

## **Automonitoria na competência social: Análise das classes e indicadores comportamentais**

*(Self-monitoring in social competence: Analysis of classes and behavioral indicators)*

**Talita Pereira Dias<sup>\*,\*\*\*,1</sup>; Ivana Gisel Casali<sup>\*\*\*</sup>;  
Almir Del Prette<sup>\*</sup> y Zilda A. P. Del Prette<sup>\*,\*\*\*</sup>**

<sup>\*</sup>Universidade Federal de São Carlos

<sup>\*\*</sup>Centro Universitário Adventista de São Paulo

<sup>\*\*\*</sup>Instituto Nacional de Ciência e Tecnologia  
sobre Comportamento, Cognição e Ensino

### **RESUMO**

O conceito de automonitoria, em uma análise histórica, é compreendido a partir de três perspectivas: como constructo, inicialmente definido na Psicologia Cognitiva por Mark Snyder; enquanto procedimento, utilizado na terapia comportamental; e ainda como habilidade metacognitiva e afetivo-comportamental, base para a competência social, tal como entendida no campo teórico-prático das Habilidades Sociais. Considerando-se sua importância no campo de Habilidades Sociais e a necessidade de uma maior especificação de seus indicadores, o objetivo do estudo é apresentar uma lista de comportamentos abertos e encobertos que estão na base dessa habilidade. Sob a perspectiva da Análise do Comportamento, são discutidos alguns conceitos implícitos ou explícitos na definição de automonitoria, tais como autoconhecimento, autocontrole, autorregulação e autorregras. A partir dessa análise, são arrolados indicadores comportamentais que poderiam orientar a avaliação e promoção da automonitoria e de seu papel na competência social. São discutidos alguns aspectos conceituais e metodológicos da avaliação focando, em particular, nos indicadores precoces no desenvolvimento psicológico.

*Palavras-chave:* Automonitoria; competência social; habilidades sociais; Psicologia Cognitiva; Análise do Comportamento.

1) Endereço para correspondência: Talita Pereira Dias – Laboratório de Interação Social – Relações Interpessoais e Habilidades Sociais (LIS/RIHS) – Departamento de Psicologia. Rodovia Washington Luiz, Km 235, Cx. Postal 676, Monjolinho. CEP 13565-905 - São Carlos, SP – Brasil. E-mail: talitapsi10@yahoo.com.br

Financiamento: Este trabalho contou com recursos da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP) e da Comissão de Aperfeiçoamento de Pessoal do Nível Superior (CAPES)

**ABSTRACT**

The concept of self-monitoring, in a historical analysis, is understood from three perspectives: as a construct, initially defined in Cognitive Psychology by Mark Snyder; as a procedure, as used in behavioral therapy; and as metacognitive and affective-behavioral ability, basis for social competence, as it is adopted in the theoretical-practical field of Social Skills (SS). Firstly, the aim is to differentiate the concept of self-monitoring, comparing these three perspectives. Both Snyder's proposal and the concept from the field of SS require that individuals discriminate social stimuli, control and regulate behaviors and feelings, and identify feelings and behaviors of others as well. However, the main difference is that, for Snyder, self-monitoring seems to be at the service of the individual's social adequacy and positive image projection, although incongruent with his thoughts and feelings. This contradicts the coherence between thoughts, feelings and behaviors, an element of social competence. When comparing the proposal of self-monitoring as clinical procedure with that of the SS field, similarities are observed, as focus on the skills of observation and description of their own behavior and identification of environmental variables. The main difference is that, as a procedure, it constitutes a mode of intervention aimed at different therapeutic behavioral goals. In the SS field, self-monitoring is a psychological process at the service of social competence. In this sense, the conception of self-monitoring in the SS field has its specificities and it needs to be understood and adopted from this. Considering self-monitoring in the SS field and the need for a greater specification of the indicators, the objective of the study is to present a list of open or covert behaviors that could be taken as behavioral indicators of this skill; from the analysis of some Behavior Analysis concepts (self-knowledge, self-control, self-regulation), relating them to the implicit or explicit components of self-monitoring ability. From this analysis, a proposal of behavioral indicators that could be included is presented. Based on it, these indicators that could guide the evaluation and promotion of the self-monitoring and its role in social competence are listed, among them: (1) Identify the social stimuli that constitute a demand for a social response; (2) Discriminate, responding differently to them; (3) Observe, identify, name and describe one's own public and covert behaviors (thoughts and feelings) as well as those of others; (4) Identify alternative responses; (5) Predict possible consequences of these alternatives; (6) Choose and issue responses under the control of delayed environmental consequences and with greater magnitude of reinforcement; (7) Describe the past behavior and its consequences, using it to plan and change one's performance based on response alternatives and their likely future consequences; and (8) Regulate own performances while they are occurring due to changes in demand and prediction of consequences. From the perspective of Behavior Analysis, some implicit or explicit concepts in the definition of self-monitoring are discussed, such as self-knowledge, self-control and self-regulation. Finally, some conceptual and methodological aspects of evaluation are discussed, in particular, the characterization of their early indicators in psychological development.

*Keywords:* Self-monitoring; social competence; social skills; Cognitive Psychology; Behavior Analysis.

Desde que foi introduzido na literatura, durante a década de 1970, o conceito de automonitoria, do inglês *self-monitoring*, tem sido amplamente estudado por pesquisadores de diversas áreas da Psicologia, como Organizacional, Saúde e Educacional, exercendo forte influência

especificamente sobre o campo da Psicologia Social e da Personalidade (Cheng & Chartrand, 2003). O termo *self-monitoring* tem sido traduzido, na maioria das publicações no Brasil, como automonitoria (e.g., Silveiras, 1991; Del Prette & Del Prette, 2001; Ades & Kerbauy, 2002), automonitoramento (e.g., Bohm & Gimenes, 2008; Martin & Pear, 2009) e automonitoração (e.g. Casseb, Bispo, & Ferreira, 2008; Nobre, 2010). Neste ensaio, optou-se pelo termo automonitoria, tal como aparece no campo teórico-prático das Habilidades Sociais, uma vez que é com base nessa perspectiva que o fenômeno será abordado.

Mark Snyder foi, provavelmente, o primeiro a adotar este termo para se referir a um fenômeno psicológico, em artigo intitulado *The self-monitoring of expressive control*, publicado em 1974 no *Journal of Personality and Social Psychology*. Além de se referir a um fenômeno, o conceito de automonitoria também vem sendo adotado para nomear um procedimento bastante empregado em intervenções comportamentais e cognitivo-comportamentais (Bohm & Gimenes, 2008). No campo das Habilidades Sociais, Del Prette e Del Prette (2001) incluíram a automonitoria, há quase duas décadas, como fundamental para o desempenho socialmente competente, definindo-a como “habilidade metacognitiva e afetivo-comportamental por meio da qual um indivíduo observa, descreve, interpreta e regula seus pensamentos, sentimentos e comportamentos em interações sociais” (p. 62).

A diversidade de definições e usos do termo automonitoria, ainda que relacionados, traz implicações para a pesquisa e a prática. Por isso, torna-se importante analisar seus vários sentidos e as possíveis articulações entre eles. Especialmente no campo das habilidades sociais, é fundamental delimitar e definir os comportamentos envolvidos na automonitoria e identificar seus possíveis indicadores, o que pode contribuir para a sua promoção desde a mais tenra idade.

