

A CAIXA DE COSTURA DAS TERAPIAS COGNITIVO-COMPORTAMENTAIS

O QUE HOJE NOS É APRESENTADO SOB O nome de terapias cognitivo-comportamentais (TCC) compõe, na verdade, uma caixa de costura, uma mescla de práticas de controle social e de adaptação à realidade, a respeito das quais devemos nos perguntar qual é o fator comum que as reúne em sua diversidade. Declarando-se em ruptura com a caixa preta do comportamentalismo de Watson – a *black box* dos processos psíquicos não observáveis que existiriam entre o estímulo e a resposta –, o cognitivismo julgou encontrar um novo objeto de estudo em seu interior: a cognição entendida como um processamento de informações. Isso daria, supostamente, a condição de ciência às práticas agrupadas sob tal sigla. O que encontramos, no entanto, é uma dispersão de práticas supostamente unificadas por seus respectivos protocolos. Sua standardização é o resultado de um duplo movimento: ao apagar a singularidade do sujeito em tratamento, por um lado, multiplicam-se, pelo outro, as imagens ideais do terapeuta, que enfim decide a natureza dos objetivos do tratamento, segundo seu próprio juízo e visão da realidade.

A primeira distinção a ser feita nessa caixa de costura se refere à própria noção de cognição, que supostamente forneceria a unidade epistêmica às suas práticas. Trata-se, em vez disso, sobretudo de um alibi para sua falta de unidade. Como Éric Laurent o indicou:

O termo cognição permite muitos abusos de linguagem e, em particular, sinonímias infelizes. A primeira delas confunde a cognição a que faz referência o termo terapia cognitivo-comportamental com a cognição que compete às chamadas ciências cognitivas. A relação entre elas é extremamente vaga. Não permite estabelecer nenhum laço entre as práticas das TCC e os modelos teóricos propostos pelas ciências cognitivas (Laurent, 2005: 77).

Com efeito, uma revisão da bibliografia sobre o tema deixa aparecer rapidamente um salto, que por vezes se transforma num abismo, entre as referências teóricas das neurociências e das ciências cognitivas, e as práticas que supostamente nelas se inspiram.

Por uma parte, convém não esquecer que as práticas das TCC nasceram como uma derivação degradada de pessoas decepcionadas com a psicanálise, como Aaron Beck e Albert Ellis. Suas referências se construíram como uma crítica e uma ruptura com o comportamentalismo clássico, mas com uma frágil noção de cognição, que agrupava a série de pensamentos, imagens e devaneios resultantes de seus processos. Na realidade, a referência ao modelo cibernético não suprimiu a origem evada de psicologismo da noção de “cognição”, uma noção que se dilui na suposição de um sujeito intencional, um Eu que é, enfim, o reflexo imaginário do objeto do conhecimento. Nesse sentido, podemos afirmar que as TCC são as herdeiras da velha Psicologia do Ego [*Ego-Psychology*], que reduzira a psicanálise americana do pós-guerra a uma psicologia de adaptação à realidade. A cognição é, precisamente, o correlato imaginário da suposta consistência da realidade.

Vale a pena constatar que a unidade imaginária das TCC se responde muito bem com a própria noção de “cognição”, que funciona como sua referência *standard*. Quando se busca o ponto de apoio último dessa noção na prática das TCC, ele é localizado na “boa maneira de pensar” que cada terapeuta utiliza para modificar o que seria, em última instância, o transtorno de seu paciente, isto é, seus “erros cognitivos”. A falsa noção de “erro cognitivo” ocupa o lugar da antiga “conduta inadaptada” que deve ser corrigida de

acordo com a boa cognição de cada terapeuta, cognição tão imaginária quanto o Eu que ele toma como medida da realidade.

A aparente continuidade e unidade das TCC se revela então como um reflexo imaginário de seu próprio objeto de conhecimento, uma unidade que, na verdade, tem sido cada vez mais posta em questão. Contam-se hoje não menos do que 30 tendências diversas em seu seio. Desse modo, cada praticante pode utilizar essa unidade imaginária como um álibi ideológico de sua ação sugestiva sobre o paciente.

Uma vez mais, constata-se que uma prática não precisa esclarecer-se para operar, já que põe em ato, como outros tantos preconceitos, as noções de que se serve, mesmo que não consiga explicitar sua lógica. Foi esse o problema criticado por Lacan em relação aos seguidores da Psicologia do Ego e aos efeitos sugestivos de suas práticas.

Qual é, no fim das contas, o recurso dessas práticas segundo suas próprias noções? É preciso sublinhar o lugar ocupado, com muita frequência, por um termo que se alastra em seus argumentos, uma noção encontrada aqui e acolá como o curinga que integra as cartas em jogo. Trata-se do “estilo do terapeuta”, que finalmente decide, mais além da diversidade de tendências e referências teóricas, o efeito de sua prática e de sua formação. O estilo do terapeuta, tão vago e subjetivo como pode parecer, é assim o que constitui a unidade da caixa de costura dessas práticas.

Sob a aparente unidade imaginária das TCC, sob a noção de cognição como objeto de conhecimento correlato à unidade imaginária do eu, finalmente encontramos o que estava desde o início na *black box* do sujeito: o desejo do Outro, que cumpre aqui a função de um simples preconceito do terapeuta em sua prática, um desejo não explicitado nem arrazoado em sua formação.

Foi precisamente para escapar dos efeitos nocivos de tais preconceitos – os mesmos que os analistas pós-freudianos haviam designado com outra impropriedade conceitual, a “contratransferência” – que Jacques Lacan propôs este termo que hoje, entre nós, tem estatuto de conceito e é entendido, a um tempo, como meio e produto da formação de cada praticante: o desejo do analista.