

## Perspectiva Experiencial da Conversa Interna no Contexto de Resolução de Problemas<sup>1</sup>

Amanda da Costa DaSilveira  
William Barbosa Gomes<sup>2</sup>

*Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre-RS, Brasil*

**Resumo:** Trata-se de uma análise fenomenológica da conversa interna em duas condições: (a) desempenho de tarefa em voz alta contextualizada por parâmetros psicométricos, (b) experiência consciente da vida cotidiana. Participaram do estudo 23 estudantes universitários, com idade variando entre 17 e 28 anos. Três instrumentos foram utilizados: Teste Matrizes Progressivas de Raven, Questionário de Ruminação e Reflexividade, Entrevista Fenomenológica. Na análise destacou-se: a tríade estrutural de uma voz (eu) que fala a uma terceira parte (você) sobre um objeto (mim) conforme o modelo Peirce-Mead de Norbert Wiley, a intencionalidade bidimensional entre a tarefa e o *self*, as interferências da ruminação no desempenho do teste de Raven. As entrevistas fenomenológicas descreveram quando, para que, e como ocorre a conversa interna, e quando é inoportuna (pensamento circular) e oportuna (pensamento produtivo). A análise diferenciou a função de dados de terceira e de primeira pessoa na elucidação de um fenômeno cognitivo.

**Palavras-chave:** Processos Cognitivos, Linguagem, Pensamento, Fenomenologia, Consciência.

### Experiential Perspective of Inner Speech in a Problem-solving Context

**Abstract:** This study presents a phenomenological analysis of inner speech under two conditions: (a) the performance of a thinking-aloud task, contextualized by psychometric parameters, and (b) conscious experience of daily life. A total of 23 undergraduate students, aged between 18 and 28 years old, participated in the study. Three instruments were used: Raven Progressive Matrices, Rumination and Reflection Questionnaire, and a phenomenological interview. The following stood out: the structural triad of a voice (the Self) that talks to a third party (You) about an object (Me), according to the Peirce-Mead model of Norbert Wiley, the bi-dimensional intentionality that exists between the task and the self, and rumination disruptions during the performance of the Raven test. The phenomenological interviews revealed when, why and how inner dialogue occurs, as well as when it is inappropriate (circular thinking) or appropriate (productive and strategic thinking). This study also differentiated first and third person data in a cognitive phenomenon that was observed.

**Keywords:** Cognitive Processes, Language, Thinking, Phenomenology, Conscience.

### Perspectiva Experiencial de Conversación Interna en un Contexto de Solución de Problemas

**Resumen:** Se trata de un análisis fenomenológico de la conversación interna en dos condiciones: (a) el desempeño de tareas en voz alta contextualizada por parámetros psicométricos, y (b) la experiencia consciente de la vida cotidiana. Los sujetos fueron 23 estudiantes universitarios, con edades comprendidas entre 18 y 28 años. Se utilizaron tres instrumentos: Test de Matrizes Progresivas de Raven; Cuestionario de Rumia y Reflexión; y entrevista fenomenológica. El análisis mostró que: la tríada estructural de una voz (Yo) habla con una tercera parte (Usted) acerca de un objeto (Me), según el modelo de Norbert Wiley, la intencionalidad de dos dimensiones existentes entre la tarea y el *self*, la interferencia de la rumia durante la ejecución del Raven. Las entrevistas fenomenológicas describieron cuando, por que y como ocurre la conversación interna, y cuando es inadecuada (pensamiento repetitivo) u oportuna (pensamiento productivo, estratégico). El estudio también diferenció la función de datos de la tercera y primera persona en la elucidación de un fenómeno cognitivo.

**Palabras clave:** Procesos Cognitivos, Lenguaje, Pensamiento, Fenomenología, Conciencia.

O presente estudo recorre à análise fenomenológica para examinar, baseado em evidências, a manifestação da conversa interna verbalizada em voz alta. O foco da análise

é o fluxo da consciência, isto é, o movimento da intencionalidade entre a tarefa proposta e a consciência de si sobre a tarefa em realização.

Nas últimas duas décadas, a capacidade humana de relexividade vem sendo estudada em duas frentes: redefinição do conceito de *self* (Gallagher & Shear, 2005; Hermans, 2002; Wiley, 1994, 2006) e verificação empírica da conversação interna (Archer, 2003, 2007; DeSouza, DaSilveira, & Gomes, 2008; DaSilveira, 2007; DeSouza, 2005). Por reflexividade entende-se o ato cognitivo básico de interpretar e de fazer sentido, isto é, a semiose que transforma experiência em consciência (Owen, 1996). Sentido é o ato mínimo

<sup>1</sup> A pesquisa foi desenvolvida como parte integrante de dissertação de mestrado da primeira autora mediante supervisão do segundo. Apoio: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

<sup>2</sup> Endereço para correspondência:

Prof. Dr. William B. Gomes. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, campus da Saúde. Instituto de Psicologia. Rua Ramiro Barcelos, 2600/123. 90.035-003. Porto Alegre-RS, Brasil. E-mail: gomesw@ufrgs.br

de especificação, seja um reconhecimento, uma designação ou mesmo uma criação (Gendlin, 1962). Nessa perspectiva, o *self* é entendido como a experiência fenomenológica de tomada de conhecimento que é a interpretação continuada e revista de si, do outro, do mundo e das mediações predecessoras, imediatas e simultâneas, e antecipadoras. Os sentidos emergentes são sempre provisórios e requerem revisões constantes. Por isso, a reversão entre experiência consciente (o que aparece - *phainômeno*) e consciência da experiência (o que se volta para si mesmo) é uma ação comunicacional (Lanigan, 1997). Deste modo, pode-se pensar que a ação comunicacional ocorre em forma de conversação, sendo essa conversa interna o que entendemos por reflexão. A conversa interna é a atividade de se falar silenciosamente consigo mesmo (Morin, 2009; Zivin, 1979). Ela é aqui compreendida como parte integrante de um processo maior de comunicação intrapessoal (o fluxo de consciência), o qual também inclui imagens mentais e outras formas sógnicas (Wiley, 2006).