Considerando esses aspectos, pretende-se contextualizar e explicitar as diferentes noções associadas ao termo automonitoria em suas relações convergentes ou divergentes quanto à definição adotada no campo das habilidades sociais. Para isso, serão apresentados: (1) o histórico do conceito de automonitoria, conforme proposta de Mark Snyder; (2) a descrição do termo como procedimento da prática clínica e, (3) sua definição no campo das Habilidades Sociais e, finalmente, (4) uma análise, numa perspectiva da Análise do Comportamento, do conceito automonitoria adotada no campo das habilidades sociais, buscando-se identificar processos comportamentais implícitos ou explícitos, suas classes de respostas componentes desses processos e seus possíveis indicadores comportamentais da automonitoria e, em particular, aqueles iniciais no desenvolvimento infantil.

## **O CONCEITO DE AUTOMONITORIA DE SNYDER E PESQUISAS NESSA VERTENTE**

Para a análise do conceito de automonitoria na perspectiva de Snyder, foi realizada uma revisão de literatura, com o objetivo de identificar estudos que focaram a temática de automonitoria no campo da Psicologia, desde a primeira publicação de Snyder sobre o tema. As buscas foram realizadas no portal SciELO, composto por diversas bases de dados, no periódico *Web of Science* e na ferramenta *Google* acadêmico e nesta etapa foram focalizados somente artigos. Foram utilizados os termos automonitoria, automonitoramento e seu correspondente em inglês (*self-monitoring*) e o período pesquisado, o intervalo foi de 1974, ano da primeira publicação de Mark Snyder, até 2017.

Ao introduzir a automonitoria na investigação psicológica, Snyder (1974) a apresenta como um construto que resume a preocupação com a adequação social, em termos de dois

aspectos articulados: (a) sensibilidade aos comportamentos dos interlocutores em situações sociais e (b) uso dessa informação como guia para regular o próprio comportamento de modo a se autoapresentar positivamente em tais situações. Para Snyder, automonitoria incluía comunicação dos sentimentos, congruentes ou não com as emoções de fato experimentadas, além da dissimulação adaptativa de estados emocionais inapropriados, seja pela não expressão dos mesmos ou pela expressão de outra emoção, apropriada à situação.

O conceito foi sendo aprimorado e ampliado por Snyder. Conforme o autor (Snyder, 1979), pessoas diferenciam-se na capacidade de observar e controlar seus comportamentos expressivos e de autoapresentação em situações sociais: (a) indivíduos com alta automonitoria seriam mais responsivos aos sinais sociais e apresentariam desempenhos mais apropriados às situações, (b) aqueles com baixa automonitoria não apresentariam preocupação com a adequação às situações sociais. Algum tempo depois, Snyder (1987) reafirma o conceito de automonitoria como capacidade do ser humano de monitorar e ajustar seu comportamento de acordo com o ambiente social a que está exposto, de forma a obter melhor avaliação social.

Ao longo dos anos, outros pesquisadores também contribuíram na identificação das características de pessoas com alto ou baixo nível de automonitoria. Uma síntese desses estudos é apresentada na Tabela 1.

*Tabela 1.* Estudos sobre Características de Indivíduos com Elevada e Baixa Automonitoria

<i>Autores</i>	<i>Elevada automonitoria</i>	<i>Baixa automonitoria</i>
Ickes e Barnes (1977)	Tendência a um papel ativo em interação não estruturada com estranho, iniciando e direcionando o fluxo das conversas.	
Briggs, Cheek e Buss (1980)	Comportamento altamente variável em diferentes situações, mudando conforme as demandas situacionais.	
Ickes, Stinson, Bissonette e Garcia (1990)	Maior consciência dos pensamentos e sentimentos dos outros em suas redes de relações sociais.	
Kilduff e Day (1994)	Maior envolvimento no trabalho e oportunidade de trabalho mais prestigiado.	Menor frequência de promoções laborais.
Gangestad e Snyder (2000)	Preocupação em projetar uma imagem desejável a fim de ganhar aprovação e respeito dos outros.	
Day, Schleicher, Unckless e Hiller (2002)	Tendência a receber melhores avaliações de desempenho e mais promoções no ambiente laboral.	Valorização da congruência entre a auto percepção e o fazer, independente das exigências da situação. Comportamento mais consistente em diferentes situações.

<i>Autores</i>	<i>Elevada automonitoria</i>	<i>Baixa automonitoria</i>
Cheng e Chartrand (2003)	Esforço em fortalecer as relações sociais.	Comportamento compatível com mostrar-se autêntico. Tendência a agir de acordo com atitudes e sentimentos, mesmo contrariando normas da situação.
Blakely, Andrews e Fuller (2003)	Sensibilidade maior às necessidades dos outros.	Comportamento controlado por atitudes e sentimentos internos. Baixa preocupação com o impacto de suas ações sobre os outros.
Klein, Snyder e Livingston (2004)	Expressão de atitudes e opiniões convergentes com as de seu público.	Baixa influência da presença, atitudes, valores ou exigências de pessoas à sua volta.
Flynn, Reagans, Amanatullah e Ames (2006)	Percepção acurada da dinâmica das relações. Preocupação com status social.	
Fuglestad e Snyder (2009)	Amizade baseada em interações utilitaristas, superficiais e de curto prazo.	Consistência entre o comportamento e os próprios sentimentos, disposições, estímulos internos e interesses pessoais. Amizade baseada em valores comuns e intercâmbios mais profundos e de longo prazo.
Naumann (2010)	Sensibilidade maior da necessidade dos outros para ajudá-los.	
Abell & Brewer (2014)	Homens e mulheres com traços de maquiavelismo (cinismo, distanciamento emocional e manipulação dos outros) apresentavam mais automonitoria no uso do <i>Facebook</i>	
Pillow, Hale, Crabtree, & Hinojosa (2017).	Altos escores totais de automonitoria apresentaram correlações positivas com relações sociais positivas, quando a autenticidade era alta. Altos escores totais de automonitoria relacionavam-se positivamente com o bem-estar, quando a autenticidade era constante. Estudo questiona a noção geral de que pessoas com automonitoria não são autênticas	
Bon, Volkema e Silva (2017)	Maior probabilidade de tomar decisões antiéticas	Menor probabilidade de tomar decisões antiéticas

Como se pode observar na Tabela 1, alguns estudos não se apresentam como contrastantes, mas enfatizam características adicionais dos indivíduos com alta e baixa automonitoria. Comparando esses estudos, indivíduos com alta ou baixa automonitoria se diferenciaram principalmente por: consistência ou inconsistência do comportamento em diferentes situações sociais, nível de sensibilidade às necessidades dos outros, concepções e motivações para amizades, tomada de decisões éticas, preocupação com status social, autoimagem positiva, aprovação ou respeito dos demais e maior ou menor sucesso laboral.

