

# PSICOLOGIA DIFERENCIAL: OS VÁRIOS TEMAS DESTE RAMO DA PSICOLOGIA

(2007)

**Catarina I. Mendes Portela**

Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Portugal

Docente:

**Doutor Carlos M. Lopes Pires**

**Contactos:**

[sieben\\_7@hotmail.com](mailto:sieben_7@hotmail.com)

---

## RESUMO

Este trabalho incide no tema da Psicologia Diferencial, um ramo da Psicologia, em que vários assuntos, tais como a origem da Psicologia Diferencial, as diferenças individuais, os métodos estatísticos utilizados no seu estudo, as áreas em que podem ser estudadas, como a hipnose, os grupos humanos, a idade, as classes sociais e culturas étnicas, são abordados.

**Palavras-chave:** Psicologia diferencial, grupos humanos, métodos estatísticos, personalidade, psicopatologia, inteligência

---

*“Na Psicologia Diferencial a grande preocupação é a diferença entre os indivíduos. Não interessa tomar cada indivíduo como uma amostra da população, mas sim observar as diferenças nas respostas dos indivíduos!”*

*“Nesta interacção, o hipnotizador tem como intuito influenciar a percepção, sentimentos, pensamentos e condutas dos sujeitos, pedindo-lhes que se concentrem numa ideia ou imagem capazes de evocar os efeitos que se pretendem conseguir.”*

## 1. HISTÓRIA E CONTEXTUALIZAÇÃO

Começando com um pouco de história e contextualização...

Psicologia Diferencial...quando surgiu?

Na viragem do século, a Psicologia Diferencial começou a ganhar uma forma definida. No ano de 1895, Binet e Henri publicaram um artigo intitulado *La psychologie individuelle* (4), que representava a primeira análise sistemática dos objectivos, alcance e métodos da psicologia diferencial. A primeira frase reflectia o estado deste ramo da psicologia naquele momento, afirmando o seguinte: «Iniciamos aqui um tema novo, difícil e até agora muito escassamente explorado (4, pág. 411). Binet e Henri expuseram como um dos maiores problemas da psicologia diferencial: primeiro, o estudo da natureza e alcance das diferenças individuais nos processos psicológicos e, segundo, a descoberta das inter-relações dos processos mentais do indivíduo, de forma que podemos chegar a uma classificação de traços e determinar quais as funções básicas.

Em 1900 surgiu a primeira edição do livro de Stern sobre psicologia diferencial, *Über Psychologie der individuellen Differenzen* (32). A primeira parte tratava da natureza, problemas e métodos da psicologia diferencial. Dentro deste ramo da psicologia, Stern incluía as diferenças entre indivíduos, assim como grupos raciais e culturais, níveis social e de ocupação, e um e outro sexo. Assim, o problema da psicologia diferencial era triplo. Primeiro, quais são a natureza e alcance das diferenças na vida psicológica dos indivíduos e dos grupos? Segundo, que factores determinam ou afectam estas diferenças (Em ligação a isto mencionava a herança, o clima, o nível social e cultural, a formação e a adaptação, entre outros)? Terceiro, como se manifestam estas diferenças? Podem ser detectadas através de índices como a escrita à mão e a configuração facial? Stern incluía, além disso, uma análise dos conceitos de tipo psicológico: individualidade, e normalidade e anormalidade. Aplicando os métodos da psicologia diferencial, efectuou uma valorização da introspecção, a observação objectiva, o uso de material tomado da história e da poesia, o estudo da cultura, os *testes quantitativos* e a experiência. Por outro lado, a segunda parte continha uma discussão geral, e alguns dados sobre diferenças individuais em vários traços psicológicos, desde as simples capacidades sensoriais até aos mais complexos processos mentais e características emocionais. A obra de Stern voltou a surgir numa edição cuidadosamente revista e aumentada, em 1911, e de novo em 1921, sob o título de *Die Differentielle Psychologie in ihren methodischen Grundlagen* (33).

Na América nomearam-se comissões para investigar os métodos de aplicação de *testes* e para incrementar a acumulação de dados sobre diferenças individuais. Na sua reunião de 1895, a Associação Psicológica Americana designou uma comissão permanente para organizar uma inspecção etnográfica da população branca de EE. UU. Cattell, um dos membros da comissão,

assinalou a importância de incluir *testes* psicológicos nesta inspeção, e sugeriu que o seu trabalho fosse coordenado com a proposta da Associação Psicológica Americana (10, páginas 619, 620).