O interesse das relações entre conversa interna e *self* não é novo, foi referido por autores como James (1890/1950), Mead (1934/1962), Peirce (1931/1958), Piaget (1979), Vygotsky (1934/1986) e Wiley (2006). O interesse reapareceu no final dos anos 1980 entre sociólogos neopragmatistas. Colapietro (1989) escreveu sobre o *self* na perspectiva de Peirce, e Wiley (1994) deu continuidade, incluindo a perspectiva de *self* de Mead, com a proposição de uma teoria para o *self* semiótico que ficou conhecido como o modelo Peirce-Mead. Destaca-se, ainda, a extensa pesquisa qualitativa de Archer (2007), sobre as relações entre conversa interna, reflexividade e estilos de tomada de decisão. Na psicologia, a literatura restringe-se a contextos isolados e restritos, utilizando a conversa interna como meio para acesso a determinados construtos. São exemplos: (a) o método de produção de protocolos de pensamento em voz alta utilizado pela psicologia cognitiva para técnicas de resolução de problemas (Ericsson & Simon, 1993); (b) os questionários que solicitam aos respondentes para reconhecerem a presença, a intensidade e as temáticas da conversa interna em suas vidas, por meio de escalas Likert (Morin, Everett, Turcotte, & Tardif, 1993; Trapnell & Campbell, 1999). Com efeito, a conversa interna é um fenômeno central para a psicologia cognitiva, embora ainda pouco explorado pela literatura.

A conversa interna foi estudada por DeSouza et al. (2008) tendo como base o modelo Peirce-Mead de Wiley. Os autores convidaram estudantes universitários a responderem o Teste das Matrizes Progressivas de Raven (TMPR) (Raven, 1962/1965), falando em voz alta todos os pensamentos que viessem à mente. O objetivo era observar o fluxo dialógico com base nas três instâncias semióticas do modelo Peirce-Mead de Wiley: uma conversação entre alguém (presente, *eu*), falando de algo (passado, *mim*), para um terceiro (futuro, *você*). Os dados foram analisados qualitativamente, com base nas etapas descritivas e reducionistas do método fenomenológico, como expostas por Gomes (2007). O método utilizado nestas circunstâncias requer atenção e cuidado,

pois ao mesmo tempo em que se quer verificar um padrão de preexistência possível, no caso do fluxo instanciado conforme definido pelo modelo Peirce-Mead de Wiley, não se pode perder de vista os aspectos emergentes. Por conseguinte, a aplicação da técnica fenomenológica de “pôr entre parênteses” trouxe enorme desafio para os autores (DeSouza et al., 2008). A análise indicou três padrões de conversa interna que foram reconhecidos como: (a) descrição visual das formas gráficas das matrizes, (b) raciocínio lógico nas variações imaginativas para preencher as lacunas das matrizes, (c) relações dialógicas nas conversas em forma de exclamações (*Oh, que terrível!*), imperativos (*Fique calma, Maria, fique calma!*) e mesmo de perguntas e respostas (*Ora, o que estou fazendo? Você pega o quadrado e acrescenta a bolinha*). As relações dialógicas também evidenciaram a tríade semiótica do modelo Peirce-Mead.

O presente estudo dá continuidade às investigações iniciadas por DeSouza et al. (2008) atendendo às exigências de estabilidade convergente de dados qualitativos (Cho & Trent, 2006) e incluindo comparações entre dados de terceira pessoa (TMPR) e dados de primeira pessoa (entrevistas). O objetivo do estudo foi compreender a experiência de conversa interna associada ao desempenho de uma tarefa e à experiência de si mesmo no fluxo consciente da resolução de uma tarefa. Na primeira condição, a manifestação verbalizada da conversa interna foi contrastada com parâmetros de atividades conscientes, como refletir (pensamento elucidativo), ruminar (pensamento redundante, repetitivo) e parâmetros objetivos fornecidos pelas respostas ao TMPR: tempo, número de palavras e desempenho. Na segunda condição, a experiência da conversa interna foi captada como uma vivência imediata, retrospectiva e prospectiva. As expectativas eram que os indicadores de terceira pessoa fornecessem parâmetros para demonstrar a variação da intencionalidade entre a tarefa e si mesmo, e que a consciência da experiência definisse e contextualizasse as relações entre a conversa interna e a vida cotidiana.

## Método

### Participantes

Participaram do estudo 23 estudantes universitários, com idade variando entre 17 e 28 anos, perfazendo uma média de 19 anos ( $DP = 6,8$ ), sendo quinze do sexo feminino (63,63%) e oito do sexo masculino (36,36%). O interesse da pesquisa era teórico, sem nenhuma pretensão de comparar populações ou de proposição inferencial.

### Instrumentos

Foram utilizados os três instrumentos descritos a seguir. *Teste Matrizes Progressivas de Raven - Escala Avançada* (TMPR) (Raven, 1962/1965), com aplicação adaptada ao estudo de conversa verbalizada (Bertau, 1999), os participantes

respondem ao teste falando em voz alta todas as ideias que lhes vêm em mente. Foi utilizada a série II, composta por 36 itens divididos em três níveis de 12 itens cada.

*Questionário de Ruminação e Reflexividade* (QRR) (Trapnell & Campbell, 1999) composto por 28 itens e uma escala Likert de cinco pontos. Metade do questionário refere-se à reflexividade (exemplo de item: *Eu adoro analisar por que eu faço as coisas*), e outra à ruminação (exemplo de item: *Minha atenção está frequentemente focada em aspectos sobre mim sobre os quais eu gostaria de parar de pensar*). Utilizou-se a versão adaptada para a população universitária brasileira por Zanon e Teixeira (2006), que obteve evidências de validade fatorial e convergente, com  $\alpha = 0,87$ .

*Protocolo de Entrevista Fenomenológica* que consiste em roteiro semiestruturado para levantamento de autorrelatos sobre a experiência consciente de conversação interna, como foco no cotidiano do participante. O protocolo é reproduzido a seguir.

*Inicialmente, você respondeu a uma escala de ruminação e reflexão e a um questionário sobre emoções. Depois, respondeu a esse teste de clareza do pensamento em voz alta: (a) Poderia descrever como foi para você resolver esses instrumentos? (b) O que você achou desse último instrumento chamado Raven? Como você acha que teria sido resolver esse instrumento sem falar em voz alta? (c) Você já havia prestado atenção nessas questões de conversar em voz alta antes? (Em caso afirmativo, como, em que situações, etc. Em caso negativo: como foi deparar-se com essa conversa, ouvir a si mesmo falando, etc.); (d) Você costuma conversar assim em alguma situação específica da sua vida cotidiana? (e) Passaram outros pensamentos na sua cabeça enquanto você resolvia o teste e falava? Você se lembra de alguns? (f) O que você teria a dizer para nós, pesquisadores, quanto a esse trabalho todo que foi desenvolvido? Alguma sugestão, crítica, etc. Quer dizer mais alguma coisa ou fazer alguma pergunta? Muito obrigado pela sua participação.*

## **Procedimento**

### *Coleta de Dados*

Os dados foram obtidos em duas etapas. A primeira foi a aplicação coletiva do QRR em sala de aula, em data previamente combinada. Na ocasião, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi lido e explicado, assim como os objetivos da pesquisa. Logo após, os participantes recebiam as orientações para preenchimento do instrumento. Ao final, marcava-se o dia da realização da segunda etapa. O intervalo entre uma etapa e outra foi de uma semana. Na segunda etapa aplicava-se o TMPR em sessões individuais, conforme as

instruções do manual, incluindo a instrução para que as tarefas fossem resolvidas em voz alta. O participante permanecia sozinho na sala, com instrução de ir à sala ao lado, tão logo terminasse a tarefa, para conversar com o experimentador, quando então se realizava a entrevista fenomenológica. O áudio de todo o encontro individual foi captado e digitalizado com o auxílio de um minigravador.