Considerando as formulações conceituais e os resultados dos estudos empíricos, alguns aspectos das análises dos estudos de Snyder e de outros pesquisadores dessa vertente podem ser destacados, entre os quais: (1) adoção de uma variedade de conceitos (como autocontrole, autoapresentação e controle expressivo) que aparecem eventualmente como sinônimos ou equivalentes da automonitoria, dificultando a compreensão e mesmo a análise crítica de tal conceito; (2) forte ênfase na forma de expressar sentimentos e de se autoapresentar; (3) destaque à adequação, conformidade e ajustamento às situações, demandas e regras sociais; (4) escassez de estudos sobre a origem e desenvolvimento da automonitoria, com maior ênfase nas diferenças individuais. Essa “circularidade” quanto à explicação do comportamento em termos de uma variável latente traz dificuldades para a pesquisa sobre o conceito enquanto fenômeno observável, bem como para a promoção da automonitoria, pois deixa de considerar processos e fatores mais acessíveis à avaliação e à intervenção.

## **AUTOMONITORIA COMO PROCEDIMENTO CLÍNICO**

Referências à automonitoria como procedimento clínico podem ser encontradas desde meados do século passado. Martin e Pear (1941/2009) adotaram o termo automonitoria para designar um procedimento da terapia comportamental que envolve a observação e registro do próprio comportamento. Nessa direção, Gold, Letourneau e O’Donohue (1994) definiram a automonitoria como “o processo pelo qual o cliente observa e registra aspectos sobre si mesmo e suas interações com situações ambientais” (p. 235). Essa noção também está presente em Bohm e Gimenes (2008; 2012), que se referem à automonitoria como o comportamento de observar e registrar sistematicamente a ocorrência de algum comportamento (privado ou público) emitido pela própria pessoa, assim como os eventos ambientais associados.

Na definição de Gold *et al.* (1994) e Bohm e Gimenes (2008; 2012), a noção de automonitoria sugere uma relação com análise funcional descritiva, feita pela própria pessoa sobre seus comportamentos. Os autores enfatizam a importância de registrar não só comportamentos, mas também seus antecedentes e consequentes, além de correlatos emocionais. No procedimento padrão utilizado, o terapeuta instrui os clientes a realizarem o registro de frequência, duração e intensidade do comportamento-alvo, além de eventos antecedentes e consequentes à ocorrência dos mesmos (Ferreira & Fernandes, 2009).

Conforme Bohm e Gimenes (2008; 2012), monitorar o próprio comportamento pode alterar a frequência com que ele ocorre, em geral, na direção desejável, reduzindo comportamentos inadequados e aumentando os adequados. Esse efeito é um indicador de que o próprio indivíduo, ao fazer o autorregistro, passa a prestar atenção[a] e a discriminar seus comportamentos, bem como as condições do ambiente a eles associadas (contingências). Isso certamente amplia seu autoconhecimento e autocontrole, favorecendo a formulação de regras para interações futuras potencialmente bem-sucedidas, em conformidade com objetivos terapêuticos.

Pode-se verificar que o procedimento de automonitoria é amplamente usado na prática clínica para diferentes transtornos, situações, populações e finalidades. Em alguns estudos foram apresentadas evidências da eficácia dessa técnica na terapia comportamental e cognitivo-comportamental: na medicina (Bohm & Gimenes, 2008; Martin & Pear, 2008); na orientação nutricional (Casseb, Bispo, & Ferreira, 2008; Nobre, 2010), na prática de exercício físico (Polaha, Allen, & Studley, 2004) e treino de resistência física (Martin & Pear, 2009), na prevenção de *diabetes mellitus* tipo 2 (Ferreira & Fernandes 2009; Casseb & Ferreira, 2012), no tratamento de alcoolismo (Sobell & Sobell, 1993, citados por Martin & Pear, 2009), síndrome do intestino irritável (Bohm & Gimenes, 2010; 2012) e obesidade (Martin & Pear, 2009), com crianças com queixas de problemas de comportamento (Maia, 2011; Shapiro & Cole, 1999), dificuldades acadêmicas (Shapiro & Cole, 1999) e medo noturno (Graziano & Mooney, 1980).

O uso do termo, enquanto procedimento específico, avança no sentido da operacionalização de comportamentos envolvidos na automonitoria e da ênfase na auto-observação e registro de comportamento e eventos ambientais, quando aplicados a diferentes objetivos que poderiam, ou não, incluir o foco nas interações sociais. Tal como no campo das habilidades sociais, o conceito remete, portanto, à observação e regulação do próprio comportamento (Del Prette & Del Prette, 2001).

### **CAMPO DAS HABILIDADES SOCIAIS E AUTOMONITORIA COMO BASE DA COMPETÊNCIA SOCIAL**

O campo de conhecimento das Habilidades Sociais focaliza o estudo de um tipo particular de desempenho social que se apoia nos conceitos de habilidades sociais e de competência social (Del Prette & Del Prette, 1999). Na definição de Del Prette e Del Prette (2001; 2005; 2012), a competência social supõe coerência entre pensamentos, sentimentos e ações em função de objetivos pessoais e de demandas situacionais e culturais e pode ser avaliada com base em critérios de funcionalidade do desempenho. Na análise desses autores (Del Prette & Del Prette, 2012; 2017), os critérios de funcionalidade da competência social contemplam duas dimensões: a instrumental e ético-moral. Na dimensão instrumental, os critérios de funcionalidade referem-se a consequências reforçadoras imediatas para o indivíduo, tais como: atingir os objetivos da interação social, obter aprovação social e produzir correlatos emocionais positivos. Na dimensão ético-moral, além de consequências imediatas também para o outro, a ênfase se coloca nas consequências de médio e longo prazo, tanto para o indivíduo como para o grupo social implicando, portanto, em escolha e autogerenciamento ético (A. Del Prette & Del Prette, 2017). Tais consequências incluem correlatos emocionais positivos (autoestima e autoconfiança) para os interlocutores, mas também a busca de equilíbrio de reforçadores entre os envolvidos na interação social, manutenção ou melhora das relações sociais e respeito aos direitos humanos.

Considerando o conjunto das habilidades sociais mais relevantes e referidas na área, Del Prette e Del Prette (2001) propõem uma classificação das diferentes classes de habilidades sociais, situando a automonitoria como um requisito que estaria na base de qualquer outra habilidade e também da competência social. Para os autores, a automonitoria seria uma “habilidade metacognitiva e afetivo-comportamental por meio da qual um indivíduo observa, descreve, interpreta e regula seus pensamentos, sentimentos e comportamentos em interações sociais” (p. 62). Numa perspectiva analítico-comportamental, pode-se considerar a automonitoria como uma classe de comportamento de ordem superior (Catania, 1998) na medida em

que inclui subclasses importantes para várias habilidades e, quando praticadas sistematicamente em associação com várias delas, pode produzir um repertório generalizado para novos contextos e demandas de interação social. Essa definição pode ser relacionada ao conceito de Snyder e à concepção de automonitoria como procedimento clínico, sob alguns aspectos, mas também delimita diferenças marcantes entre tais concepções, conforme apresentadas a seguir.

### **COMPARANDO AS DIFERENTES DEFINIÇÕES DE AUTOMONITORIA**

Ao comparar a proposta de Snyder com o conceito elaborado no campo das Habilidades Sociais, nota-se que, tanto na definição proposta por Del Prette e Del Prette (2001) como na de Snyder, a automonitoria requer que o indivíduo discrimine estímulos sociais e que regule seus comportamentos em função desses estímulos. Porém, essas duas propostas se diferenciam em aspectos que são críticos para a competência social uma vez que, para Snyder, automonitoria parece estar a serviço de um ajustamento social do indivíduo baseado na deliberada projeção de imagem pública positiva, mesmo quando em desacordo com seus pensamentos e sentimentos. Esse sentido contraria duas características fundamentais no conceito de competência social, tal como definida por Del Prette e Del Prette (2001): a coerência entre pensamentos, sentimentos e comportamentos e a ênfase na dimensão ética em termos de equilíbrio de reforçadores entre os envolvidos na interação social e respeito aos direitos humanos.

