conscientes. As primeiras representam respostas comportamentais e fisiológicas automáticas desencadeadas pelo cérebro diante de estímulos significativos. Tais estímulos podem ser informações externas ao indivíduo, informações advindas de seu meio, ou podem ser resultantes de informações construídas no cérebro, como memórias ou pensamentos. Para que essa resposta emocional ocorra não é necessário que haja percepção consciente do estímulo tão pouco controle consciente da reação. Essa classe de emoções também se assemelha à teoria James-Lange das

emoções. Por outro lado, em determinadas situações o indivíduo pode adquirir percepção consciente de que certo sistema emocional do cérebro está em atividade e, dessa forma, experimentar conscientemente um estado emocional, o que constitui a essência dos sentimentos emocionais.

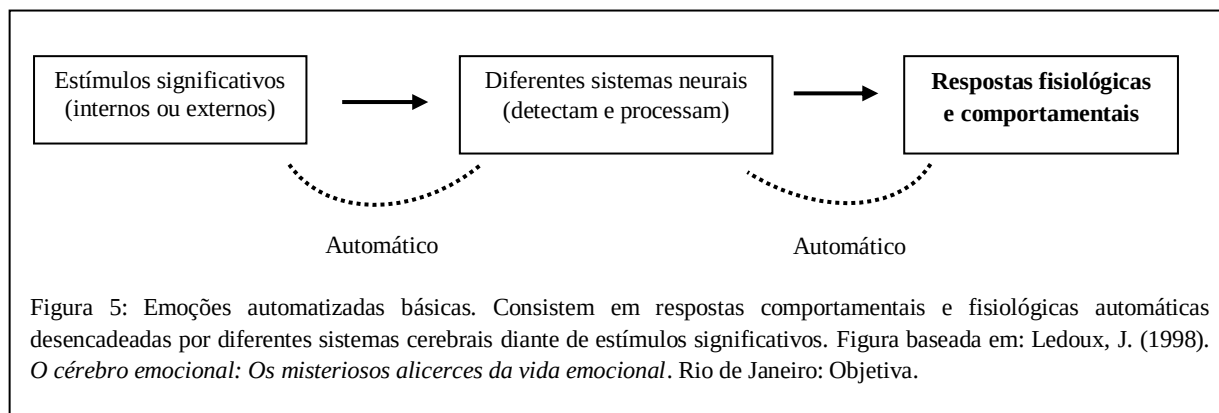
De acordo com o Ledoux (1998), as respostas emocionais automatizadas resultam da ação de sistemas neurais a partir de interações comportamentais do organismo com o meio ambiente, as quais têm se mostrado, ao longo da evolução, úteis à sobrevivência. A semelhança dessas respostas entre espécies diferentes pode manifestar-se mais na função do que na topografia do comportamento:

Homens fogem do perigo usando as duas pernas, mas muitos outros mamíferos terrestres fazem uso das quatro patas: embora os quadrúpedes requeiram mais músculos e diferentes padrões de coordenação muscular do que os bípedes, a função realizada é a mesma – a fuga. (Ledoux, 1998, pp. 110-111).

O autor afirma que essa equivalência pode ser mantida entre algumas espécies, pois os sistemas cerebrais envolvidos na mediação das funções dos comportamentos são os mesmos. O esquema das emoções automatizadas básicas pode ser visto na Figura 5.

Os estudos de Ledoux (1998) enfocaram as funções comportamentais universais de emoções básicas, ao invés de tentar definir quais eram essas emoções ou suas formas de expressões faciais ou culturais. O autor sustenta que as ferramentas comportamentais permitem determinar se o cérebro está relacionado com uma atividade emocional e que agrupar as reações emocionais sob o rótulo de comportamento emocional permite uma clara distinção desses tipos de comportamentos, que são cruciais à sobrevivência, como luta, vinculação social e sexo, daqueles outros que refletem funções cognitivas, como o raciocínio

e a solução de problemas. Essas diferentes funções das reações emocionais são subsidiadas por diferentes sistemas cerebrais.



Creio que a hipótese de trabalho mais prática é a de que classes diferentes de comportamento emocional representem diferentes tipos de funções, encarregadas de diferentes espécies de problemas no animal e dotadas de sistemas cerebrais diferentes para cada um deles. Se assim for, então emoções diversas devem ser estudadas como unidades funcionais distintas. (Ledoux, 1998, p. 115).

Assim, o foco do estudo de Ledoux reside no mecanismo neural das emoções, o qual o autor definiu por uma tríade: “um conjunto de entradas, um mecanismo de avaliação e um conjunto de saídas” (Ledoux, 1998, p. 115). O mecanismo de avaliação interliga estímulos e respostas. Dessa forma, detecta as entradas, que são os estímulos disparadores relevantes e, em seguida, desencadeia um padrão de respostas úteis (conjunto de saídas) para enfrentar a situação. Esse mecanismo é programado pela evolução, ou seja, ele desencadeia padrões de resposta que foram úteis para manter o organismo vivo em gerações ancestrais.

Os estímulos disparadores, chamados de gatilhos, podem ser naturais, como a visão de um predador, ou podem incorporar outros estímulos ou conhecimentos, chamados de gatilhos

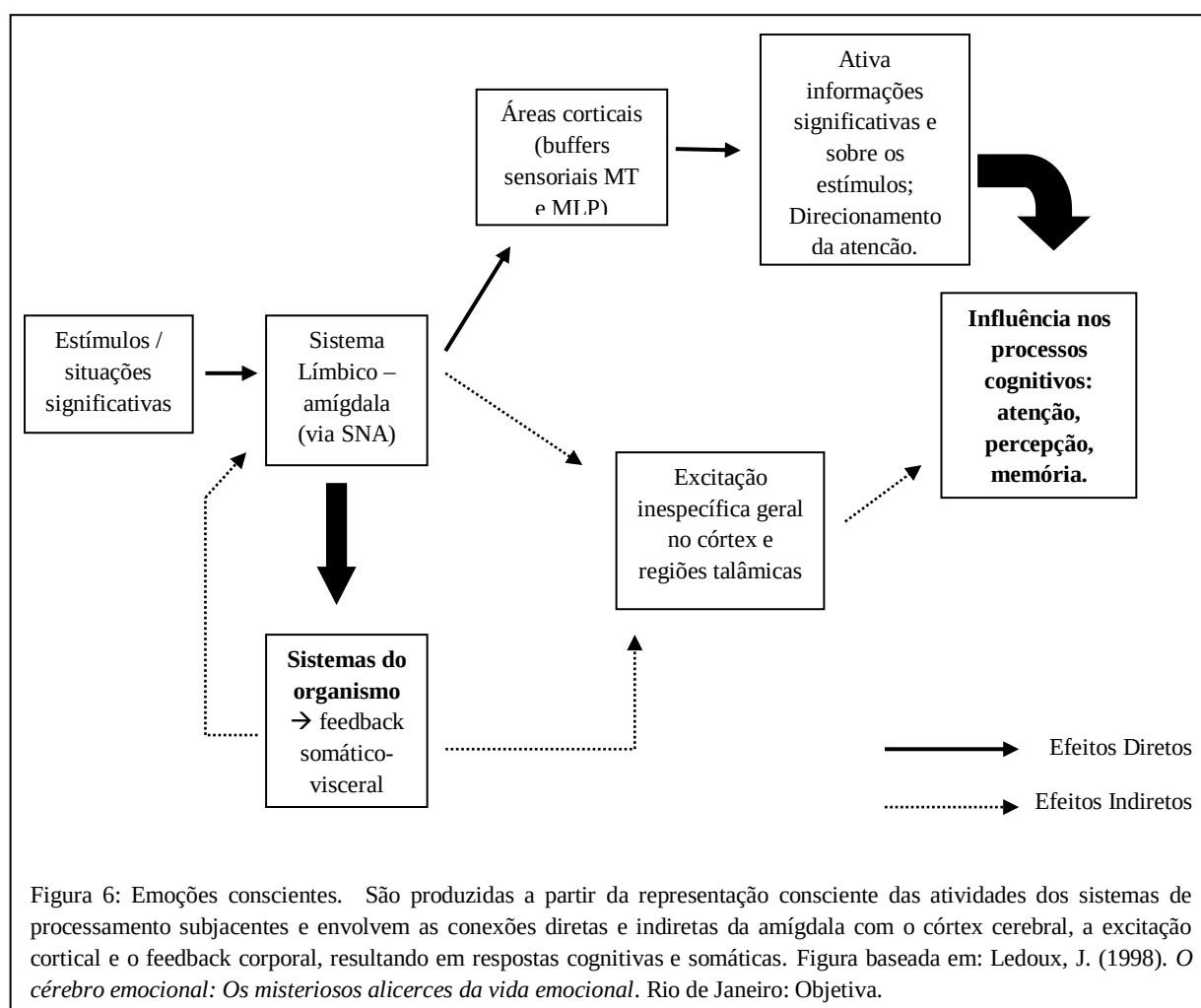
aprendidos, permitindo a previsão antecipada de gatilhos naturais. “E como tipos diferentes de problemas para a sobrevivência estão associados a estímulos disparadores diferentes e exigem diferentes tipos de respostas para lidar com estes, diferentes sistemas neurais encarregam-se de cada um deles” (Ledoux, 1998, p. 116).