### *Análise dos Dados*

A análise foi organizada em quatro etapas, sendo as duas primeiras referentes à coleta de dados de terceira pessoa, já as duas últimas referem-se aos dados de primeira pessoa:

*Etapa 1* - Levantamento das medidas delimitadoras da conversação interna durante a resolução do TMPR. Para tanto, cronometrou-se o tempo que cada participante despendeu para resolver os itens do instrumento em questão, contou-se o número de palavras verbalizadas durante a resolução do teste a partir da transcrição integral das gravações de áudio, e contabilizou-se o número de itens em que o participante respondeu corretamente.

*Etapa 2* - Levantamento dos índices de reflexividade e ruminação, a partir dos critérios de mensuração sugeridos pelo QRR.

*Etapa 3* - Identificação de casos extremos para análise qualitativa da conversa interna e classificação das verbalizações. O critério foi selecionar os participantes que obtiveram o menor e o maior escore nos oito requisitos das etapas 1 e 2: quantidade de palavras verbalizadas, tempo despendido e desempenho (número de acertos) no TMPR, e índices de reflexão ou ruminação evidenciados pelo QRR.

*Etapa 4* - Análise fenomenológica dos dados de primeira e terceira pessoa coletados no estudo. Tal procedimento implica a realização de uma sequência de análises qualitativas sobre os dados obtidos por meio dos instrumentos e das entrevistas. A análise sustenta-se na tradição fenomenológica de pesquisa (Campos & Engler, 2009; DeSouza, 2005; Giorgi, 2006, Gomes, 2007) e orienta-se pela execução de três etapas reflexivas. Primeiramente, oferece-se uma descrição qualitativa, em que se separam partes de um todo, e demarcam-se unidades de sentido das verbalizações iniciais. Em um segundo momento, procede-se a uma análise sintética dos dados, conhecida como redução, em que se especifica e se delimita o fenômeno em novas partes (tipologias). Os dados finais contrastam os sentidos analisados a partir dos dados com o todo novamente, em um procedimento chamado de interpretação fenomenológica. Assim, confronta-se o que foi descrito e especificado, com outros entendimentos em torno do fenômeno. Em síntese, a concepção geral deste estudo é fenomenológica, mas busca, para efeitos de rigor descritivo, o esclarecimento elucidativo entre dados de terceira (material obtido por medidas-padrão) e de primeira pessoa (autorrelatos por entrevistas).

### Considerações Éticas

O estudo foi previamente aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (protocolo nº 2006558). Todos os participantes deram seu consentimento por escrito via assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Tabela 1

*Relação dos Participantes Selecionados Conforme os Critérios Adotados a Partir dos Resultados Quantitativos Coletados na Primeira Parte do Estudo*

Casos	Critério	Pontuação	Participante	Sexo
1	Maior tempo no TMPR	7310s	15	M
2	Menor tempo no TMPR	938s	2	F
3	Maior número de palavras no TMPR	9157 palavras	15	M
4	Menor número de palavras no TMPR	687 palavras	14	F
5	Maior desempenho no TMPR	97%	11	F
6	Menor desempenho no TMPR	19%	10	F
7	Alta ruminação/Baixa reflexão	50 pontos/44 pontos	13	F
8	Alta reflexão/Baixa ruminação	59 pontos/31 pontos	12	M

Nota. TMPR = Teste Matrizes Progressivas de Raven.

### Descrição dos Dados de Terceira Pessoa

A análise quantitativa foi realizada sobre um recorte de 10 minutos dos protocolos de transcrições da conversa interna. O intervalo escolhido foi dos 5 aos 15 minutos, considerando ser um período comum a todos os protocolos e estarem os participantes mais familiarizados com a tarefa. A análise concentrou-se no exame de enunciados informacionais e de enunciados dialógicos ou comunicacionais dos participantes referentes à tarefa e a si mesmo. Foram consideradas as várias formas de enunciação: exclamações, imperativos, perguntas pessoais e sobre a tarefa, raciocínios lógicos pessoais, raciocínios lógicos sobre a tarefa, descrições verbais pessoais e descrições verbais sobre a tarefa. A legenda referente às diversas formas de enunciação encontradas está disposta na Tabela 2. Nos extremos (partes superior e inferior da tabela, com valores atribuídos de +/- 3 e +/- 4) estão as enunciações comunicacionais e no centro (valores +/- 1 e +/- 2) as enunciações informacionais. Enunciados informacionais são constituídos por sentenças com verbos de ação (exemplo: *Vou ver as duas listas*) e sentenças com verbos na forma imperativa (exemplo: *Tente outra vez!*). Em contraste, enunciados comunicacionais são constituídos por sentenças interrogativas, e/ou sentenças com verbos de ligação como “ser” e “estar” (exemplo: *É este o que combina?*), e também por sentenças exclamativas (exemplo: *Que chato!*). Note-se que enunciações informacionais são escolhas binárias, exclusivas: *é* ou *não é*; ao passo que enunciações comunicacionais são analógicas, inclusivas: ou *isto* ou *aquilo*.

### Resultados e Discussão

A análise fenomenológica concentra-se exclusivamente nos casos extremos entre os 23 participantes que responderam aos instrumentos, como indicado na Tabela 1. A exposição dos resultados está dividida em duas partes: (a) descrição e redução dos casos extremos com dados (*data*) de terceira pessoa, (b) descrição e redução das entrevistas, ou seja, dados (*capta*) de primeira pessoa (Lanigan, 1997).

Tabela 2

*Critérios Classificatórios das Enunciações para os Sete Casos Selecionados no Estudo*

Objeto	Tipo de sentença	Legenda Gráfica <sup>a</sup>	Instância
Pessoal	Exclamações	+4	Comunicacional
	Perguntas pessoais	+3	Comunicacional
	Raciocínio lógico pessoal	+2	Informacional
	Descrição pessoal	+1	Informacional
Problema	Descrição do teste	-1	Informacional
	Raciocínio lógico do teste	-2	Informacional
	Perguntas da tarefa	-3	Comunicacional
	Imperativos	-4	Comunicacional

Nota. <sup>a</sup>Indica apenas a convenção utilizada para os tipos de dialogicidade.