Ainda, ao se considerar a conformidade ou ajustamento social como uma das decorrências da automonitoria proposta por Snyder, pode-se questionar se a automonitoria seria favorável ao grupo social do indivíduo ou se estaria mais direcionada a um padrão interativo passivo que, em médio e longo prazo, poderia trazer consequências indesejáveis tanto para o grupo social como para o próprio indivíduo (A. Del Prette & Del Prette, 2001; 2017; Z. Del Prette & Del Prette, 2001; 2010; Marchezini-Cunha & Tourinho, 2010), comprometendo sua competência social. Nesse sentido, a definição de automonitoria de Del Prette e Del Prette (2001; 2012) não pode ser tida como equivalente à de Snyder.

Ao comparar a proposta de automonitoria, enquanto procedimento clínico (Gold *et al.*, 1994; Bohm & Gimenes, 2008), o conceito apresenta algumas semelhanças com o elaborado por Del Prette e Del Prette (2001), particularmente, o foco nas habilidades de observação e descrição do próprio comportamento e na identificação das variáveis que o controlam. A principal diferença é que, enquanto procedimento, a automonitoria constitui um modo de avaliação e intervenção visando a diferentes objetivos terapêuticos que abarcam diferentes comportamentos e contextos. Já para Del Prette e Del Prette (2001), a automonitoria é uma classe de habilidades sociais que inclui outras subclasses e restringe-se a comportamentos que ocorrem estritamente em interações sociais. Não obstante, nas duas definições considera-se que a automonitoria pode ser desenvolvida, por meio de diferentes procedimentos.

### **AUTOMONITORIA, HABILIDADES SOCIAIS E ANÁLISE DO COMPORTAMENTO**

Considerando a preocupação em especificar componentes e indicadores comportamentais para a automonitoria, buscou-se especificar esses componentes sob a perspectiva da Análise do Comportamento, propondo-se algumas de suas possíveis relações com processos comportamentais encobertos. Ainda que os processos comportamentais a seguir abordados se-

jam articulados entre si (como, por exemplo, autocontrole e autoconhecimento), optou-se por tratá-los separadamente para tornar a análise mais clara. Outro aspecto a ser esclarecido é que, embora não se ignore que a automonitoria esteja relacionada a outros fenômenos investigados pela Psicologia Cognitiva (processamento de informação, cognição social e teoria da mente, por exemplo), neste ensaio, privilegiou-se sua possível relação com a Análise do Comportamento.

Assim, para um melhor entendimento da definição proposta por Del Prette e Del Prette (2001), torna-se importante analisar cada um dos aspectos nela explícitos ou implícitos da definição de automonitoria no campo da Habilidades Sociais, sob a perspectiva da Análise do Comportamento. Dessa forma, os autores identificaram os seguintes conceitos que estariam relacionados à definição: metacognição, autoconhecimento/consciência, autocontrole, autorregulação e autoinstrução/autorregras.

A partir disso, foi realizada revisão narrativa de produções científicas que abordassem os conceitos relacionados à automonitoria. Conforme Rother (2007), uma revisão narrativa visa descrever e discutir o desenvolvimento ou estado da arte de um determinado tema, de um ponto de vista teórico ou contextual. No presente estudo, adotando como palavras-chaves os conceitos relacionados à definição de automonitoria, foram realizadas buscas em base de dados (SciELO, *Web of Science* e *Google acadêmico*) e também em livros e capítulos publicados, sem especificação do período. Os critérios de inclusão foram: (a) pertinência em relação ao conceito em foco; (b) a adoção da perspectiva da Análise do Comportamento; (c) interpretação e análise do autor sobre o conceito; (d) acessibilidade da publicação aos autores. A seguir, são apresentadas as análises relativas a cada um dos conceitos considerados pertinentes à definição de automonitoria.

## AUTOMONITORIA E METACOGNIÇÃO

Primeiramente, Del Prette e Del Prette (2001) definem automonitoria como habilidade metacognitiva, um termo frequentemente associado a concepções mentalistas, mas que pode ser analisado em termos de classes comportamentais envolvidas. Na Psicologia, a metacognição foi introduzida por Flavell, a partir da década de 1970. Para Flavell (1979), a metacognição seria o conhecimento que a pessoa tem sobre seus próprios pensamentos e processos cognitivos, que incluem habilidades metacognitivas de solução de problemas e cognição social, entre outras (Flavell *et al.*, 1999).

Sob a perspectiva da Análise do Comportamento, a metacognição poderia ser relacionada a alguns processos comportamentais, tais como os de autoconhecimento e resolução de problemas. Nesse sentido, a metacognição pode ser entendida como um conjunto de respostas em um nível privado, diante de algumas condições específicas envolvendo situação-problema, que podem ser acompanhadas (ou ser parte) de um conjunto de respostas públicas ou manifestas. Essa noção se aproxima da compreensão analítico-comportamental do processo de resolução de problemas (Skinner, 1984), que envolve a manipulação de variáveis que visam tornar mais provável a resposta-solução, ou seja, uma cadeia de respostas preliminares (que podem estar relacionadas a descrever os próprios comportamentos e contingências em operação) que gerariam estímulos discriminativos para as seguintes até a resposta solução.

Além de considerar a automonitoria como habilidade metacognitiva, a definição proposta por Del Prette e Del Prette (2001) lista ainda os comportamentos de observar, descrever, interpretar e regular pensamentos, sentimentos e ações em situações sociais. Esses comportamen-

tos podem ser tomados como subclasses da automonitoria e podem ser relacionados a outros fenômenos psicológicos complexos como autoconhecimento/consciência, autocontrole, autorregulação e autoinstrução/autorregras que são foco de estudo na Análise do Comportamento.

## **AUTOMONITORIA E AUTOCONHECIMENTO**

Ao abordarem o conceito de automonitoria, Del Prette e Del Prette (2001) afirmam que “pessoas pouco conscientes de seus desempenhos se mostram incapazes de identificar e nomear seus sentimentos e pensamentos ou descrever como agiram” (p. 62). Nessa afirmação, pode-se inferir uma relação entre automonitoria e consciência. A consciência, em uma perspectiva comportamental, é concebida como sinônimo de autoconhecimento e discriminação dos próprios comportamentos e variáveis relacionadas (Tourinho, 2006a). A aproximação entre automonitoria e autoconhecimento na perspectiva da Análise do Comportamento já havia sido abordada no estudo de Bolsoni-Silva (2002).