Ledoux (1998) priorizou o estudo do sistema cerebral do medo ou, em termos comportamentais, o sistema do comportamento defensivo. A justificativa dessa escolha baseia-se no fato de que o medo é um estado emocional difuso que pode ser experimentado conjuntamente com outras emoções e relacionar-se a uma variedade de estímulos. Além disso, associa-se a algumas psicopatologias (como as fobias e ansiedades) e se expressa semelhantemente em seres humanos e outros animais. Estudando as via neurais responsáveis pelo condicionamento do medo no homem, o autor constatou que não é necessário medo consciente para que as reações de medo ocorram. Assim, a consciência de um estado emocional não é a causa da emoção, mas trata-se de uma consequência (não necessariamente obrigatória), da ativação dos sistemas afetivos do cérebro. Dessa forma, as emoções conscientes perpassam por etapas adicionais às reações automatizadas básicas.

Ledoux (1998) propõe ainda que as experiências emocionais conscientes são produzidas a partir “uma representação consciente das atividades dos sistemas de processamento subjacentes” (p. 246). O processo subjacente concernente a essas emoções pode ser entendido em três segmentos, que transformam a reação emocional em emoção consciente: as conexões da amígdala, a excitação cortical e o feedback corporal. O esquema das emoções conscientes pode ser visto na Figura 6.

O autor explica que a amígdala projeta-se a muitas áreas corticais. Como consequência disso, uma vez ativada, ela influencia áreas corticais responsáveis pelos próprios estímulos que a estão ativando. Essa troca de informações resulta no direcionamento da atenção para estímulos emocionalmente relevantes, através da comunicação com buffers sensoriais da

memória de trabalho. Além disso, as conexões da amígdala com áreas relacionadas à memória de longo prazo ativam informações significativas relacionadas aos estímulos atuais percebidos. Através dessas conexões com o córtex cerebral, as redes emocionais da amígdala influenciam outros processos cognitivos, como a atenção, a percepção e a memória, fornecendo à memória de trabalho informações sobre a valência positiva ou negativa dos estímulos detectados.



Entretanto, apenas essa troca de conexões específicas não é suficiente para produzir sentimentos emocionais. Há também canais indiretos que transmitem efeitos inespecíficos da ativação da amígdala ao processamento cortical. Esses atuam produzindo um estado de excitação geral nas células do córtex e regiões talâmicas que alimentam o córtex. “Conquanto

grande parte do córtex seja potencialmente hipersensível a informações durante o estado de excitação, os sistemas responsáveis pelo processamento das informações são capazes de fazer melhor uso desse efeito” (Ledoux, 1998, p. 262), de modo que essa excitação potencializa o funcionamento de sistemas envolvidos na atenção, memória, percepção, emoção e solução de problemas.

O autor afirma ainda que as reações emocionais acompanham uma intensa excitação cortical, direcionando outros processos cognitivos em seu favor, o que justifica porque é difícil fazer outras atividades quando se está absorto em um estado emocional. Entretanto, cada rede emocional relaciona-se à sua própria maneira com os sistemas de excitação e com o processamento cortical. O efeito desse processo é que:

Deduções cognitivas e processos de decisão controlados pelo executivo da memória de trabalho concentram-se ativamente na situação emocionalmente excitante, na tentativa de descobrir o que está acontecendo e o que deve ser feito. Todas as demais informações que concorrem pela atenção da memória de trabalho são bloqueadas. (Ledoux, 1998, p. 265).

O elemento complementar da experiência emocional consciente é o feedback corporal. Entretanto, cabe ressaltar que a ação dos três elementos ocorre simultaneamente e não em etapas distintas. Nesse aspecto, Ledoux (1998) aproxima-se da hipótese do marcador-somático de Damásio (2005). A proposição é a de um processo de retroalimentação em que as reações autônomas, endócrinas e comportamentais geradas pela ativação da amígdala, criam sinais químicos que retornam ao cérebro como padrões de feedback somático e visceral, os quais exercem efeitos sobre o processamento de informações em estados emocionais, de modo que as sensações conscientes tornam-se mais amplas. Por conseguinte, a ativação de diferentes sistemas emocionais no cérebro, resulta em diferentes padrões de ativação somática

e visceral, os quais produzem feedbacks químicos distintos conforme o tipo de emoção experimentada. Assim, “quando todos esses sistemas funcionam em conjunto, a experiência emocional consciente é inevitável” (Ledoux, 1998, p. 270).

CAPÍTULO 5

Discussão Geral e Conclusões

Conforme afirmam Clark, Beck e Alford (1999) o status científico do modelo cognitivo depende de uma clara especificação de suas suposições teóricas. Esse trabalho teve como objetivo contribuir nesse sentido, elucidando as principais suposições teóricas concernentes à relação entre processos cognitivos e afetivos no modelo de Beck, estabelecendo relações entre essas e algumas abordagens teóricas na Filosofia e na Biologia. A tabela 5 apresenta um resumo das relações do modelo cognitivo de Beck com os demais autores abordados ao longo deste trabalho.

Inicialmente vale ressaltar que, embora possam ser traçados paralelos entre o modelo cognitivo de Beck e as abordagens teóricas consideradas, essas se desenvolveram utilizando diferentes métodos e com objetivos diversos, o que justifica as diferentes conclusões no trabalho dos autores, sem invalidar nenhum deles e sem que, por isso, eles se tornem excludentes. Por sua vez, o objetivo final do modelo cognitivo de Beck é desenvolver um sistema terapêutico que abarque o indivíduo de forma global e a cognição é a via que o autor encontrou para atingir tal objetivo.

Ao descrever os fundamentos teóricos de seu modelo, Beck cita como influências filosóficas as obras dos filósofos estoicos, de Kant e de Heidegger e Husserl. Dessas, apenas Kant é considerado neste trabalho. Isto porque, com relação ao modelo cognitivo das emoções e quanto à relação entre cognição e emoção, é possível observar também relações com outras vertentes filosóficas, as quais preconizam pelo controle (ou manejo) cognitivo das emoções e que serviram de fundamento para o desenvolvimento das vertentes filosóficas procedentes com respeito ao entendimento das emoções.

Tabela 5. Aproximações e distanciamentos entre o modelo cognitivo de Beck e os demais autores da Filosofia e da Biologia

Definições	Definição de emoções	Relação Cognição-emoção e mediação cognitiva	Múltiplas vias de resposta para as emoções	Papel adaptativo das emoções	Relação emoções-transstornos mentais	Explicações anatómico-funcionais	Relação mente-corpo
Autores							
Beck	Respostas somático-fisiológicas e sentimentos que se relacionam à atribuição de significado.	Apresenta relação e mediação	Considera: percepções, crenças, fisiologia e comportamentos	Considera	Considera	Não fornece	Dualista – integracionista.
Platão	Prazeres e desejos do corpo	Apresenta apenas a mediação	Não considera	Não considera	Não enfoca	Não fornece	Dualista
Aristóteles	Sentimentos de prazer e dor que resultam de crenças e desejos pessoais e motivam comportamentos correspondentes	Apresenta relação e mediação	Considera: desejos, expectativas, crenças e comportamentos	Considera	Não enfoca	Não fornece	Monista
Descartes	Reações causadas pela agitação dos espíritos animais, relacionadas às avaliações que a pessoa faz das situações	Apresenta relação e mediação	Considera: percepções, sentimentos e instintos	Considera	Não enfoca	Não fornece	Dualista
Kant	Reações súbitas e passageiras resultantes de sentimentos de prazer e desprazer ou inclinações de forma extremada e duradoura	Apresenta maior enfoque em mediação	Não considera claramente: enfoque em reações corpóreas e comportamentos	Não considera	Considera	Não fornece	Dualista
Darwin	Comportamentos e reações fisiológicas vestigiais que foram úteis para aliviar ou gratificar sensações em ancestrais	Não é o enfoque do trabalho de Darwin.	Considera, porém com foco principal em fisiologia e comportamento	Considera	Apresenta alguns exemplos, mas não é o enfoque do trabalho do autor.	Fornece	Monista
Neo-darwinistas	Conjunto de respostas (fisiológicas, comportamentais e cognitivas), com características vestigiais e função adaptativa	Apresentam relação e não enfocam a mediação	Consideram: fisiologia, comportamentos e cognições	Consideram	Não enfocam	Fornece	Não especificada
Damásio	Reações fisiológicas automáticas ou processo consciente que envolve estados corporais, pensamentos e alteração cognitiva	Apresenta relação e não enfoca a mediação	Considera: fisiologia, comportamentos, motivações e cognições	Considera	Não enfoca	Fornece	Monista
Ledoux	Reações fisiológicas automáticas ou processo consciente que envolve a amígdala, o córtex cerebral e feedback corporal	Apresenta relação e não enfoca a mediação	Considera: fisiologia, comportamentos, motivações e cognições	Considera	Apresenta alguns exemplos (como a ansiedade)	Fornece	Monista

Dessa forma, foram considerados para a presente discussão os filósofos Platão, Aristóteles, Descartes e Kant. Apesar de suas filosofias conduzirem a diferentes desdobramentos científicos (empiristas ou racionalistas), a relação aqui considerada diz respeito exclusivamente aos dois tópicos citados anteriormente: emoções e relação cognição-emoção. Em todos esses filósofos, é possível conceber um “embrião” da principal premissa do modelo de Beck: a ideia de que o processamento de informações afeta diretamente as emoções e comportamentos humanos e, em consequência, o enfoque no manejo cognitivo das emoções (Clark, Beck & Alford, 1999).