Com base nos critérios classificatórios, obteve-se uma série de gráficos comparativos (Figuras 1 e 2) entre número de acertos no TMPR (indicador de desempenho) e número de palavras (indicador de verbalizações). No intervalo de 10 minutos, os participantes resolveram em média 12 itens do TMPR. O participante que completou o menor número de itens foi o que mais pontuou em ruminação (participante 13, que resolveu oito itens do TMPR). Registre-se que a correlação entre ruminação e desempenho foi negativa (-0,239,  $p < 001$ ). O participante com maior número de itens resolvidos foi quem concluiu a tarefa no menor tempo na amostra geral

(participante 2, que resolveu 19 tarefas do TMPR) (Figura 1). A tendência predominante do objeto da conversa interna foi a tarefa (média de 73% das verbalizações), tendo, em contraste, o caso 13, que produziu 64% de enunciações pessoais e apenas 36% foram enunciações relativas à tarefa. Observou-se também que participantes com maior número de acertos (rendimento acima de 70%) estavam mais concentrados na tarefa, tendo como contrastante o caso 14, que apresentou um número de palavras muito baixo, verbalizando muito pouco durante a execução da tarefa e não apresentando nenhuma enunciação “pessoal” no intervalo de tempo observado, com rendimento de 50% (Figura 2).

As Figuras 1 e 2 foram confeccionadas a fim de ilustrar as verbalizações dos casos com melhor e pior desempenhos no TMPR, respectivamente. Na Figura 1, observa-se

primeiramente a ilustração referente ao participante 2, que obteve 80% de acertos no TMPR, e cujo total de verbalizações classificadas como pessoais foi de 19%, ao passo que as outras 81% foram sobre a tarefa. Já o participante 11, indicado na ilustração subsequente, obteve o melhor desempenho geral no TMPR neste estudo, com 97% de acertos, 25% de suas verbalizações foram classificadas como pessoais, e as outras 75% foram sobre a tarefa. O participante 12 apresentou a mesma quantidade de verbalizações pessoais e sobre a tarefa que o participante 11, e um bom desempenho no TMPR, com 89% de acertos. O participante 15 (indicado na última ilustração abaixo e à direita da Figura 1) também apresentou 89% de acertos no TMPR, e suas verbalizações pessoais e sobre a tarefa predominaram em 15% e 85% do total contabilizado, respectivamente.

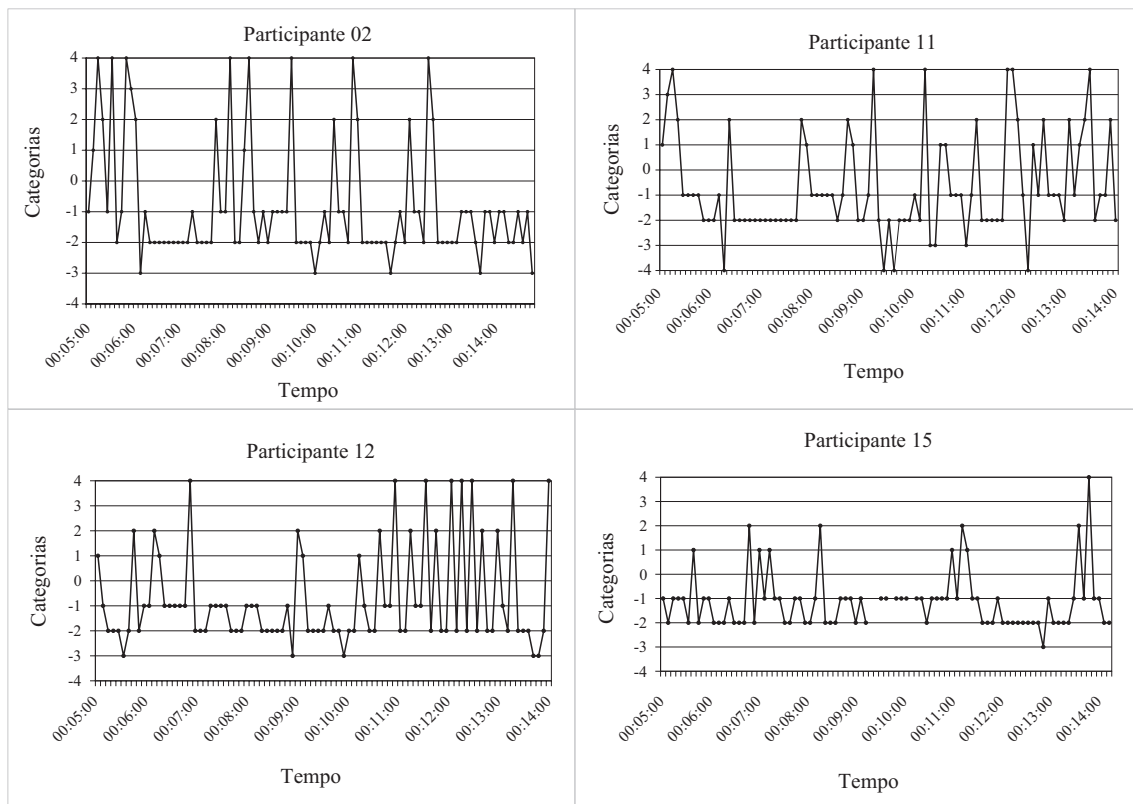


Figura 1. Verbalizações dos participantes com os melhores desempenhos no Teste Matrizes Progressivas de Raven.

Na Figura 2, observa-se primeiramente a ilustração do participante 10 cujo desempenho no TMPR foi fraco, com 22% de acertos. Seus dados coletados indicaram 41% de verbalizações pessoais e 59% sobre a tarefa. A ilustração subsequente se refere ao participante 13 cujo desempenho geral foi pouco satisfatório, com 64% de acertos, 54% de

suas verbalizações foram pessoais e 46% foram sobre a tarefa. Por fim, observam-se os dados do participante 14 cujo desempenho geral no TMPR também foi pouco satisfatório, apresentando 50% de acertos, sendo que nenhuma de suas verbalizações foi pessoal, todas foram sobre a tarefa no período analisado.