O autoconhecimento implica descrever o próprio comportamento e as contingências que o afetam (Skinner, 1974), reconhecendo o papel da comunidade verbal para isso (Skinner, 1984). Nesse sentido, conforme Catania (1999), a discriminação do próprio comportamento é aprendida quando a comunidade verbal estabelece condições para isso, ajudando o indivíduo a nomear e a diferenciar seus eventos privados e, portanto, modela o relato verbal dos eventos privados. Na mesma direção, de acordo com Tourinho (2006a), a discriminação de estados privados (expressa na forma verbal) pelo indivíduo é aprendida a partir das consequências produzidas ou fornecidas pela comunidade verbal diante das discriminações de eventos públicos desse sujeito, que nesse caso, são correlatos públicos dos eventos privados.

Assim, o autoconhecimento é entendido como um comportamento verbal, de origem social, importante para a previsão e controle do comportamento. Isso parece estar de acordo com Skinner (1984), ao considerar que, embora a descrição dos próprios comportamentos e contingências associadas ainda não funcione como regra, as pessoas podem passar a empregá-la para regular seu próprio comportamento (como uma forma de autocontrole), tomar decisões, formular planos, estabelecer propósitos e, então, construir autorregras, todos os processos importantes envolvidos na automonitoria.

Não obstante as convergências entre autoconhecimento e automonitoria (e.g., descrever comportamentos encobertos e públicos, passados, presentes e futuros, além de identificar variáveis ambientais relevantes), esses dois fenômenos não podem ser entendidos como sinônimos. A automonitoria pressupõe autoconhecimento, mas é um conceito mais amplo que abrange outros fenômenos, como autocontrole, autorregulação e autorregras, que serão a seguir abordados.

## **AUTOMONITORIA E AUTOCONTROLE**

Além da relação da automonitoria com o autoconhecimento, Del Prette e Del Prette (2001) incluem o controle da impulsividade como um aspecto essencial para o desempenho da automonitoria, sugerindo sua relação também com esse sentido de autocontrole. Essa posição é assumida por Castanheira (2001), que faz referência à automonitoria como um dos conceitos relacionados ao autocontrole.

Na Análise do Comportamento, o autocontrole foi abordado originalmente por Skinner (1953) para referir-se ao processo pelo qual uma pessoa controla seu próprio comportamento, da mesma forma como controlaria o de outras pessoas: pela manipulação de variáveis ambientais. O autocontrole tem como requisito o autoconhecimento, mas também o controle por regras. Ele está presente quando duas ou mais possibilidades de ação são possíveis com alguma probabilidade e suas consequências variam quanto à natureza, magnitude e/ou temporalidade (Hanna & Todorov, 2002; Rachlin, 1974, citado por Tourinho, 2006b; Skinner, 1974/1993). De acordo com Tourinho (2006b), entre os cursos de ação possíveis haveria uma resposta “impulsiva” (que produziria uma consequência positiva temporalmente mais próxima, porém de menor magnitude) e, por outro lado, uma resposta “autocontrolada” (que produziria uma consequência temporalmente mais atrasada, porém de maior magnitude). Conforme o paradigma de Rachlin (Hanna & Todorov, 2002; Marchezini-Cunha & Tourinho, 2010), o autocontrole envolve a emissão de uma classe de resposta sob o controle de consequências ambientais atrasadas e de maior magnitude de reforço, concorrente com outra classe de resposta, sob o controle de consequências imediatas e com menor magnitude.

Essas considerações são compatíveis com o conceito de automonitoria apresentado por Del Prette e Del Prette (2001; 2017), quando relacionam o baixo repertório de automonitoria a uma maior probabilidade de se apresentar respostas automáticas, ou “impulsivas”, ou seja, sob controle de consequências ambientais mais imediatas e possivelmente com menor magnitude de reforço. De acordo com Tourinho (2006b), “quando os indivíduos agem de modo autocontrolado (ou em graus e frequência mais elevados de autocontrole) tendem a observar mais sistematicamente o próprio corpo e a responder de modos ‘contidos’, não impulsivos” (p. 28). A automonitoria, tal como definida no campo das habilidades sociais, também requer auto-observação dos comportamentos privados e públicos, momento a momento, durante uma interação social. Tourinho (2006b) aborda a questão do autocontrole no âmbito das relações sociais, ao afirmar que esse padrão de comportamento requer auto-observação e monitoria do próprio corpo, resumindo-o, até certo ponto como o “pensar antes de agir”, ou seja, agir em conformidade a uma avaliação preliminar dos possíveis impactos sociais (consequências) dessa resposta. Portanto, trata-se de um processo que requer autoconhecimento das contingências em vigor.

Os comportamentos de se auto-observar, monitorar o próprio comportamento, pensar antes de agir e avaliar preliminarmente as consequências sociais poderiam, portanto, também ser classificados como componentes da automonitoria. Nesse sentido, pode-se supor que, além de autoconhecimento, a automonitoria requer autocontrole em situações sociais. Se a pessoa desconhece as variáveis que controlam seu comportamento, não será possível monitorá-lo nem manipular essas variáveis, reduzindo-se a probabilidade de obter consequências reforçadoras, em médio e longo prazo. Um aspecto que aproxima os conceitos de automonitoria e autocontrole é, portanto, que ambos pressupõem autoconhecimento e escolha de um curso de ação, considerando as suas consequências em curto, médio e longo prazo. Entretanto, a automonitoria, tal como definida em articulação com a competência social, inclui comportamentos mais específicos às interações sociais. E, nesse sentido, com maior destaque para as contingências sociais.

## **AUTOMONITORIA E AUTORREGULAÇÃO**

Na definição de Del Prette e Del Prette (2001), a regulação do próprio comportamento é também apontada como um dos processos comportamentais envolvidos na auto-monitoria. Na Análise do Comportamento, a autorregulação é um fenômeno associado ao autocontrole (Hanna & Todorov, 2002) e, conforme alguns autores, produzido por controle verbal generalizado do comportamento (Guevremont, Osnes, & Stokes, 1986) ou por procedimentos de autoinstruções para promovê-lo (Taylor & O'Reilly, 1997). Também pode ser investigado na perspectiva da correspondência verbal do dizer-fazer. Nessa vertente, Beckert (2005) lembra que a autorregulação verbal foi objeto dos primeiros estudos sobre correspondência dizer-fazer por Israel e O'Leary (1973), visando a verificar se a resposta verbal antecedente poderia adquirir controle sobre a resposta não verbal alvo (Cortez, De Rose, & Montagnoli, 2013). Relacionado a isso, de acordo com Lima e Abreu-Rodrigues (2010), o reforço da sequência dizer-fazer pode favorecer que o conteúdo do que foi dito atue como estímulo discriminativo que evoca determinada resposta (e.g., Guevremont, Osnes & Stokes, 1986). No entanto, essa afirmação deve ser analisada com cuidado segundo Cortez et al (2013), uma vez que um aumento da frequência do comportamento não-verbal resultante do treino de correspondência não necessariamente constitui um episódio de autorregulação. Esse aumento pode ser resultante dos efeitos das contingências de reforçamento que afetariam qualquer tipo de comportamento.

A temática de autorregulação parece apresentar mais questões do que conclusões, de modo que os estudos encontrados sobre autorregulação, em geral, não a definem, embora a utilizem para nomear fenômenos psicológicos ou como um constructo favorável ao desenvolvimento e importante para as interações sociais e outros comportamentos adaptativos do indivíduo (e.g., Masten & Coatsworth, 1998). Para além disso, não foi encontrada nenhuma relação ou diferenciação entre autocontrole e autorregulação, em estudos na área de Análise do Comportamento.