A filosofia platônica apresenta uma visão pejorativa das emoções, incluindo descritores moralmente negativos tais como volúpia, loucura, irascível e concupiscível para defini-las. Essa definição do filósofo marca seu enfoque sobre a razão, o qual pode ser considerado uma alusão primitiva à ideia de manejo cognitivo das emoções apresentada por Beck. Platão entendia que o homem dominado pelas paixões (emoções) teria uma vida moralmente indesejável, pois as paixões poderiam impedir a alma de raciocinar livremente e alcançar o verdadeiro entendimento, por isso a razão deveria governá-las (Platão, trad. 1999, 2000).

Apesar da semelhança dessa ideia de Platão com a noção de controle cognitivo das emoções de Beck, o entendimento deste autor é bem mais abrangente que o do filósofo. Beck defende que em estados psicopatológicos há um viés emocional desadaptado em curso, o qual domina todo o funcionamento psíquico do sujeito, de modo que sua interpretação da realidade fica prejudicada. Porém, o autor compreende que subjacente a este estado emocional desadaptado, há um perfil cognitivo de processamento de informações (os esquemas) igualmente desadaptado e que é isto o que mantém o estado psicopatológico. Dessa forma, o controle cognitivo das emoções em Beck não é defendido porque as emoções são vistas de forma pejorativa à vida moral do sujeito, mas porque as emoções disfuncionais carregam em si um padrão cognitivo também disfuncional e Beck compreende que, alterando-se o padrão

cognitivo, altera-se o padrão afetivo e comportamental (Beck, Freeman & Davis, 2005; Beck, Rush, Shaw & Emery, 1982).

Platão e Beck defendem, então, a premissa do controle da razão/cognição sobre as emoções, mas o entendimento subjacente a tal premissa é mais abrangente neste autor do que no filósofo. Em Platão as emoções, paixões e desejos têm necessariamente que ser dominados pela razão para que o homem alcance a sabedoria e viva uma vida feliz e justa. Em Beck as emoções têm que ser reestruturadas por intermédio da cognição apenas quando se configuram como sintomas psicopatológicos ou respostas desadaptadas do sujeito que as experimenta.

Outro ponto digno de nota a respeito de possíveis paralelos entre Platão e Beck é que o filósofo já esboça (mesmo que discretamente) uma ideia de sistemas psicológicos interligados quando, na transição do diálogo Fédon para República, transfere todas as instâncias psíquicas do homem (princípios racional, concupiscível e irascível) para dentro da alma e as compreende como influenciando umas às outras (Platão, trad. 1973, 2000). Não há referências de Beck concernentes a Platão no desenvolvimento de seu modelo modal e nem se pretende apontar isso aqui, pois o modelo cognitivo modal é muito mais complexo que a alma tripartite de Platão. Porém, o que se busca ressaltar é que o entendimento do funcionamento psíquico humano como envolvendo instâncias mutuamente influentes já é esboçado desde os filósofos gregos antigos.

Semelhantemente, este enfoque global do funcionamento psíquico humano também é observado na filosofia aristotélica e é retomado, posteriormente, inúmeras vezes por outros filósofos e psicólogos, fornecendo uma alusão remota à proposta modal de Beck, a qual compreende o ser humano de uma forma sistêmica. Na filosofia de Aristóteles, a compreensão do ser humano de forma sistêmica já era abordada, pois o filósofo apresentava uma visão monista, considerando todas as faculdades humanas (nutritiva, sensitiva,

desiderativa, motora, discursiva e intelectual) como componentes de um todo (Aristóteles, trad. 1978).

Este filósofo, porém, expande consideravelmente a filosofia de seu mestre Platão e concede um entendimento funcional às emoções. Com respeito às emoções, é possível estabelecer paralelos mais próximos entre as definições de Aristóteles e a noção de domínio pessoal do modelo linear de Beck. O filósofo considera as circunstâncias em que ocorrem estados emocionais ou que lhe causam como afetando, de alguma forma, diretamente a pessoa, seus entes queridos, seus princípios, valores ou objetivos, semelhantemente ao que Beck define como domínio pessoal. Segundo Beck, o domínio pessoal envolve todos os elementos que compõem o autoconceito da pessoa, como objetos materiais, relações interpessoais próximas, objetivos de vida e assim por diante, de modo que as emoções são experimentadas conforme a pessoa percebe as situações como favorecendo, prejudicando ou ameaçando seu domínio pessoal. Mas este autor enfoca mais a mediação cognitiva das emoções quando essas se apresentam de forma desadaptada, ao passo que Aristóteles as aborda em termos de virtudes ou vícios e em termos morais/éticos, sendo que os vícios, considerados todo comportamento humano excessivo, devem ser controlados por intermédio da razão e boa conduta (Aristóteles, trad. 2005; Beck, 1979, 2004).

A relação entre razão e emoção na visão monista de Aristóteles aparece de forma interativa, o que é evidente quando o filósofo afirma que as emoções causam mudanças no juízo do homem, ao mesmo tempo em que as reações emocionais dependem das avaliações que as pessoas fazem das situações que vivenciam. De forma semelhante, no modelo linear, Beck afirma que o estado psicológico experimentado durante a ocorrência de situações particulares influencia na atribuição de significado, o que por sua vez determina o tipo de emoção que a pessoa experimenta. Adicionalmente, no modelo modal, Beck entende que ambos os processos (cognitivos e afetivos) interagem mutuamente, sendo, no entanto,

direcionados por esquemas de atribuição de significado, de modo que não é possível definir relações direcionais claras entre cognição e emoção. Observa-se, dessa forma, que tanto na filosofia de Aristóteles quanto nos modelos linear e modal de Beck há interações mútuas entre razão/cognição e emoção.

Na filosofia de Descartes também é possível observar relações com o modelo cognitivo das emoções de Beck. O filósofo, assim como Platão e Aristóteles, é um adepto da ideia de controle das emoções pela razão, o que, novamente, remete à principal premissa do modelo cognitivo de Beck referente à função do sistema de processamento de informações e controle cognitivo sobre emoções. Descartes entende as emoções como incluindo componentes cognitivos (os pensamentos), comportamentais (a vontade e a ação correspondente) e fisiológicos (a ação dos espíritos animais) e considera seu papel adaptativo, pois as emoções podem motivar a alma a buscar o que é útil. No entanto, o filósofo afirma que nem sempre as emoções conduzem a alma ao que é benéfico e útil ao homem, podendo tornar-se prejudiciais. Nessas ocasiões cabe ao pensamento deliberado controlá-las e organizá-las (Descartes, 1649/1987).

Esse aspecto da filosofia de Descartes apresenta relações com os modelos linear e modal de Beck. Em ambos os modelos teóricos Beck compreende que as emoções podem ter um papel funcional na vida do sujeito e que elas foram biologicamente moldadas para conferir adaptabilidade ao ser humano. Porém, dado que os processos cognitivos subjacentes às emoções, via sistema de processamento de informações, podem estar desadaptados, as emoções podem exercer uma função desadaptativa na vida do sujeito, quando representam uma distorção da realidade. Beck defende, então, que nessas ocasiões o treino em flexibilização cognitiva é útil para retomar o equilíbrio psicológico. Isto remete à ideia cartesiana de que o pensamento deliberado é capaz de suprimir paixões inapropriadas. Ambas as abordagens teóricas coincidem, então, quanto ao entendimento de que as emoções podem

incitar comportamentos ou motivações úteis à pessoa, ressaltando que nem sempre as emoções atuam nesse sentido, podendo ser prejudiciais e necessitando de controle.