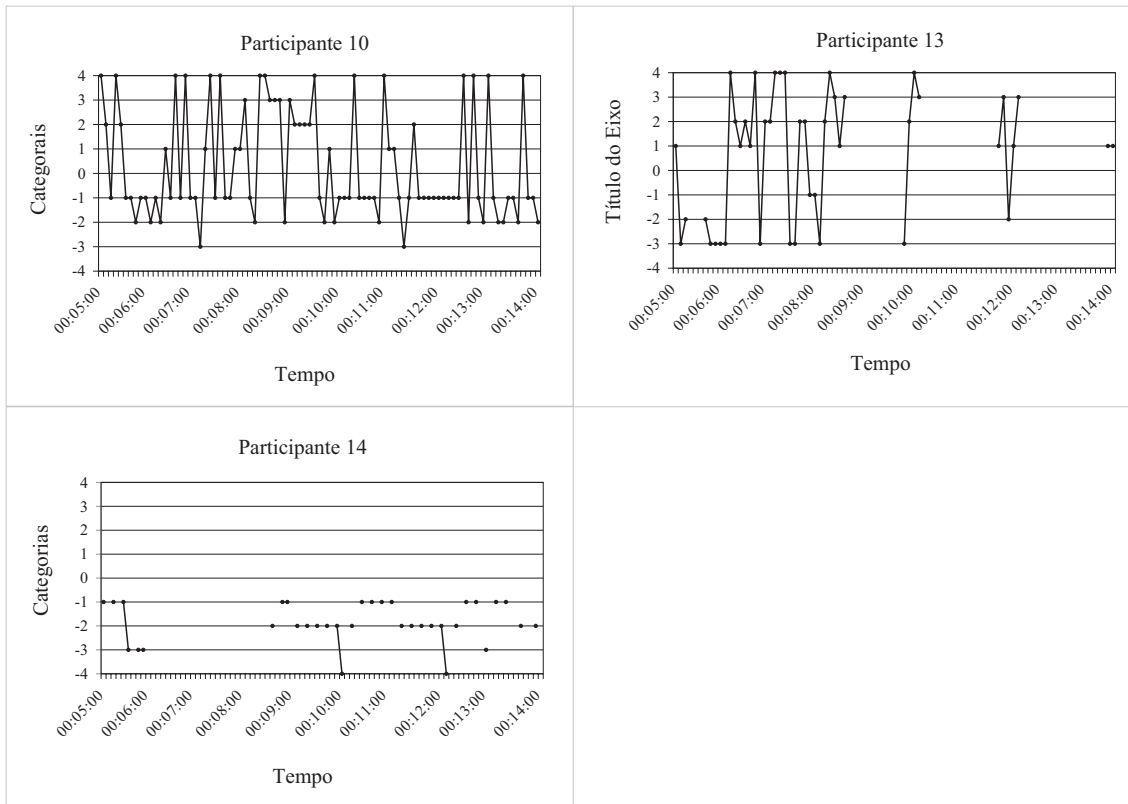


Figura 2. Verbalizações dos participantes com os desempenhos menos satisfatórios no Teste Matrizes Progressivas de Raven.

Os dados de terceira pessoa sugeriram que a quantidade de enunciações pessoais não influencia no desempenho de um teste de raciocínio como o TMRP. Contudo, deve-se considerar a proporção das enunciações pessoais e das enunciações voltadas para a tarefa. Nos casos de maior desempenho (participantes 2, 11, 12 e 15), houve predomínio de enunciados voltados para a tarefa e informacionais (descrições verbais e raciocínios lógicos relacionados ao teste). Entretanto, contrariando achados de Bertau (2004), não necessariamente quem fez mais perguntas obteve melhor desempenho no teste.

**Redução dos Dados de Terceira Pessoa**

A diferenciação entre as verbalizações centradas em questões pessoais ou em questões relativas à tarefa se mostrou importante na classificação da conversa interna em ruminativa ou reflexiva. A distinção entre enunciados de informação e de comunicação sugerida em DeSouza et al. (2008) levou em conta o endereçamento da conversa (o *eu* que fala para *si mesmo* no futuro), mas parece não ter considerado a classificação da conversa com relação ao seu objeto (o *mim*), conforme a síntese Peirce-Mead de Wiley (1994). Note-se que o movimento entre o enunciado relacionado ao contexto da resolução de problemas e o instante em que o participante desloca o foco da conversa para questões relativas ao *self*

(*Não estou conseguindo*) ou ao ambiente (*Que sala fria!*) são alheios à tarefa. Portanto, essas verbalizações não se caracterizariam como sentenças metacognitivas (Schooler & Melcher, 1995). Ainda assim, tais verbalizações não devem ser desconsideradas mesmo quando o objetivo for a avaliação do contexto de resolução de problemas. As frases cujo foco está no *self* podem influenciar o comportamento adaptativo e, conseqüentemente, o melhor desempenho dos participantes na tarefa proposta (Rohrkemper, 1986). A distinção entre as enunciações comunicacionais e informacionais ilustradas nas Figuras 1 e 2 revela, com muita força, a dimensão e a dinâmica da conversa interna e será objeto da análise na perspectiva de primeira pessoa, apresentada a seguir.

**Descrição dos Dados de Primeira Pessoa**

Os 23 participantes foram convidados a dar uma entrevista ao final da aplicação das escalas e questionários. O foco da entrevista era a experiência de ter respondido aos vários instrumentos e a própria vivência de conversa interna. A perspectiva experiencial dos participantes em relação à conversa interna apareceu aos pesquisadores como constituída por nove asserções qualitativas. Cada asserção sobre a conversa interna descrita a seguir se fará acompanhar de um excerto típico ilustrativo:

(1). Auxilia na organização do pensamento para resolver problemas no aqui e agora: “É mais fácil. Se eu conseguir externalizar o que tem dentro pra organizar. Porque às vezes fica uma bagunça, aí eu não consigo me organizar” (participante 1).

(2). Reavalia os acontecimentos do dia a dia: “Eu digo assim, ai, ‘por quê que eu fiz isso? Por quê que eu não fiz diferente?’ e aí ‘eu devia ter ficado quieta’, sabe? Aquelas assim, ‘não devia ter gaguejado tanto’, sabe?” (participante 3).

(3) Ajuda na organização do pensamento lógico em resolução de tarefas específicas: “É que sempre que eu resolvo matemática, exercícios, eu falo comigo, senão eu não consigo fazer” (participante 1).

(4) Funciona como ensaio para situações em que ocorrerá um diálogo externo com ocorrência iminente (uma reflexão sobre algum acontecimento que se passará no futuro): “Quando eu tenho alguma coisa pra fazer, tipo algum trabalho pra apresentar, eu repasso todo ele em voz alta (...). Eu uso a voz interna pra me sentir mais segura” (participante 18).

(5) Pode se constituir, por outro lado, na forma de um pensamento indesejado a ser evitado, por aparecer como obstáculo na resolução de problemas no dia a dia: “Sabe que esses dias eu não consegui dormir de tanto pensar? Às vezes eu me sinto rápida, assim, sabe? – É que assim, tem coisas tão óbvias, que eu não consigo falar. Se eu falar, eu não vou resolver” (participante 4).

(6) Nomeia sentimentos e aspectos emocionais para si mesmo: “Às vezes algum problema, tipo, sei lá. Digamos que eu tenha discutido com alguém, assim, e isso me deixa preocupada, né? Aí eu acabo pensando (...). E às vezes eu acabo falando, acabo exteriorizando, assim” (participante 12).