## **AUTOMONITORIA E AUTORREGRAS**

As regras, de acordo com Matos (2001), especificam o comportamento a ser emitido quanto à sua forma, frequência e duração, bem como as condições sob as quais ele deve ocorrer e suas prováveis consequências. Para Carmo (2010), as regras são estímulos verbais que sinalizam contingências. Para Skinner, as regras “auxiliam os membros de um grupo a se comportarem de formas mais prováveis de serem aceitas, ou menos prováveis de serem rejeitadas, e ajudam o grupo a aceitar ou censurar consistentemente” (p. 61). Além disso, têm um valor adaptativo, uma vez que a aprendizagem da espécie humana não depende estritamente da experiência direta.

As autorregras se referem àquelas regras apresentadas por uma pessoa para si mesma e que foram formuladas a partir de contingências que ela própria experienciou e que exercem controle sobre a resposta subsequente de quem a formulou (Reis, Teixeira, & Paracampo, 2005). De acordo com Jonas (2004), quando o indivíduo segue as descrições de suas próprias contingências (autorregras baseadas em fatos), há uma maior possibilidade de atender às exigências da sequência pensamento-ação.

Essa sequência pensamento-ação, termo que consta no estudo por Jonas (2004), pode ser analisada como um pensar (comportamento privado) acompanhado do comportar-se publicamente, cabendo enfatizar que ambos são comportamentos e não se diferenciam quanto à sua natureza ou à importância de se elucidar as relações funcionais que os determinam. A única diferença é quanto ao acesso a esses comportamentos. Essa sequência é de extrema importância para a auto-monitoria. De modo mais específico, enquanto estímulos verbais gerados

pelo próprio indivíduo (Abreu-Rodrigues & Sanabio-Heck, 2004), a autoinstrução pode ser outra classe de resposta requerida no processo de automonitoria, uma vez que o indivíduo precisa seguir autoinstruções (baseadas em fatos) que aumentam a probabilidade de regular seus comportamentos.

### **AUTOMONITORIA: DESENVOLVIMENTO E ESPECIFICAÇÃO DE CLASSES E INDICADORES COMPORTAMENTAIS**

Dadas as considerações anteriores, uma definição operacional do processo de automonitoria precisaria levar em conta a articulação entre todos os fenômenos mencionados. Em outras palavras, o exercício da automonitoria envolve necessariamente comportamentos envolvidos nos processos de autoconhecimento, autocontrole, autorregulação e autorregras, o que por sua vez implica observação e análise das contingências, tal como implícitos ou explícitos no conceito associado à competência social.

Enquanto base de todas as habilidades sociais, a automonitoria é fundamental para um desempenho socialmente competente (Del Prette & Del Prette, 2001), constituindo um comportamento complexo, de ordem superior, que inclui vários processos comportamentais, articulados entre si, que ocorrem durante as interações sociais. Assim, como qualquer outra cadeia de respostas, assume-se que a automonitoria, mesmo em seus componentes mais simples, é selecionada por suas consequências e que seu desenvolvimento depende, portanto, das condições ambientais às quais os indivíduos estão expostos, podendo ser aprimorada ao longo do desenvolvimento.

A análise até aqui efetuada permite supor relações entre fenômenos abordados sob a perspectiva da Análise do Comportamento (como autoconhecimento, autocontrole e autorregras) e aspectos presentes na definição de automonitoria no campo das Habilidades Sociais (Del Prette & Del Prette, 2001). Com base nessas relações, é possível inferir um conjunto de comportamentos pertinentes ao conceito de automonitoria, que não foram exaustivamente especificados por A. Del Prette e Del Prette (2001) e Z. Del Prette & Del Prette (1999; 2011; 2012), mas que seriam coerentes com a definição por eles apresentada.

Considerando as relações entre o conceito de automonitoria no campo das habilidades sociais e os diferentes processos psicológicos analisados na perspectiva da Análise do Comportamento, propõe-se, a seguir, uma listagem de respostas abertas e privadas que poderiam ser consideradas componentes da automonitoria e, portanto, objeto de avaliação e promoção:

- Identificar os contextos e estímulos sociais que constituem demanda para uma resposta social;
- Discriminar tais estímulos, respondendo diferencialmente a eles;
- Observar, identificar, nomear e descrever os próprios comportamentos e dos outros;
- Identificar alternativas de respostas, diante de uma situação social;
- Prever possíveis consequências dessas alternativas;
- Escolher e emitir respostas sob o controle de consequências ambientais atrasadas e com maior magnitude de reforço;
- Descrever o comportamento passado e suas consequências, usando-as para planejar e alterar os próprios desempenhos em função de alternativas de resposta e suas prováveis consequências futuras;
- Regular os próprios comportamentos enquanto estão ocorrendo em função de o indivíduo descrever eficazmente as contingências em operação e formular regras que sejam fatos e que funcionem como estímulos discriminativos nas situações interpessoais.

Essa listagem apresentada não significa uma sequência temporal de aprendizagem ou um encadeamento de resposta, apenas sinaliza classes de respostas importantes associadas à automonitoria. Ainda que não exaustiva, essa especificação de comportamentos poderia contribuir para a investigação do desenvolvimento da automonitoria desde a infância, no sentido de identificar: (1) o quanto os comportamentos elencados estão empiricamente associados a desempenhos socialmente competentes (possivelmente por meio de estudos longitudinais das tarefas interativas ao longo do desenvolvimento); (2) dentre os comportamentos elencados, quais já ocorrem nas interações sociais desde a primeira infância, com base na avaliação dos primeiros cuidadores e na observação em ambientes naturais; (3) qual a ordem em que aparecem os comportamentos elencados, desde seus indicadores incipientes, mais simples, até os mais complexos; (4) quais variáveis estão relacionadas a indicadores precoces de automonitoria na infância.

A especificação de tais comportamentos, bem como uma análise das relações entre eles, em termos da sequência de complexidade com que aparecem ao longo do desenvolvimento permitiria rastrear comportamentos mais simples dessa habilidade complexa, provavelmente detectáveis na infância. Assim, investigar a automonitoria em crianças de diferentes faixas etárias poderia contribuir para a compreensão do seu desenvolvimento e, possivelmente identificar seus indicadores comportamentais mais precoces. A partir dessa identificação e estruturação, entende-se que poderiam ser planejadas intervenções voltadas para a promoção de automonitoria em crianças, o que contribuiria tanto para a aquisição de habilidades sociais como para desempenhos socialmente competentes.

Ainda que essas questões possam parecer instigantes, é importante reconhecer os vários desafios e dificuldades inerentes à investigação da automonitoria, especialmente no que diz respeito aos eventos privados que a compõem. De acordo com Taylor e O'Reilly (1997), esses eventos ainda têm pouco suporte empírico, possivelmente em razão da dificuldade de acesso direto a grande parte deles. Em geral, eles são investigados por meio de relato verbal, ou seja, por meio do que as pessoas dizem sentir, pensar e fazer, o que requer investigações sobre a relação entre os eventos privados e os relatos desses eventos. A automonitoria, enquanto um comportamento que articula respostas abertas e encobertas, também pode requerer a análise de relatos verbais como via de acesso, e, portanto, há o desafio de se construir e refinar procedimentos para isso.