Outro paralelo possível entre o modelo cognitivo e a filosofia cartesiana refere-se à noção de Descartes que o tipo de emoção gerada em dada circunstância dependerá da avaliação que a pessoa faz a respeito da mesma, o que remete à noção de significado consciente no modelo linear de Beck, segundo o qual a atribuição de significado feita a respeito de uma situação/estímulo conduz a emoções específicas. Além disso, a filosofia cartesiana também considera que as diferentes emoções são definidas de acordo como afetam aspectos da vida da pessoa ou a alguém que lhe seja estimado ou próximo, de modo que situações avaliadas como convenientes e importantes resultam em emoções positivas e situações avaliadas como inconvenientes ou más resultam em emoções negativas, semelhantemente ao que Beck define quanto à relação entre domínio pessoal e emoções (Beck, 1979; Descartes, 1649/1987).

Ademais, algumas técnicas de reestruturação cognitiva próprias ao modelo cognitivo de Beck remetem às suposições da filosofia cartesiana de que as emoções afetam o pensamento e de que o domínio sobre as paixões pode ser adquirido mediante o emprego de juízos firmes e determinados. Descartes destaca a distração como meio de apaziguar emoções inapropriadas, técnica que também é proposta por Beck. Assim, já em Descartes pode-se notar a ideia de controle de impulsos como algo que exige esforço da razão (função que Beck atribui aos esquemas de controle), sugerindo a necessidade de algum treino (Beck, Freeman & Davis, 2005; Descartes, 1649/1987).

Entre os filósofos considerados neste trabalho, Kant é de quem Beck reconhece receber influências teóricas (Clark, Beck & Alford, 1999). Embora Beck apresente essa influência focando especialmente na noção de distúrbio mental, este trabalho procurou mostrar que ambas as teorias apresentam outros pontos de encontro, como a noção de esquemas e o

entendimento das emoções. Pode-se, inclusive, localizar o ponto de encontro inicial entre Kant e Beck na noção de esquemas, que é anterior à ideia de distúrbio mental.

Kant apresenta os esquemas como uma função da faculdade do julgamento que organiza a percepção, ou seja, alia conceitos puros do entendimento a seus respectivos representantes empíricos, permitindo ao sujeito uma noção da realidade. Dessa forma, a função de síntese realizada pelos esquemas concede significado à realidade. O filósofo aplica este entendimento tanto a conceitos concretos sobre objetos quanto a conceitos abstratos sobre a realidade em geral (Kant, 1781/1974). Beck, por sua vez, além de entender os esquemas como estruturas que fornecem significação à realidade, amplia essa noção, incluindo a função dos esquemas em relação aos demais sistemas psicológicos e, ainda, define diferentes tipos de esquemas conforme o tipo de informação que manipulam, quer sejam informações afetivas, cognitivas, motivacionais, comportamentais, fisiológicas ou de controle, abrangendo todos os sistemas do funcionamento psíquico humano (Beck, 2004; Beck, Freeman & Davis, 2005).

Assim, partindo de uma noção mais restrita em Kant, Beck amplia o entendimento dos esquemas como estruturas que direcionam o processamento de informação humano não apenas para conceitos gerais, mas abrangendo também a formação de emoções e o direcionamento de comportamentos, os quais poderiam parecer injustificáveis sem a noção de processamento idiossincrático da informação apresentada pelo modelo cognitivo. Além disso, Beck apresenta uma relação direta entre o processamento esquemático de informações e o desenvolvimento/manutenção de transtornos emocionais ou de personalidade, o que em Kant não é explícito.

Na filosofia kantiana é possível vislumbrar uma relação entre esquemas e doenças mentais por intermédio da faculdade de julgamento, a qual baliza ambos os processos. Conforme Kant, as doenças mentais são resultantes de uma falha na operação da faculdade de julgamento, o que faz com que a razão sucumba às inclinações ou paixões. Segundo o

filósofo as doenças mentais têm, assim, sua causa em uma falha no processamento mental e seu tratamento se dá por dieta mental (Kant, 1764/1993).

É possível estabelecer um paralelo entre esse aspecto da filosofia kantiana e a teoria cognitiva dos transtornos mentais de Beck. Segundo Beck, as pessoas apresentam um viés pessoal de processamento de informações característico de suas personalidades, o qual define suas respostas (cognitivas, comportamentais, emocionais ou fisiológicas) às diferentes situações vivenciadas. Esse modo particular de processar informações é definido pelos esquemas básicos pessoais, os quais podem ser adaptados ou desadaptados. Quando esquemas desadaptados se tornam preponderantes sobre outros mais adaptados, o indivíduo pode apresentar um padrão contínuo, inflexível e generalizável de percepção distorcida da realidade, típico de transtornos de personalidade. Além disso, os esquemas desadaptados também podem ativar-se circunscritamente em resposta a algumas situações, como ocorre em transtornos emocionais (Beck, 2004; Beck, Freeman & Davis, 2005; Clarck, Beck & Alford, 1999).

Observa-se, assim, que Beck apresenta um entendimento de transtornos emocionais e de personalidade com algumas semelhanças ao que Kant define por doenças mentais, sendo que a falha na faculdade de julgamento proposta pelo filósofo pode ser relacionada ao que Beck denomina processamento idiossincrático enviesado da realidade, ou seja, processamento esquemático desadaptado. Além disso, a reestruturação cognitiva proposta no modelo terapêutico de Beck pode remeter ao tratamento aos distúrbios mentais proposto por Kant – a dieta mental. No entanto, Beck aborda a relação transtornos mentais/esquemas de uma forma bem mais abrangente que o filósofo, estabelecendo uma relação clara e direta entre ambos os processos psicológicos.

Por fim, tomando por base os esquemas emocionais apresentados por Beck em seu modelo modal, é possível delinear outro ponto de encontro entre o modelo cognitivo e a filosofia de

Kant no que diz respeito ao entendimento das emoções. Para o filósofo as emoções podem enquadrar-se entre as afecções ou paixões. O direcionamento do indivíduo por suas afecções ou paixões, no entanto, é considerado por Kant como um estado doentio, o qual precisa e deve ser contornado pela razão (Kant, 1796-97/2009). Essa noção remete ao sistema de controle apresentado por Beck em sua teoria dos modos. Segundo o autor, esse sistema está envolvido em funções metacognitivas e controla os sistemas mais primitivos, entre os quais está o sistema emocional. Esse controle se dá por meio da aplicação de pensamentos flexíveis e adaptativos sobre os processos primitivos disfuncionais. Porém, diferentemente do filósofo, no modelo de Beck as emoções não devem sempre ser controladas, mas apenas em estados psicopatológicos em que os esquemas em curso estão desadaptados (Beck, 2004; Beck, Freeman & Davis, 2005).

Assim, a relação entre Beck e Kant concernente às emoções diz respeito mais à relação dessas com a cognição/razão, via sistema de controle, do que com as definições propriamente ditas. Porém uma semelhança clara nas definições de ambos os teóricos refere-se ao entendimento de que as emoções positivas impelem o sujeito a permanecer no estado em que está e as negativas o incitam a alterar seu estado. Dessa forma, em ambas as abordagens as emoções atuam no direcionamento motivacional do sujeito, podendo conduzi-lo a uma ou outra ação. Beck apresenta essa relação em sua teoria dos modos, especificamente no que diz respeito ao sistema motivacional (Beck, 2004). Além disso, tanto Kant quanto Beck consideram que as emoções podem ser favoráveis ou desfavoráveis ao sujeito, sendo que o crivo que as define de uma ou outra forma é o quanto afetam o funcionamento adequado da razão (ou o funcionamento cognitivo). Dessa forma, para ambos os autores, a razão/cognição atua como organizadora das experiências motivacionais e emocionais do sujeito seja em seu desenvolvimento, manutenção ou reestruturação.

No campo da Biologia, Beck aponta desenvolvimentos da área médica como influências teóricas ao seu modelo, além de citar as influências da abordagem evolutiva de Darwin. As contribuições do trabalho de Darwin em emoções para o modelo de Beck dizem respeito principalmente à adaptabilidade das expressões emocionais. Beck afirma que os processamentos cognitivos, afetivos e motivacionais humanos podem ter evoluído em resultado de sua capacidade de sustentar a vida e promover a reprodução (Beck, Freeman & Davis, 2005), visão que se adéqua ao conceito de adaptação em Darwin, segundo o qual a cada nova geração de indivíduos em uma espécie, a seleção natural atua promovendo pequenas adaptações dos indivíduos ao seu contexto, de modo que as novas gerações são sempre mais adaptadas que as gerações anteriores (Bizzo, 2007). Dentre essas pequenas adaptações evolutivas, enquadram-se a adaptação do sistema nervoso e suas respectivas funções afetivas, cognitivas e comportamentais.