(7) É externalizada em particular e evitada em público, isto é, a experiência de falar em voz alta faz parte da vida privada. Na presença de outras pessoas, falar sozinho apresenta a conotação de “ser louco”, de algo “ridículo/engraçado”: “Daí eu, nossa, na hora que eu acabei de falar, que eu ouvi, sabe? Eu acho que foi quase tudo ao mesmo tempo: eu percebi que eu falei alto e ela me perguntou. E aquilo me causou uma vergonha, sabe ‘Nossa, meu Deus do céu, se ela soubesse, assim, ela ia me achar louca, falar comigo mesma, assim’” (participante 16).

(8) A conversa interna verbalizada é diferente de pensamento, pois ela exterioriza coisas “além” do pensamento: “Ah não, mas aí se a pessoa falar sobre o que ela acha, não é bem o que ela pensa. ‘Tu vai falar e não vai sair o mesmo, não sei’” (participante 4).

(9) A conversa interna verbalizada passa por uma espécie de “filtro”, nem sempre se fala o que se pensou: “Tipo naquelas folhinhas que tu entregou, aí às vezes tem várias coisas que tu fica tipo ‘não vou responder isso, porque vão achar ah, não, sabe, que eu faço errado’, tipo. Mas aí tu acaba pensando ‘não, vamos ser sinceras’, né? (...). Acaba pensando um pouco sobre as coisas de como é que tu age em determinadas situações, assim, é legal” (participante 2).

### ***Redução dos Dados de Primeira Pessoa***

A conversa interna foi caracterizada de diferentes modos e interpretada por crenças e teorias do próprio participante. Oferece-se, assim, um entendimento das diversas dimensões da conversa interna, seja relativo ao conteúdo (interno ou externo), ao tempo (passado, presente e futuro), ao contexto (verbalizar junto a outras pessoas ou sozinho), bem como a variações de caráter valorativo (se ela prejudica ou auxilia o sujeito). Deste modo, as nove asserções descritivas acima apresentadas podem ser reduzidas a três estruturas básicas:

*Estrutura 1* - A conversa interna tem uma natureza própria que ultrapassa o sistema de signos utilizados na linguagem externa, que vai além do pensamento, e que é preferencialmente expressada na esfera privada.

*Estrutura 2* - A conversa interna é vivenciada enquanto recurso cognitivo para organizar o pensamento tanto em questões concretas e objetivas (resolver problemas lógico-matemáticos, por exemplo) quanto em relação à apreensão e interpretação das indicações organísmicas ou subjetividade (nomear sentimentos).

*Estrutura 3* - A conversa interna é diferenciada quanto ao contexto temporal em que ocorre, podendo ser uma ferramenta auxiliar do pensamento em questões do passado (ao envolver reflexões sobre memórias), presente (ao acompanhar a resolução de problemas que se apresentam para o sujeito em tempo real) ou futuro (ao conjugar ideias e planejamentos para eventos que poderão acontecer).

### ***Interpretação Fenomenológica dos Dados de Terceira e de Primeira Pessoa***

A redução revelou uma estrutura bidimensional da ação reflexiva tanto na demonstração de terceira pessoa, quando na expressão experiencial de primeira pessoa: as verbalizações ora se dirigiam para a tarefa, ora para si mesmo. Esse debate entre a conversa interna cujo objeto é voltado para o *self* ou para o objeto mostra-se análogo ao debate entre reflexividade e prereflexividade. Husserl (1964) definiu o fluxo de consciência na bidimensionalidade de tomar a si mesmo como objeto (análise noética) e de tomar sua própria experiência como objeto (análise noemática). As duas instâncias aparecem nos dados aqui relatados enquanto ação reflexiva voltada para si, e também sublinhando a experiência com os objetos mundanos.

O efeito da reflexividade é semelhante ao posicionamento de um espelho plano frente a outro espelho plano: infinitas projeções do *self* podem ser observadas, e a ação da conversa interna parece emoldurar cada uma destas projeções, descrevendo as diversas impressões que o *self* gera sobre si mesmo em diferentes momentos. Isto parece estar de acordo, por exemplo, com o foco de trabalho terapêutico de algumas psicoterapias baseadas na reflexão verbalizada, em

que a reflexividade colocada em palavras parece atuar como uma ferramenta de precisão no esclarecimento de questões relativas ao autoconceito, autoimagem, identidade etc. (Morin & Everett, 1991; Pedersen, 1999).

Já a instância prereflexiva da conversa interna, ou seja, relativa a objetos da experiência, é observada em situações de interação com o mundo em tempo real, como é o caso do uso da conversa interna na resolução de problemas. O debate interessante com a literatura se faz ao se pensar no caso da resolução de problemas que envolvem *insight*, em que a conversa interna prejudica a produção de soluções criativas em contextos de resolução de problemas (Fiore & Schooler, 1998). Observa-se, então, o contato entre os itens dois e três da redução fenomenológica de primeira pessoa: a conversa interna que ajuda e a que atrapalha.

A característica da conversa interna como fenômeno cuja produção é desejada ou indesejada pelo sujeito remete, ainda, à distinção entre reflexão e ruminação (Trapnell & Campbell, 1999): a conversa interna pode estar na base do exercício de autoconhecimento daqueles indivíduos que têm prazer em pensar sobre si ou pode sublinhar os pensamentos incessantes e circulares característicos da ruminação, cuja ocorrência é comumente observada em pacientes com diagnóstico de depressão, por exemplo.

A dimensão temporal, apresentada no terceiro ponto da análise, também se mostrou relevante para o debate sobre a natureza da conversa interna. A percepção da conversa interna, segundo os relatos, não ocorre parte por parte, como fragmentos compartimentados, mas, como um todo, como momentos sinteticamente integrados. Percebe-se na descrição desta experiência a própria incompletude da perspectiva: nunca se percebe um objeto todo, por inteiro, pois a dimensão do tempo faz parte da experiência.

As características formais da conversa interna também foram ressaltadas pelos participantes de outro ponto de vista: a conversa interna é percebida enquanto estrutura na qual uma parte (alguma palavra, assunto) é foco e outra é sombra. Considerando a relação entre consciência e experiência, a conversa interna materializa a percepção enquanto algo emergente que aparece com a certificação do que se vê e se sente neste aparente que ganha forma e sentido. A experiência é ao mesmo tempo o testemunho da minha inserção no mundo real, entremeada pelas minhas lembranças, sentimentos presentes e momentâneos e perspectivas futuras. A conversa interna desponta como a comunicabilidade sentida, referida e registrável entre a consciência que se volta para a experiência na forma de percepção e responde a ela na forma da expressão. A conversa interna pode ser então entendida como a expressividade dessa percepção das coisas e de si mesmo por parte do *self* semiótico, reflexivo, ou simplesmente *self*.