Uma questão adicional, no caso da automonitoria é que, por tratar-se de processos que ocorrem sobrepostos aos comportamentos abertos da interação social, sua avaliação poderia interferir na interação social que ele regula. Em outras palavras, é difícil investigar a automonitoria no momento em que ela está ocorrendo e a alternativa de avaliar seus componentes, após a ocorrência dos comportamentos abertos (e encobertos), mesmo que imediatamente após, significa somente uma aproximação ao fenômeno, em termos dos seus componentes recuperados. Dessa forma, a produção de conhecimento sobre a automonitoria, nas condições atuais, é baseada em fragmentos ou componentes da mesma e não sobre o fenômeno em sua completude e complexidade. Mesmo reconhecendo-se essa limitação, não se pode dispensar a tarefa de planejar procedimentos, situações experimentais e recursos que evoquem respostas, próximas do comportamento de automonitoria, tanto quanto possível, de modo a reduzir a interferência de outros processos, como memória e competência verbal. Um estudo na tentativa de avaliar e promover a automonitoria foi desenvolvido por Dias e Del Prette (2015), junto a crianças pré-escolares.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo, defende-se a automonitoria como habilidade complexa, aprendida, com indicadores comportamentais que se buscou especificar em termos de respostas mais básicas. Relacionada a conceitos como autoconhecimento, autocontrole, autorregulação e autorregras, a automonitoria é entendida como fundamental para prever e controlar o próprio comportamento, tomar decisões, formular planos, e, então, construir autorregras e viabilizar escolhas éticas. Entende-se também que automonitoria é indispensável enquanto parte dos objetivos dos programas de Habilidades Sociais (Del Prette & Del Prette, 2001; 2017).

A especificação proposta pode servir como base para outros estudos conceituais e para investigações empíricas que busquem aprimorar o conceito, identificar características desenvolvimentais e viabilizar a avaliação e promoção da automonitoria, desde a infância. Desse modo, esforços direcionados ao estudo da automonitoria poderiam trazer implicações para o desenvolvimento socioemocional do indivíduo e para a melhora das relações sociais.

## REFERÊNCIAS

- Abell, L., & Brewer, G. (2014). Machiavellianism, self-monitoring, self-promotion and relational aggression on Facebook. *Computers in Human Behavior, 36*, 258-262. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.03.076>
- Abreu-Rodrigues, J., & Sanabio, E. T. (2004). Instruções e autoinstruções: Contribuições da pesquisa básica. Em C. N. de Abreu, & H. J. Guilhardi (Orgs.), *Terapia comportamental e cognitivo-comportamental: Práticas clínicas* (pp. 152-168). São Paulo: Editora Roca.
- Ades, L., & Kerbaux, R. R. (2002). Obesidade: realidades e indagações. *Psicologia USP, 13*, 197-216. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-65642002000100010>
- Blakely, G. L., Andrews, M. C., & Fuller, J. (2003). Are chameleons good citizens? A longitudinal study of the relationship between self-monitoring and organizational citizenship behavior. *Journal of Business and Psychology, 18*, 131-144. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1027388729390>
- Beckert, M. E. (2005). Correspondência verbal/não verbal: Pesquisa básica e aplicações na clínica. Em J. Abreu-Rodrigues, & M. Rodrigues Ribeiro (Org.), *Análise do comportamento* (pp.229-244). Porto Alegre: Artmed.
- Bohm, C. H., & Gimenes, L. S. (2008). Automonitoramento como técnica terapêutica e de avaliação comportamental. *Revista Psicolog, 1*, 88-100.
- Bohm, C. H., & Gimenes, L. S. (2010). Síndrome do Intestino Irritável: Um exercício em análise funcional do comportamento. *Interação em Psicologia, 4*, 163-174. <http://dx.doi.org/10.5380/psi.v14i2.15600>
- Bohm, C. H., & Gimenes, L. S. (2012). Reatividade ao automonitoramento em uma portadora da Síndrome do Intestino Irritável. *Psicologia: Teoria e Pesquisa, 28*, 101-110. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722012000300005>
- Bolsoni-Silva, A. T. (2002). Habilidades sociais: Breve análise da teoria e da prática à luz da análise do comportamento. *Interação em Psicologia, 6*, 233-242. <http://dx.doi.org/10.5380/psi.v6i2.3311>
- Bon, A. C., Volkema, R. J., & Silva, J. F. (2017). Ethical decision-making: The role of self-monitoring, future orientation, and social networks. *BAR - Brazilian Administration Review, 14*, 1-19. <http://dx.doi.org/10.1590/1807-7692bar2017160091>

- Briggs, S. R., Cheek, J. M., & Buss, A. H. (1980). An analysis of the Self-Monitoring Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 679-686. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.38.4.679>
- Casseb, M. S., Bispo, M. S. M., & Ferreira, E. A. P. (2008). Automonitoração e seguimento de regras nutricionais em diabetes: Dois estudos de caso. *Interação em Psicologia*, 12, 223-233. <http://dx.doi.org/10.5380/psi.v12i2.10392>
- Casseb, M. S., & Ferreira, E. A. P. (2012). Treino em automonitoração e comportamentos de prevenção de diabetes tipo 2. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 29, 135-142. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2012000100015>
- Castanheira, S. S. (2001). Autocontrole: a linguagem do cotidiano e a da análise do comportamento. Em R. A. Banaco (Org.), *Sobre comportamento e cognição: aspectos metodológicos e de formação em Análise do Comportamento e Terapia Cognitivista* (pp. 57-73). Santo André: Arbytes.
- Catania, C. A. (1999). *Aprendizagem: Comportamento, linguagem e cognição* (4ª ed.). Porto Alegre: Artmed.
- Cheng, C. M., & Chartrand, T. L. (2003). Self-Monitoring without awareness: Using mimicry as a nonconscious affiliation strategy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 1170-1117. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.85.6.1170>
- Cortez, M. D., de Rose, J. C. C., & Montagnoli, T. A. S. (2013). Treino e manutenção de correspondência em autorrelatos de crianças com e sem história de fracasso escolar. *Acta Comportamental*, 21, 139-157.
- Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (1999). *Psicologia das habilidades sociais: Terapia e educação*. Rio de Janeiro: Vozes.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2001). *Psicologia das relações interpessoais: Vivências para o trabalho em grupo*. Petrópolis: Vozes.
- Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2005). *Psicologia das habilidades sociais na infância: Teoria e prática*. Rio de Janeiro: Vozes.
- Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2011). Práticas baseadas em evidência e treinamento de habilidades sociais. Em A. Del Prette, & Z. A. P. Prette (Eds.), *Habilidades sociais: Intervenções efetivas em grupo* (pp. 57-82). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2012). Social skills and behavior analysis: Historical proximity and new issues. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 1, 104-115. <https://doi.org/10.18761/perspectivas.v1i2.35>
- Del Prette, A. & Del Prette, Z. A. P. (2017). *Competência social e habilidades sociais: Manual teórico-prático*. Petrópolis: Vozes.
- Dias, T. P., & Del Prette, Z. A. P. (2015). Promoção de automonitoria em crianças pré-escolares: impacto sobre o repertório social. *Acta Comportamental*, 23, 273-287.
- Ferreira, E. A. P., & Fernandes, A. L. (2009). Treino em auto-observação e adesão à dieta em adultos com diabetes tipo 2. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 25, 629-636. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722009000400019>
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive- developmental inquiry. *American Psychologist*, 34, 906-911. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.906>
- Flavell, J. H., Miller, P. H. & Miller, S. A. (1999). *Desenvolvimento cognitivo* (3ª ed.). Porto Alegre: Artmed.