Como foi demonstrado pelo trabalho de Darwin e seus predecessores, nem sempre a adaptabilidade de um comportamento ancestral se mantém nos contextos atuais. Segundo o princípio darwinista dos hábitos associados úteis, alguns comportamentos emocionais se mantêm ao longo das espécies não porque sejam úteis na atualidade, mas porque foram úteis a ancestrais e são mantidos pela força do hábito e da associação (Darwin, 1872/2000). Este entendimento fornece um embasamento teórico consistente para algumas respostas emocionais inadequadas observadas em estados psicopatológicos. Beck, Freeman e Davis (2005) afirmam que as “estratégias. . . nem sempre se ajustam ao nicho atual de uma sociedade . . . com sua organização cultural e social especializada. Um mau ajuste pode ser um fator de desenvolvimento de comportamento que diagnosticamos como transtornos de personalidade” (p. 32) . Por isso, no modelo cognitivo considera-se que estratégias básicas de sobrevivência da espécie, como as de vinculação ou ataque, devem ser analisadas em termos de seus antecedentes evolutivos e, quando desadaptadas, atuam no desenvolvimento de

transtornos de personalidade ou emocionais, podendo ser reestruturadas por intermédio da cognição.

O aspecto aprendido das respostas emocionais, ou seja, o papel contextual/social das emoções, também preconizado pelo princípio darwinista dos hábitos associados úteis, é outro aspecto da teoria evolutiva que apresenta relações com premissas do modelo cognitivo. Segundo a teoria darwinista, algumas respostas emocionais são fixadas em indivíduos de uma espécie através de treino e associação, ou seja, alguma tendência a determinadas ações geneticamente herdada (como respostas comportamentais ou expressões físicas de emoções) associa-se a outras ações, sensações ou estados emocionais que lhe ocorrem sequencialmente e, dessa forma, se fixam como um padrão de resposta emocional típico a tais situações e a outras situações semelhantes, de modo que sempre que a situação ocorra, a resposta correspondente também ocorra (Darwin, 1872/2000).

Beck compartilha deste entendimento. Segundo o autor, os sintomas afetivos têm que ser encarados tanto em um contexto social, que envolva as relações interpessoais significativas da pessoa, assim como a partir de uma perspectiva cognitiva que forneça o significado de suas experiências. Assim, segundo o modelo cognitivo das emoções, uma resposta emocional só é compreendida se analisarmos o contexto de sua formação e desenvolvimento naquele indivíduo que a vivencia (Beck, Freeman & Davis, 2005; Clark, Beck & Alford, 1999). A contribuição da teoria evolutiva ao modelo de Beck nesse sentido pode se dar a partir da compreensão darwinista de que essa resposta emocional aprendida pode ser parcialmente suprimida por vontade deliberada (Darwin, 1872/2000), caso em que o controle cognitivo seria eficiente e em que a atribuição de significado poderia exercer papel significativo.

Além disso, a respeito de manifestações psicossomáticas, Beck (1979) afirma que o sistema corporal que é ativado “não é necessariamente previsível com base no tipo de emoção que é estimulada (por exemplo, se ela é ansiedade ou raiva), mas ele parece ser uma reação

característica de um dado indivíduo: dependendo de qual sistema fisiológico é super-reativo” (p. 193). Esta hipótese beckniana pode ser compreendida à luz do terceiro princípio darwinista, segundo o qual a resposta emocional resultante da estimulação do sistema nervoso pode ser manifestar pelas vias mais habituais de resposta, ou seja, Darwin alia as respostas emocionais automáticas à história de aprendizagem de indivíduos de uma espécie.

Segundo Darwin a expressão das emoções nos homens e nos animais não se desenvolveu evolutivamente com o fim específico de comunicação entre os membros da espécie, mas essa comunicação acaba ocorrendo em algumas situações, por exemplo, quando emoções contrárias são expressas por intermédio do princípio da antítese (Darwin, 1872/2000). Este aspecto comunicativo das emoções também é considerado na perspectiva de Beck, especialmente quando comunicam que o funcionamento do indivíduo não se encontra adaptado à sua realidade. A esse respeito, Beck afirma que uma reação emocional exagerada sempre comunica um processamento cognitivo desadaptado subjacente, o qual pode ser reestruturado, adequando-se à realidade (Beck, Freeman & Davis, 2005; Clarck, Beck & Alford, 1999).

Apesar de focar a expressão facial de emoções, Darwin considera, em suas descrições, múltiplas vias de resposta para emoção (sensações físicas, pensamentos, consciência, movimentos, secreções hormonais), o que pode ser considerado uma alusão biológica inicial à perspectiva de múltiplos sistemas influentes, como proposto no modelo modal de Beck. Porém, como os objetivos dos trabalhos de ambos os autores são diferentes, eles conduziram a metodologias e conclusões também diferentes. Mas o trabalho de Darwin fundamenta fortemente o trabalho de Beck, especialmente com relação às funções adaptativas dos comportamentos e reações humanas, entre os quais se incluem as emoções, pois todo o desenvolvimento da terapia cognitiva de Beck tem por objetivo final conduzir o sujeito a

formas mais adaptativas de pensar, sentir e agir (Beck, Freeman & Davis, 2005; Clark & Beck, 2010).

Os trabalhos subsequentes na perspectiva evolutiva incrementam a noção de adaptabilidade, aproximando-se ainda mais da perspectiva de Beck ao considerarem de forma clara a função comunicativa das emoções. Segundo o pressuposto da adaptação secundária, as emoções têm sua função adaptativa transformada ao contexto atual humano, o que justifica sua função na comunicação (Griffiths, 1997). Essa mudança de perspectiva permite compreender melhor como as emoções funcionam no homem atual e é uma compreensão útil em processos terapêuticos, nos quais se busca compreender os erros sistemáticos subjacentes a estados emocionais desadaptados, como ocorre na terapia cognitiva (Beck, Freeman & Davis, 2005).

Além disso, outro aspecto da teoria evolutiva das emoções melhor esclarecido por teóricos neodarwinistas e que apresenta relação com o modelo de Beck, refere-se à noção de que uma resposta emocional, por ter história evolutiva, não é exclusivamente uma herança genética, mas uma conjunção entre a herança genética e o desenvolvimento do organismo em dado ambiente (Griffiths, 1997). Beck, Freeman e Davis (2005) afirmam que o desenvolvimento de programas comportamentais, cognitivos ou afetivos em humanos “depende, frequentemente, da interação entre as estruturas geneticamente determinadas e a experiência” (p. 32) e um mau ajuste contextual desses programas pode ser um fator de adoecimento psicológico.

Todavia, as abordagens evolutivas neodarwinistas parecem ampliar a perspectiva de Beck com respeito à noção das emoções como “mecanismos de orquestração” que coordenam diversas outras funções adaptativas (Oliva, et al., 2006; Cagnin, 2008). Embora o modelo modal de Beck inclua todos os sistemas psicológicos em interação mútua, o autor concede a função “orquestrativa” ao sistema cognitivo, especificamente ao sistema de controle (Beck, Freeman & Davis, 2005; Clarck, Beck & Alford, 1999).

Por sua vez, as neurociências cognitivas aproximam-se mais da noção de emoções como “mecanismos de orquestração”. Damásio e Ledoux consideram que as emoções são processos mentais aliados aos mais altos processos cognitivos humanos, de modo que podem atuar na comunicação interpessoal e na orientação cognitiva. Ambos os autores apresentam duas categorias de emoções: as emoções automáticas e as emoções conscientes. No primeiro caso, as emoções consistem em respostas comportamentais e fisiológicas padronizadas e automáticas desencadeadas diante de estímulos potencialmente alarmantes. No segundo caso, as emoções são relacionadas aos processos avaliativos conscientes das situações vivenciadas pelo indivíduo, de modo que essas emoções se constituem em respostas idiossincráticas (Damásio, 2005; Ledoux, 1998).

É possível estabelecer um paralelo entre as definições de emoções de Damásio e Ledoux e a premissa do modelo cognitivo de Beck que define duas orientações para o sistema de processamento de informações. Segundo essa premissa, o sistema de processamento de informações atua em dois níveis: primal e secundário. Em nível primal, o sistema de processamento de informações é envolvido em tarefas cruciais à sobrevivência do organismo, de modo que todo o processamento dos sistemas psicológicos (afetivos, cognitivos, motivacionais, comportamentais e fisiológicos) acontece de forma automática e pré-consciente. Por outro lado, em um nível secundário, o sistema de processamento de informações está vinculado a objetivos pessoais produtivos e aspirações próprias ao contexto social do indivíduo, de modo que o processamento dos sistemas psicológicos ocorre de forma voluntária e mais elaborada (Clark, Beck & Alford, 1999). Isto implica dizer que, como um componente relacionado ao sistema de processamento de informações, o sistema emocional também atua nesses dois níveis de processamento, primal e automático ou secundário e consciente, assim como proposto pelos teóricos das neurociências supracitados.

Uma premissa chave do modelo cognitivo das emoções que é corroborada pelos autores das neurociências cognitivas diz respeito à relação das emoções com processos cognitivos conscientes. Tanto no modelo linear quanto no modelo modal, Beck define que as emoções são dependentes de processos conscientes de interpretação e atribuição de significado à realidade, de modo que cada estado emocional contém uma base cognitiva específica (hipótese da especificidade do conteúdo cognitivo) (Beck, 1979; Beck & Alford, 2000; Clark, Beck & Alford, 1999). Essa premissa é sustentada pela noção de emoções secundárias em Damásio e emoções conscientes em Ledoux.