O plano temporal apresentou-se, ainda, implicando a perspectiva comunicacional intrapessoal. A conversa interna, neste caso, sublinha movimentos reflexivos auxiliares aos processos cognitivos individuais relacionados à memória

episódica (reflexões sobre eventos do passado) (Tulving, 2002), resolução de problemas (presente) e planejamentos e pensamentos episódicos futuros (Atance & O'Neill, 2001).

A experiência de primeira pessoa da bidimensionalidade da conversa interna desvela o sujeito reflexivo na ação de pensar sobre si e sobre o mundo. Uma ação que se move no afastamento ou aproximação de um dos dois polos: o si e o mundo, o privado e o público. Neste movimento abriga-se a desejabilidade da conversa interna, e do organismo como um todo, que é o seu poder semiótico na atração dos afetos. O movimento focaliza mais intensamente aquilo que é de interesse em um dado momento. Estamos diante da possibilidade da conversa interna ser uma ferramenta que ora auxilia os participantes em atividades diárias e ora os prejudica, enquanto um pensamento indesejado que lhes aparece.

Em síntese, a conversa interna parece fazer a mediação entre fluxo rico e veloz do pensamento com plena liberdade signica e os seus limites estruturais. Por limites estruturais entende-se a conjunção psicobiológica, social, cultural associada aos estilos individuais, a saber, a personalidade ou as preferências dominantes, voluntárias ou involuntárias, das configurações funcionais cognitivas e habituais. A conversa interna é o registro, por excelência, da comunicação do sujeito consigo mesmo e da sua interação com o mundo.

## Considerações Finais

Dois aspectos funcionais da conversa interna ocuparam a atenção desta análise fenomenológica: (a) a verbalização em voz alta sobre a resolução de uma tarefa, (b) a verbalização sobre si mesmo como atenção concorrente da atenção à tarefa. Em complemento, dois outros aspectos estavam sendo verificados: (c) a relação entre verbalização e desempenho, (d) o fluxo manifesto enquanto temporalidade da consciência.

Quanto à verbalização em voz alta da conversa interna, os resultados ofereceram uma descrição sistemática e detalhada da experiência como apreensão fenomenal do vivido da intencionalidade bidimensional entre a tarefa e si mesmo. Neste sentido, a conversa interna apresentou-se como ferramenta fundamental de relação ao mundo, na indicação e no encaminhamento da tarefa.

Quanto à relação entre verbalização e desempenho, os dados de terceira pessoa, provenientes do QRR de medidas quantitativas aplicadas aos protocolos de verbalização na resolução do TMRP, evidenciaram padrões de atitude frente à resolução de problemas por parte dos participantes. Os mais bem sucedidos na tarefa necessariamente realizaram diálogos internos que versavam ora sobre o problema, ora sobre si, de forma relativamente distribuída. Obviamente, o aumento da verbalização sobre si ou alheios à tarefa comprometeram o desempenho.

Quanto ao fluxo conversacional, os achados e tomados deste estudo exemplificam a temporalidade da consciência, como indicam as descrições sobre um sentido em andamento, ainda incompleto, difícil de ser apreendido, buscando sua



finalização. Há na constituição do sentido um movimento em direção ao todo que se esboça e se esvai no fluxo da consciência. Ressalte-se que a proposição gráfica da conversação não só especificou manifestações informacionais (ou... ou) e comunicacionais (e... e) (Lanigan, 1997), quanto indicou a direção da intenção, isto é, do que se ocupava a conversa interna, a autoconsciência ou simplesmente o *self* semiótico (Wiley, 2006).

Quando Wiley (1994) propôs o modelo Peirce-Mead, as evidências indicadas procediam da experiência do cotidiano, não se caracterizando como levantamentos empíricos sistemáticos. Esses levantamentos foram realizados por DeSouza et al. (2008) e estão sendo confirmados no presente estudo. O modelo configura a estrutura básica de uma conversação que pode ampliar-se dependendo da dinâmica dos conteúdos, isto é, sobre o que se fala para alguém. Um exemplo de ampliação, citada pelo próprio Wiley, é o aumento do número ou mudança de *status* da parte para qual se fala, por exemplo, o *eu* falando de um objeto (*mim*), para partes próximas (parentes, amigos) ou distantes (chefia, autoridades) (*vocês*). No entanto, os achados deste estudo estão mostrando que o processo de explicitação dos conteúdos é gradual, no caso da resolução do TMPR, indo do implícito na descrição visual e no raciocínio lógico para o explícito nas relações dialógicas.

A correlação negativa e significativa entre ruminação e desempenho é um importante indício de que essa relação deve ser examinada com maior cuidado e especificação. Entretanto, no recorte escolhido para esse estudo não ficaram evidentes as relações claras entre as verbalizações dos participantes e os perfis de ruminação e reflexão. Aventa-se que esta ausência de evidência possa ser decorrente do tamanho reduzido de participantes utilizado nas análises (10 minutos de gravação das verbalizações).

Atualmente, neurocientistas e psicólogos (Gallagher & Zahavi, 2008) estão buscando explicações para as relações entre o sujeito e o seu mundo quando apelam para modelos dinâmicos, neurais ou de processamento da informação. Entende-se que uma análise fenomenológica, sistêmica e sistemática, oferece um bom começo para pesquisas de terceira pessoa. Ademais, pesquisas de primeira pessoa agregam o sentido emergente que falta à interpretação dos dados de terceira pessoa. Por exemplo, o modo como a conversação interna foi tomada como experiência real dos participantes (dados de primeira pessoa) e definida como estratégia de focalização, nomeação organização, avaliação e antecipação. Especificamente, é uma experiência privativa que ocorre entre a rápida transição do pensamento e a verbalização pública. Com efeito, uma das contribuições deste estudo foi justamente oferecer os resultados dessa combinação entre os dados, processo que faz uso de várias percepções, reforçando estratégias de triangulação e buscando garantir a validade da comunicação dos pesquisadores.

Sugere-se, para futuras investigações, que sejam desenvolvidas outras estratégias mais sensíveis de observação da conversa interna verbalizada, em que seja possível se

obterem dados que claramente evidenciem as características ruminativas ou reflexivas da conversa interna. Além disso, faz-se necessário realizar o mesmo tipo de análise utilizando-se outros testes de raciocínio e/ou outras circunstâncias de resolução de problemas, sobretudo em relação àqueles que envolvam o sujeito ativamente, como tarefas do cotidiano, para fins de se avaliar o balanço entre a conversa interna que versa sobre o sujeito ou sobre a tarefa em questão.