- Fuglestad, P. T., & Snyder, M. (2009). Self-monitoring. In M. R. Leary, & R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (pp. 574-591). New York: Guilford.
- Gangestad, S. W., & Snyder, M. (2000). Self-Monitoring: Appraisal and reappraisal. *Psychological Bulletin*, 126(4), 530-555. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.126.4.530>
- Gold, S. R., Letourneau, E., & O' Donohue, W. T. (1994). Sexual interaction skills. In W. O'Donohue, & L. Krasner (Orgs.), *Handbook of psychological skills training: Clinical techniques and applications* (pp. 229-246). New York: Allyn & Bacon.
- Graziano, A. M., & Mooney, K. C. (1980). Family self-control instruction for children's nighttime fear reduction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48(2), 206-213. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.48.2.206>
- Gresham, F. M. (2009). Análise do comportamento aplicada às habilidades sociais. Em Z.A.P. Del Prette, & A. Del Prette (Orgs), *Psicologia das habilidades sociais: Diversidade teórica e suas implicações* (pp.17-66). Petrópolis, RJ: Vozes.
- Guevremont, D. C., Osnes, P. G., & Stokes, T. F. (1986). Preparation for effective self-regulation: The development of generalized verbal control. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 19, 99-104. <https://doi.org/10.1901/jaba.1986.19-99>
- Hanna, E. S., & Todorov, J. C. (2002). Modelos de autocontrole na análise experimental do comportamento: Utilidade e crítica. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 18(3), 337-343. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722002000300014>
- Ickes, W., & Barnes, R. D. (1977). The role of sex and self-monitoring in unstructured dyadic interactions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35(5), 315-330. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.35.5.315>
- Ickes, W., Stinson, L., Bissonette, V., & Garcia, S. (1990). Naturalistic social cognition: Empathic accuracy in mixed-sex dyads. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(4), 730-742. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.59.4.730>
- Israel, A. C., & O' Leary, K. D. (1973). Developing correspondence between children's words and deeds. *Child Development*, 44(3), 575-581. <http://dx.doi.org/10.2307/1128015>
- Jonas, A. L. (2004). Regras e autorregras no contexto terapêutico. *Integração (Fátima do Sul)*, 10, 187-190.
- Klein, O., Snyder, M., & Livingston, R. W. (2004). Prejudice on the stage: Self-monitoring and the public expression of group attitudes. *The British Journal of Social Psychology*, 43, 299-314. <https://doi.org/10.1348/0144666041501697>
- Kilduff, M., & Day, D. V. (1994). Do chameleons get ahead? The effects of self-monitoring on managerial careers. *Academy of Management Journal*, 37(4), 1047-1060. <https://doi.org/10.5465/256612>
- Lima, E.L., & Abreu-Rodrigues, J. (2010). Verbal mediating responses: Effects on generalization of say-do correspondence and noncorrespondence. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 43(3), 411-424. <https://doi.org/10.1901/jaba.2010.43-411>
- Maia, C. L. A. (2011). *Programa de mudanças de comportamento em crianças: O papel do automonitoramento do comportamento dos cuidadores*, Dissertação de mestrado. Pós-Graduação em Ciências do Comportamento, Universidade de Brasília, Brasília, DF.
- Marchezini-Cunha, V., & Tourinho, E. Z. (2010). Assertividade e autocontrole: Interpretação analítico-comportamental. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26(2), 295-304. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722010000200011>

- Martin, G., & Pear, J. (2009). *Modificação de comportamento: O que é e como fazer* (8ª ed.) (N. C. Aguirre, Trad.). São Paulo: Roca.
- Naumann, S. E. (2010). The effects of norms and self-monitoring on helping behavior. *Journal of Business Behavioral Studies*, 2, 1-10.
- Nobre, S. M. (2010). *Efeitos do treino de automonitoração e do treino de relato verbal no estabelecimento e na manutenção de comportamentos de seguir regras nutricionais em adultos com obesidade*. Dissertação de mestrado, Programa de Pós-Graduação em Teoria e Pesquisa do Comportamento, Belém, Pará.
- Pillow, D. R., Hale, W. J., Crabtree, M. A., & Hinojosa, T. L. (2017). Exploring the relations between self-monitoring, authenticity, and well-being. *Personality and Individual Differences*, 116(1), 393-398. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.060>
- Polaha, J., Allen, K., & Studley, B. (2004). Self-monitoring as an intervention to decrease swimmers' stroke counts. *Behavior Modification*, 28(2), 261-275. <https://doi.org/10.1177/0145445503259280>
- Shapiro, E. S., & Cole, C. L. (1999). Self-monitoring in assessing children's problems. *Psychological Assessment*, 11(4), 448-457. <http://dx.doi.org/10.1037/1040-3590.11.4.448>
- Reis, A. A., Teixeira, E. R., & Paracampo, C. C. P. (2005). Auto-regras como variáveis facilitadoras na emissão de comportamentos autocontrolados: O exemplo do comportamento alimentar. *Interação em Psicologia*, 9(1), 57-64. <http://dx.doi.org/10.5380/psi.v9i1.3286>
- Rother, E. T. (2007). Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta Paulista de Enfermagem*, 20(2), V-Vi. <https://dx.doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>
- Skinner, B. F. (1953). *Ciência e comportamento humano*. Tradução de J. C. Todorov e R. Azzi. São Paulo: Martins Fontes.
- Skinner, B. F. (1974). *Sobre o behaviorismo*. São Paulo: Editora Cultrix.
- Skinner, B. F. (1984). Contingências do reforço: Uma análise teórica (R. Moreno, Trad.). Em *Pavlov/Skinner (Coleção os Pensadores)* (2ª Edição pp.169-396). São Paulo: Abril Cultural.
- Silvares, E. F. M. (1991). O papel do registro de observação de comportamentos e da quantificação no diagnóstico clínico comportamental. *Psicologia USP*, 2, 105-109. <https://doi.org/10.1590/S1678-51771991000100009>
- Snyder, M. (1974). The self-monitoring of expressive control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 30(4), 526-537. <http://dx.doi.org/10.1037/h0037039>
- Snyder, M. (1979). Self-monitoring processes. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 12, pp. 85-128). New York: Academic Press.
- Snyder, M. (1987). *Public appearances/Private realities: The psychology of self-monitoring*. New York: Freeman.
- Taylor I. O., & Reilly M. F., (1997). Toward a functional analysis of private verbal self-regulation. *Journal of Applied Behavior Analysis* 30(1), 43-58. <http://dx.doi.org/10.1901/jaba.1997.30-43>
- Tourinho, E. Z. (2006a). *O autoconhecimento na psicologia comportamental de B. F. Skinner* (2ª ed.). Santo André: ESETEC.
- Tourinho, E. Z. (2006b). Mundo interno e autocontrole. *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, 2(1), 21-36. <http://dx.doi.org/10.18542/rebac.v2i1.800>

Received: June 18, 2018.

Accepted: October, 23, 2018.