Segundo Damásio, as emoções secundárias dependem de um processo avaliativo prévio – as disposições adquiridas – que envolve uma combinação de conhecimentos sobre como certas situações foram relacionadas a certos estados emocionais na experiência do indivíduo e, ao mesmo tempo em que as emoções são afetadas por essa avaliação consciente, elas também afetam o estilo e eficiência do processamento cognitivo (Damásio, 2005). Para Ledoux as emoções conscientes são resultantes de etapas adicionais das emoções básicas, ou seja, elas dependem de uma comunicação entre as redes neurais ativas durante as emoções automatizadas (especificamente estruturas límbicas) e redes neurais relacionadas a outros processos cognitivos como a memória e a atenção (especialmente estruturas do córtex frontal). O autor propõe ainda que da mesma forma que processos cognitivos afetam as emoções eles são afetados e alterados por elas (Ledoux, 1998). Dessa forma, a noção de disposições adquiridas em Damásio e as redes neurais de processos cognitivos na definição de emoções conscientes de Ledoux confirmam a hipótese da especificidade do conteúdo cognitivo de Beck. A diferença é que os autores das neurociências cognitivas mostram como essa relação (emoção-cognição) se dá na estrutura cerebral.

A função adaptativa das emoções, isto é, a função de direcionar o indivíduo a determinadas ações com valor de sobrevivência, é outro aspecto comum entre Beck, Damásio

e Ledoux. Esses autores afirmam que as emoções representam padrões de respostas comportamentais e fisiológicas que foram úteis para manter o organismo vivo em gerações ancestrais. Porém, assim como Beck, Damásio e Ledoux afirmam que as pistas fornecidas pelas emoções nem sempre serão adaptadas ao contexto atual do indivíduo, sendo que em algumas circunstâncias sua influência pode suplantar fatos objetivos ou sobrecarregar outros processos cognitivos. Nessas circunstâncias, Beck afirma ser necessário reduzir o estado emocional primeiro (através de técnicas cognitivas e afetivas), para depois se elucidar o processo cognitivo desadaptado subjacente (Beck, Freeman & Davis, 2005), porém tal aspecto não é o enfoque dos trabalhos de Damásio e Ledoux.

Outra relação entre os três autores diz respeito ao processamento paralelo da informação. Todos consideram múltiplas e simultâneas vias de resposta aos sistemas psicológicos (cognitivos, afetivos, comportamentais e fisiológicos). Entretanto, Beck fornece evidência especial ao sistema cognitivo ao afirmar que todos os outros processos psicológicos são explicados por meio de conceitos cognitivos (Beck & Alford, 2000), tese que não é defendida por Damásio e Ledoux. Esses autores consideram que os sistemas emocionais e cognitivos funcionam igualmente na rede neurológica, de modo que as emoções podem tanto guiar ou alterar processos cognitivos superiores, quanto ser guiadas e alteradas por eles (Damásio, 2005; Ledoux, 1998). Esse parece ser um aspecto que amplia o modelo cognitivo modal.

Contudo, a principal contribuição dos estudos das neurociências cognitivas ao modelo cognitivo de Beck pode ser extraída das explicações anatômico-funcionais que Damásio e Ledoux fornecem à interação entre processos afetivos e cognitivos. Em concordância com a perspectiva modal de Beck, esses autores compreendem que os sistemas psicológicos são interativos, de modo que o estudo detalhado de um deles, também contribui para a compreensão dos demais. Entretanto, os resultados de suas pesquisas com sujeitos humanos e animais demonstram que as redes neurais atuantes em diferentes funções psicológicas (como

atividades emocionais, atividades de tomada de decisão, atividades de memória, etc.) atuam de forma mais interativa e bidirecional do que proposto pelo modelo modal de Beck.

Como exemplo deste argumento, a relação entre o sistema de processamento de informações e o sistema emocional proposto por Beck pode ser compreendida em termos neuroquímicos e funcionais como preconizam os teóricos das neurociências cognitivas. Ledoux define que as conexões diretas e indiretas da amígdala com áreas corticais relacionadas à atenção, memória de longo prazo e buffers sensoriais da memória de trabalho ativam informações significativas relacionadas aos estímulos atuais percebidos, fornecendo ao executivo central da memória de trabalho informações sobre a valência positiva ou negativa dos estímulos detectados (Ledoux, 1998). Tais informações significativas ativadas podem estar relacionadas ao processo de significação pessoal conferida a algum evento, defendida por Beck em seus modelos linear e modal.

Da mesma forma, Damásio define que as emoções conscientes se iniciam a partir da ativação da maquinaria das emoções automáticas – a rede do sistema límbico – a qual afeta o processamento pré-frontal. Este reenvia sinais à amígdala e ao cíngulo anterior, que desencadeiam um processo de resposta via Sistema Nervoso Autônomo (SNA) atingindo todo o organismo. Adicionalmente, os núcleos neurotransmissores do tronco cerebral também são ativados, constituindo uma via paralela da resposta que atua sobre o estilo e a eficiência dos processos cognitivos. O autor conclui, assim, que parece existir um elo de ligação, tanto em termos anatômicos quanto funcionais, entre emoções, cognições e fisiologia. Sua proposta é a de que as emoções parecem depender de um sistema neural com componentes que também atuam na regulação biológica, ao passo em que os processos cognitivos dependem de sistemas cerebrais específicos, alguns dos quais também processam emoções (Damásio, 2005). Esse entendimento também pode fornecer uma base empírica para a relação entre cognição e

emoção proposta por Beck e amplia a direção da interação entre os sistemas do modelo modal.

A diferença nos resultados dos estudos dos três autores pode ser justificada por diferenças em seus métodos de pesquisa e também por uma diferença no enfoque conceitual que cada um segue. Damásio afirma que no que concerne à consciência, pode-se buscar compreendê-la para então compreender as experiências emocionais subjetivas, ou pode-se fazer o processo inverso, cujo caminho este autor e Ledoux percorrem. Beck, por outro lado, parte da cognição consciente para compreender as emoções e comportamentos. Apesar disso, é possível conceber uma aproximação favorável entre suas teorias.

Um tópico final digno de nota para essa discussão refere-se à proposta de aproximações do modelo cognitivo das emoções de Beck com outros modelos teóricos que divergem quanto aos posicionamentos da relação mente-corpo, isto é, alguns modelos teóricos preconizam pelo monismo e outros pelo dualismo. Segundo Bunge (1980), “em resumo, há dois gêneros principais de soluções do problema mente–corpo a serem conhecidos, o *monismo psicofísico* e o *dualismo psicofísico*. E cada um desses grupos abrange pelo menos cinco doutrinas diferentes” (p. 2). Considerando de forma geral a filosofia dualista defende a separação entre corpo e mente, ao passo que a filosofia monista defende a união entre ambos.

Os pressupostos das filosofias dualistas envolvem noções como: corpo e mente são independentes; corpo e mente são paralelos ou sincrônicos (p. ex.: filosofias paralelistas e teóricos gestaltistas); o físico afeta/causa o mental (p. ex.: filosofias epifenomenalistas); o mental afeta/causa/controla o físico (p. ex.: filosofias animistas, como Platão e Freud); o corpo e a mente interagem (p. ex.: filosofias interacionistas, como Descartes e Beck). Por sua vez, as vertentes filosóficas defensoras do monismo são apoiadas nas seguintes premissas: tudo é mental (p. ex.: filosofias idealistas e fenomenalistas); corpo e mente são manifestações de uma única entidade (p. ex.: monismo neutro, como Spinoza); nada é mental, tudo é físico

(p. ex.: filosofias materialistas e behavioristas); o mental é físico (p. ex.: materialismo fisicalista ou reduutivo); o mental é um conjunto de atividades cerebrais emergentes (p. ex.: teoria evolutiva de Darwin e teorias neurocientíficas) (para maiores informações ver Bunge, 1980).

Sem adentrar em uma longa discussão a respeito da questão mente-corpo, a qual não constitui o objetivo direto deste trabalho, cabe ressaltar os posicionamentos dos teóricos abordados. Assim, entre os filósofos, os defensores do dualismo são Platão, Descartes e Kant, ao passo que Aristóteles constitui-se como defensor do monismo. Por outro lado, embora nas obras abordadas de Darwin, Damásio e Ledoux não haja posicionamentos claros a este respeito, tomando as definições do Bunge (1980), esses teóricos podem enquadrar-se como monistas, uma vez que definem que as funções mentais (emoções, pensamentos, raciocínio, etc.), por mais requintadas que sejam, constituem-se como atividades neurofisiológicas, ou seja, os processos mentais são processos biológicos tanto quanto os corporais. O posicionamento dos neo-darwinistas quanto à questão mente-corpo não foi especificado, uma vez que foram considerados poucos autores e teorias.