## Referências

- Archer, M. (2003). *Structure, agency and the internal conversation*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Archer, M. (2007). *Making our way through the world: Human reflexivity and social mobility*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Atance, C. M., & O'Neill, D. K. (2001). Episodic future thinking. *Trends in Cognitive Sciences*, 5(12), 533-539.
- Bertau, M.-C. (1999). Spuren des Gesprächs in innerer Sprache. Versuch einer Analyse der dialogischen Anteile des lauten Denkens [Marcas da fala em conversa interna. Uma análise da arte dialógica do pensamento em voz alta]. *Sprache & Kognition*, 18(1/2), 4-19.
- Bertau, M.-C. (2004). Why questions? The outstanding role of questions in inner speech and problem solving. In M.-C. Bertau (Ed.), *Aspects of the dialogical self* (pp. 59-70). Berlin: Lehmanns Media.
- Campos, A. P. S., & Engler, V. (2009). Atenção psicológica clínica: Encontros terapêuticos com crianças em uma creche. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 19(42), 115-121. doi: 10.1590/S0103-863X2009000100014
- Cho, J., & Trent, A. (2006). Validity in qualitative research revisited. *Qualitative Research*, 6(3), 319-340.
- Colapietro, V. M. (1989). *Peirce's approach to the self: A semiotic perspective on human subjectivity*. Albany, NY: State University of New York Press.
- DaSilveira, A. C. (2007). *Conversa interna: Entre reflexividade e ruminação*. Dissertação de mestrado não publicada, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.
- DeSouza, M. L. (2005). *Self semiótico e self dialógico: Um estudo do processo reflexivo da consciência*. Tese de doutorado não publicada, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.
- DeSouza, M. L., DaSilveira, A. C., & Gomes, W. (2008). Verbalized inner speech and the expressiveness of self-consciousness. *Qualitative Research in Psychology*, 5(2), 154-170.
- Ericsson, A., & Simon, H. (1993). *Protocol analysis: Verbal reports as data* (2nd ed.). Cambridge, MA: MIT Press.

- Fiore, S. M., & Schooler, J. W. (1998). Right hemisphere contributions to creative problem-solving: Converging evidence for divergent thinking. In M. J. Beeman & C. Chiarello (Eds.), *Right hemisphere language comprehension: Perspectives from cognitive neuroscience* (pp. 349-371). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Gallagher, S., & Shear, J. (2005). *Models of the self*. Exeter, UK: Imprint Academic.
- Gallagher, S., & Zahavi, D. (2008). *The phenomenological mind: An introduction to philosophy of mind and cognitive science*. New York: Routledge.
- Gendlin, E. T. (1962). *Experiencing and the creation of meaning: A philosophical and psychological approach to the subjective*. New York: Free Press of Glencoe.
- Giorgi, A. (2006). Difficulties encountered in the application of the phenomenological method in the social sciences. *Análise Psicológica, 24*(3), 353-361.
- Gomes, W. B. (2007). Distinção entre procedimentos técnico e lógico na análise fenomenológica. *Revista da Abordagem Gestáltica, 13*(2), 228-240.
- Hermans, H. J. M. (2002). The dialogical self as a society of mind: Introduction. *Theory & Psychology, 12*(2), 147-160.
- Husserl, E. (1964). *The phenomenology of internal time-consciousness* (J. S. Churchill, Trans.). The Hague, Netherlands: Martinus Nijhoff.
- James, W. (1950). *Principles of psychology*. (Original publicado em 1890). Recuperado em 05 novembro 2011, de <http://psychclassics.yorku.ca/James/Principles/index.htm>
- Lanigan, R. L. (1997). Capta versus data: Método e evidência em comunicologia. *Psicologia: Reflexão e Crítica, 10*(1), 17-45.
- Mead, G. H. (1962). *Mind, self and society: From the standpoint of a social behaviorist*. Chicago, IL: University of Chicago Press. (Original publicado em 1934)
- Morin, A. (2009). Self-awareness deficits following loss of inner speech: Dr. Jill Bolte Taylor's case study. *Consciousness and Cognition, 18*(2), 524-529.
- Morin, A., & Everett, J. (1991). Self-awareness and introspective private speech in 6-year-old children. *Psychological Reports, 68*(3, Pt 2), 1299-1306.
- Morin, A., Everett, J., Turcotte, I., & Tardif, G. (1993). Le dialogue intérieur comme médiateur cognitif de la conscience de soi privée: Une mesure de l'activité de se parler à soi-même à propos de soi et une étude corrélacionnelle. *Revue Québécoise de Psychologie, 14*(2), 3-19.
- Owen, I. R. (1996). Clean language: A linguistic experiential phenomenology. In A. T. Tymieniecka (Ed.), *Analecta Husserliana: Vol. 48. Life: In the glory of its radiating manifestations* (pp. 272-297). Dordrecht, Netherlands: Kluwer Academic.
- Pedersen, P. (1999). Internal dialogue as an underutilized psychoeducational resource: Hearing the anticounselor. *Asian Journal of Counselling, 6*(1), 7-34.
- Peirce, C. S. (1931/1958). *Collected papers* (Vols. 1-8). In C. Hartshorne, P. Weiss, & A. Burks (Eds.). Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Piaget, J. (1979). Commentaire sur les remarques critiques de Vygotski concernant le langage et la pensée chez l'enfant et le jugement et le raisonnement chez l'enfant [Comments on Vygotsky's critical remarks concerning the language and thought of the child, and judgment and reasoning in the child]. *Archives de Psychologie, 47*(183), 237-249.
- Raven, J. C. (1965). *Matrizes progressivas – escala avançada* (F. Campos, Trad.). Rio de Janeiro: Centro Editor de Psicologia Aplicada. (Original publicado em 1962)
- Rohrkemper, M. (1986). The functions of inner speech in elementary school students' problem-solving behavior. *American Educational Research Journal, 23*(2), 303-313.
- Schooler, J. W., & Melcher, J. (1995). The ineffability of insight. In S. M. Smith, T. B. Ward, & R. A. Finke (Eds.), *The creative cognition approach* (pp. 97-133). Cambridge, MA: MIT Press.
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*(2), 284-304.
- Tulving, E. (2002). Episodic memory: From mind to brain. *Annual Review Psychology, 53*, 1-25.
- Vygotsky, L. S. (1986). *Thought and language* (A. Kozulin, Trans.). Cambridge, MA: MIT Press. (Original publicado em 1934)
- Wiley, N. (1994). *The semiotic self*. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Wiley, N. (2006). Pragmatism and the dialogical self. *International Journal for Dialogical Science, 1*(1), 5-21.
- Zanon, C., & Teixeira, M. A. P. (2006). Adaptação do Questionário de Ruminação e Reflexão (QRR) para estudantes universitários brasileiros. *Interação em Psicologia, 10*(1), 75-82.
- Zivin, G. (1979). *The development of self-regulation through private speech*. New York: John Wiley & Sons.
- Amanda da Costa DaSilveira é Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
- William Barbosa Gomes é professor do Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

Recebido: 18/12/2010

1ª revisão: 27/04/2011

Aceite final: 28/12/2011