O principal autor deste estudo, Aaron T. Beck (1979), embora faça constante menção à relação entre mente e corpo em suas obras, não apresenta uma discussão epistemológica detalhada a respeito. Porém, ao considerar o tema da psicossomática, Beck (1979) posiciona-se como dualista-interacionista, preconizando que tanto a mente e quanto o corpo existem e que um influencia o outro. Conforme o autor:

Esse modelo é mais adequado que outras soluções para o problema mente-corpo na explicação da observação clínica. Como exemplo, apenas o modelo interativo pode abranger e organizar relações significativas entre dados tais como estimulação emocional, lesões físicas observáveis, melhora da

lesão a partir de tratamento psicológico e o alívio de estresse emocional pelo uso de drogas sedativas. (Beck, 1979, p. 189).

Essa visão é apresentada no modelo linear (Beck, 1979) e é retomada e aprimorada no modelo modal quando Beck (2004) apresenta os argumentos que sustentam seu novo modelo, dentre os quais se incluem a melhora dos sintomas tanto por medicamentos quanto por psicoterapia; a evidência de vieses esquemáticos relacionados a sintomas fisiológicos, emocionais e padrões de personalidade; e a multiplicidade de sintomas relacionados (cognitivos, afetivos, motivacionais e comportamentais).

Assim é clara relação de Beck com os filósofos dualistas e o diálogo do modelo cognitivo com a filosofia cartesiana, quanto ao entendimento das emoções e da relação cognição-emoção e, principalmente, com a filosofia kantiana, com respeito à noção de esquemas, transtornos mentais e relação cognição-emoção. Contudo, o desenvolvimento deste trabalho sugere que o modelo cognitivo de Beck também apresenta aproximações com teóricos monistas, como Aristóteles no que concerne às definições de emoções e relação cognição-emoção, Darwin e neo-darwinistas, quanto à noção de adaptabilidade das emoções e, adicionalmente, são sugeridas algumas aproximações com Damásio e Ledoux para o esclarecimento da interação entre cognição e emoção em termos do funcionamento neurológico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De forma geral, observa-se ao longo deste trabalho, que as abordagens filosóficas consideradas sustentam a principal premissa do modelo cognitivo – a centralidade da cognição – ao passo que as abordagens evolutivas justificam a compreensão da psicologia humana em termos adaptados ou desadaptados, o que é nítido em toda a terapêutica cognitiva de Beck. As abordagens das neurociências cognitivas, por outro lado, apresentam outro tipo de contribuição ao modelo de Beck. Mais do que sustentar suas principais premissas, essas abordagens podem fornecer um substrato empírico (com base na anatomia e no funcionamento neuroquímico do cérebro) aos principais conceitos da teoria de Beck, o que pode contribuir para reposicionar todos os sistemas psicológicos no funcionamento global do indivíduo, fornecendo um papel informativo e orientativo também às emoções e incorporando o entendimento de que o elo de ligação entre emoção e cognição e entre essas e o corpo não se dá apenas funcionalmente, mas também em termos anatômicos e neuroquímicos.

Estudos adicionais devem ser realizados para sustentar tal proposta. Porém, é possível supor que, de fato, as neurociências cognitivas e o modelo cognitivo de Beck têm muito em comum e uma aproximação entre esses modelos teóricos podem favorecer a compreensão futura da psicologia humana, especialmente de processos complexos como a relação entre os sistemas cognitivos e afetivos.

Quanto às questões que motivaram o desenvolvimento deste trabalho, conclui-se que o modelo cognitivo de Beck foi desenvolvido aliando resultados de sua prática clínica a uma base teórica consistente, a qual se relaciona com conceitos e definições de diferentes áreas do conhecimento. O status atual do modelo cognitivo é o de uma abordagem global da psicologia humana, que busca compreender os processos psicológicos normais e patológicos em um continuum e em interação mútua. Por fim, o desenvolvimento futuro do modelo de Beck pode estar relacionado a aproximações com dados advindos de pesquisas neurocientíficas.

Claramente este trabalho não esgota as possibilidades de compreensão do modelo cognitivo de Beck. Diversas outras pesquisas, tanto teóricas quanto empíricas, devem ser empreendidas visando o desenvolvimento da teoria e da terapia cognitiva. O recorte apresentado por este estudo visou mostrar apenas alguns paralelos entre modelo de Beck, especialmente no que tange ao sistema emocional, e outras abordagens teóricas que também se empenham no estudo da relação entre cognição e emoção. Especificamente, sugere-se o desenvolvimento de pesquisas que aproximem diferentes abordagens de terapia cognitiva, como o modelo cognitivo de Beck, às pesquisas básicas em Psicologia Cognitiva e Neurociências, a fim de acrescentar arcabouço empírico experimental a essas abordagens terapêuticas.

Ao fim desta revisão, conclui-se que as emoções não são reações puramente intuitivas que prescindem de especificações teóricas ou avaliações empíricas. Ao contrário, o sistema afetivo estabelece relações complexas com os demais sistemas psicológicos humanos, resultando em variados modos de reação, desde os mais primitivos aos mais elaborados, o que justifica que este constructo receba atenção no âmbito das pesquisas e teorias psicológicas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aristóteles (1978). *Acerca del alma* (Biblioteca Básica Gredos). Madrid: Editorial Gredos. (Original publicado no século IV a.C.).
- Aristóteles (2005). Retórica. In M. A. Júnior, P. F. Alberto, A. do N. Pena (Trad.) & A. P. Mesquita (Ed.), *Obras completas de Aristóteles* (2º ed. Ver.). Lisboa: Imprensa Nacional-Casa de Moeda. Acesso em 03 de outubro de 2009, disponível em <http://www.obrasdearistoteles.net>. (Original publicado no século IV a.C.).
- Bear, M. F., Connors, B. W. & Paradiso, M. A. (2002). Mecanismos da emoção no encéfalo. In C. Dalmaz (Trad. do capítulo), *Neurociências: Desvendando o sistema nervoso* (cap. 18, pp. 581-605). Porto Alegre: Artmed.
- Beck, A. T. (1979). Meaning and emotions. In *Cognitive therapy and the emotional disorders* (chap. 3, pp. 47-75). New York: A Meridian Book.
- Beck, A. T. (1979). Mind over body: Pshychosomatic disorders and hysteria. In *Cognitive therapy and emotional disorders* (chap. 8, pp. 186-212). New York: A Meridian Book.
- Beck, A. T. (2004). Além da crença: Uma teoria de *modos*, personalidade e psicopatologia. In P. M. Salkovskis (Ed.) & A. M. Serra (organizadora da tradução brasileira), *Fronteiras de terapia cognitiva* (cap. 1, pp. 21-40). São Paulo: Casa do Psicólogo. (Original publicado em 1996).
- Beck, A. T. & Alford, B. A. (2000). *O poder integrador da terapia cognitiva*. Porto Alegre: Artmed.
- Beck, A.T., Freeman, A., Davis, D. D. (2005). Teoria dos transtornos da personalidade. In M. A. V. Veronese (Trad.), *Terapia cognitiva dos transtornos da personalidade* (cap. 2, pp. 31-57). São Paulo: Artmed.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F. & Emery, G. (1982). *Terapia cognitiva da depressão*. Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- Bizzo, N. (2007). Darwin e o fim da adaptação perfeita dos seres vivos: a superação da visão teológica de Paley e o princípio da divergência. *Filosofia e História da Biologia*, 2, 351-367.
- Bunge, M. A. (1980). The mind-body problem (chap. 1, pp. 1-22). In *The mind-body problem: A psychobiological approach*. Acesso em 28 de setembro de 2011, disponível em <http://scotty.ffclrp.usp.br/topicos/capitulo01.pdf>
- Cagnin, S. (2008). Algumas contribuições das neurociências para o estudo da relação entre o afeto e a cognição. *Estudos e Pesquisas em Psicologia, UERJ, RJ*, 8(2), 473-504. Acesso em 12 de junho de 2009, disponível em <http://www.revispsi.uerj.br>
- Câmara, F. P. (2010). *Variabilidade e adaptação: As bases genéticas da teoria da evolução*. Acesso em 28 de setembro de 2001, disponível em: www.microbiologia.ufrj.br/docs/evolucao_e_genetica.doc

- Campos, M, Greik, M. & Do Vale, T. (2002). História da ética. *CienteFico, II(I)*. Acesso em 07 de março de 2010, disponível em http://www.ricardoalmeida.adm.br/Historia_da_Etica.pdf
- Castañeda, L. A. (1994). As idéias de herança de Darwin: Suas explicações e sua importância. In *Revista da SBHC, 11*, 67-73. Acesso em 21 de setembro de 2011, disponível em: http://www.mast.br/arquivos_sbhc/95.pdf
- Clarck, D. A., Beck, A. T. & Alford, B. A. (1999). *Scientific foundations of cognitive theory and therapy of depression*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Clarck, D. A. & Beck, A. T (2010). Cognitive theory and therapy of anxiety and depression: Convergence with neurobiological findings. *Trends in Cognitive Sciences, 14*, 418-424.
- Cobra, R. Q. (1997). *Vida, filosofia e obras de Immanuel Kant*. Acesso em 14 de agosto de 2010, disponível em: <http://www.cobra.pages.nom.br/fmp-kant.html>
- Cozby, P. C. (2003). *Métodos de pesquisa em ciência do comportamento*. São Paulo: Atlas.
- Darwin, C. (2000). *A expressão das emoções no homem e nos animais* (2º Reimpressão). São Paulo: Companhia das letras. (Original publicado em 1872).
- Damásio, A. R. (2001). Fundamental feelings. *Nature, 413*. Acesso em 21 de julho de 2009, disponível em: <http://www.wheaton.edu/psychology/undergrad/faculty/phinney/Psy772Readings2006/Damasio2001Nature.pdf>
- Damásio, A. R. (2005). *O erro de Descartes: Emoção, razão e o cérebro humano* (2º ed.). São Paulo: Companhia das letras.
- Deleuze, G. (1987). *A Filosofia crítica de Kant* (Edições 70). Acesso em 08 de agosto de 2010, disponível em: <http://scholar.google.com>
- Descartes, R. (1987). As paixões da alma. In J. Guinsburg & B. P. Júnior (Trad.), *Descartes: Vida e obra* [Os pensadores (vol. 1, 4º ed., pp. 77-154)]. São Paulo: Nova Cultural. (Original publicado em 1649).
- Espiridião-Antônio, V., Majeski-Colombo, M., Toledo-Monteverde, D., Moraes-Martins, G., Fernandes, J. J., Assis, M. B. & Siqueira-Batista, R. (2008). Neurobiologia das emoções. *Revista Psiquiatria Clínica, 35(2)*, 55-65. Acesso em 23 de agosto de 2009, disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rpc/v35n2/a03v35n2.pdf>
- Ferrari, A. T. (1982). *Metodologia da pesquisa científica*. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil.
- Frigda, N. H. (2008). The psychologist's point of view. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of Emotions* (3º ed., cap. 5, pp. 68-87). New York: Oxford University Press.
- Granger, G-G. (1987). Introdução. In J. Guinsburg & B. P. Júnior (Trad.), *Descartes: Vida e obra* (Os pensadores, vol. 1, 4º ed.). São Paulo: Nova Cultural.
- Guilhardi, H. J. (2007). *Conceituação de sentimentos*. Acesso em 11 de março de 2010, disponível em <http://www.terapiaporcontingencias.com.br/textos.php>

- Griffiths, P. E. (1997). The psychoevolutionary approach to emotion. In *What emotions really are: The problem of psychological categories* (cap. 3, pp. 44-76). Chicago and London: The University of Chicago Press.
- Izard, C. E. (2009). Emotion theory and research: highlights, unanswered questions, and emerging issues. *Annual Review of Psychology*, 60, 1-25.
- James, W. (1884). What is an emotion? *Mind*, 9, 188-205.
- Kant, I. (s.d.). *Crítica da razão pura* (versão eletrônica do livro). Acesso em 23 de setembro de 2010, disponível em: <http://www.dominiopublico.gov.br> (Original publicado em 1781).
- Kant, I. (1974). *Crítica da razão pura e outros textos filosóficos*. In V. Rohden (Trad.) & V. Civita (Ed.), *Os Pensadores* (XXV, 1º ed.). São Paulo: Abril Cultural. (Original publicado em 1781).
- Kant, I. (1993). *Ensaio sobre as doenças mentais*. São Paulo: Papirus. (Original publicado em 1764).
- Kant (2009). *Antropologia de um ponto de vista pragmático* (Coleção Biblioteca Pólen). São Paulo: Editora Iluminuras Ltda. (Original publicado em 1796-97).
- Lakatos, E. M., & Marconi, M. de A. (1991). *Metodologia científica*. São Paulo: Atlas.
- Lazarus, R. S. (1984). On the primacy of cognition. *American Psychologist*, 39, 124-129.
- Ledoux, J. (1998). *O cérebro emocional: Os misteriosos alicerces da vida emocional*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Lopes, R. G. & Vasconcelos, S. (2008). Implicações de teoria da evolução para a psicologia: a perspectiva da psicologia evolucionista. *Estudos de Psicologia, Campinas*, 25(1), 123-130.
- Lyons, W. (2000). The philosophy of cognition and emotion. In T. Dalgleish & M. J. Power (Eds.), *Handbook of cognition and emotion* (cap 2, pp. 21-44). Chichester: John Wiley.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., Salovey, P. & Sitarenios, G. (2001). Emotional intelligence as a standard intelligence. *Emotion*, 1(3), 232-242.
- Mayer, J. D. & Caruso, D. R. (2008). Emotional intelligence: new ability or eclectic traits? *American Psychologist*, 6(63), 503-517.
- Mischel, W. & Shoda, Y. (1995). A cognitive-affective system theory of personality: reconceptualizing the invariances in personality and the role of situations. *Psychological Review*, 102(2), 246-268. Acesso em 04 de dezembro de 2009, disponível em http://departamento.us.es/personalidad/doc/art_mischel.pdf
- Neubern, M. da S. (2001). O reconhecimento das emoções no cenário da psicologia: implicações epistemológicas e reflexões críticas. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 21(2),

- 62-73. Acesso em 09 de novembro de 2009, disponível em http://pepsic.bvs-psi.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141498932001000200008&lng=pt&nrm=iso. ISSN 1414-9893
- Oliva, A. D., Otta, E., Ribeiro, F. L., Bussab, V. S. R., Lopes, F. de A., Yamamoto, M. E. & Moura, M. L. S. (2006). Razão, emoção e ação em cena: A mente humana sob um olhar evolucionista. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 22(1), 53-62. Acesso em 03 de abril de 2009, disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-37722006000100007&script=sci_arttext&lng=pt
- Oliveira, R. B., Campos, L. M. A. & Borges, H. E. (2004). *Bases biológicas das emoções e afetos, sua relação com o processo cognitivo e com a modelagem de agentes de software cognitivos*. Acesso em 03 novembro de 2009, disponível em <http://www.lsi.cefetmg.br/publicacoes/files/Sbrn2004-3666-Oliveira.pdf>
- Panksepp, J. (2008). The affective brain and core consciousness: How does neural activity generate emotional feelings? In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of Emotions* (3º ed., cap. 4, pp. 47-67). New York: Oxford University Press.
- Peters, K. D., Constans, J. I. & Mathews, A. (2011). Experimental modification of attribution processes. *Journal of Abnormal Psychology*, 120, 168-173.
- Platão. (1973). *A República* [Clássicos Garnier (1º vol., 2º ed.)]. São Paulo: Difusão Européia do Livro. (Original publicado entre os séculos IV e V a.C.).
- Platão (1999). Fédon ou da alma. In J. Florido (Ed. e Trad.), *Diálogos* (pp. 115-190). São Paulo: Editora Nova Cultural. (Original publicado entre os séculos IV e V a.C.).
- Platão. (2000). A República. In C. A. Nunes (Trad.), *Diálogos* (3º ed. rev.). Belém: EDUFPA. (Original publicado entre os séculos IV e V a.C.).
- Power, M. & Dalgleish, T. (1997). Introduction. In *Cognition and emotion: From order to disorder* (chap. 1, pp. 1-13). Hove and New York: Psychology Press.
- Power, M. & Dalgleish, T. (1997). The cognitive philosophy of emotion. In *Cognition and emotion: From order to disorder* (chap. 2, pp. 17-64). Hove and New York: Psychology Press.
- Robinson, T. M. (2007). República. In M. Marques (trad.), *A psicologia de Platão* (cap. terceiro, pp. 73-98). São Paulo: Edições Loyola.
- Salkovskis, P. M. (2005). Terapia cognitiva e Aaron T. Beck. In P. M. Salkovskis (Ed.) & A. M. Serra (organizadora da tradução brasileira), *Fronteiras de terapia cognitiva* (epílogo, pp. 455-460). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Skinner, B. F. (1991). O lugar do sentimento na análise do comportamento. In A. L. Neci (Trad.), *Questões recentes na análise comportamental* (cap. 1, pp. 13-24). Campinas, SP: Papirus.
- Solomon, R. C. (2004). The philosophy of the emotions. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of Emotions* (cap. 1, pp. 3-15). New York: Oxford University Press.

- Venâncio, E. T., Rios, E. R. V., Sousa, F. C. F., Vasconcelos, S. M. M., Viana, G. S. B. & Fonteles, M. M. F. (2008). Neurobiologia das emoções e principais alvos farmacológicos: foco sobre medo e ansiedade. *Revista Eletrônica Pesquisa Médica*, 2(2), 18-26. Acesso em 16 de março de 2010, disponível em www.fisfar.ufc.br/pesmed
- Zajonc, R. B. (1984). On the primacy of affect. *American Psychologist*, 39, 117-123.