Kelly (19) em 1903, e Norsworthy (24) em 1906, compararam crianças normais a outras com debilidades mentais, em *testes* sensorio-motores e *testes* mentais simples. Um quantas investigações isoladas apareceram antes de 1900. Em 1904, Woodworth (38) e Bruner (8) aplicaram *testes* a alguns grupos primitivos na Exposição de St. Louis. No mesmo ano, apareceu o artigo original de Spearman tornando pública a sua teoria dos factores da organização mental e introduziu uma técnica estatística para a investigação do problema (31). Com esta publicação, Spearman abriu o campo da investigação sobre a relação de características e aplanou o caminho para a actual análise factorial.

## **2. DEFINIÇÃO DE PSICOLOGIA DIFERENCIAL**

Então, como se define a Psicologia Diferencial?

A Psicologia Diferencial pode definir-se como o estudo empírico das diferenças entre indivíduos, entre grupos e no próprio indivíduo. Por conseguinte, dirige-se ao estudo da variabilidade psicológica. Na medida em que a estrutura física, bem como diversos parâmetros somáticos, podem contribuir para esta variabilidade, estes são, igualmente, domínios de interesse para a Psicologia Diferencial.

### **2.1 Domínios de Investigação em Psicologia Diferencial**

Existem, portanto, três grandes domínios de investigação em Psicologia Diferencial que são os seguintes: dimensões das diferenças individuais; variedades das diferenças psicológicas inter-grupos (problemas metodológicos subjacentes) e explicação das diferenças psicológicas.

#### **2.1.1 Evolução da Investigação em Psicologia Diferencial**

Aqui destacam-se os antecedentes da Psicologia Diferencial, que foram: a) filosofia; b) astronomia, c) psico-física; d) psicologia científica; e) estatística e f) biologia.

##### **A. Filosofia**

O aparecimento da Psicologia Diferencial não é estranho dada a existência das diferenças individuais pois desde sempre as pessoas diferiram. Nem sempre a evolução da Filosofia ou das

ideias ou da concepção do ser humano ou da concepção do Homem permitiu que fossem dadas às diferenças individuais a pureza que elas têm aqui no sentido de serem apoiadas como um objecto de estudo.

Quanto aos antecedentes mais remotos da Psicologia Diferencial vai parar-se à Grécia Antiga e aos clássicos da Psicologia Diferencial que seriam as ideias de Platão sobre as diferenças individuais.

Na obra “*A República*” de Platão surgem as primeiras abordagens das diferenças individuais, as quais são vistas como sendo inatas e permitindo aos indivíduos o desempenho de algumas funções adaptadas ao seu modo de ser. É nessa obra que ele reconhece a existência de diferenças entre os indivíduos “*nenhuma pessoa nasce idêntica a outra mas cada uma difere da outra em dotes naturais*”.

A sociedade está dividida em classes que, por sua vez, estão divididas de acordo com as suas diferenças individuais. Os indivíduos pertencentes às classes mais altas possuem maiores capacidades. Assim, Platão nessa obra defende uma sociedade relativamente estática que historicamente tem a sua razão de ser porque tinham havido na altura várias derrotas do ponto de vista liberal. Platão pretende apoiar, com as suas ideias, um poder autoritário. Deste modo, ele vai apoiar uma organização social muito rígida, muito estabelecida. Vai ainda defender que determinadas capacidades ou determinadas competências existem ligadas a determinadas classes sociais devido a essas classes desempenharem determinadas funções.

Devido a esse facto é que se deve tentar manter essa estrutura social rígida de forma a que em cada classe social as pessoas sejam dotadas de determinadas capacidades necessárias para poderem exercer determinadas funções sociais.

Platão propõe o controlo dos casamentos e o controlo da reprodução (em determinadas classes sociais) de maneira a que essas pessoas não possam reproduzir fora da sua classe social, fora do seu nível social e manter, dessa maneira, as características das classes sociais.

Isto é importante porque é a primeira vez na história da Filosofia em que as diferenças sociais são consideradas e em que existe uma série de utilidades específicas dessas diferenças. Ou seja, as pessoas são diferentes porque as suas funções são diferentes. É também considerada a utilidade social das diferenças individuais.

Também em Aristóteles as diferenças individuais são inatas e têm uma função social.

Surge depois uma primeira tentativa de classificação das diferenças individuais. Hipócrates e Galeno trazem consigo a primeira tipologia.

Hipócrates foi muito influenciado pela constituição física na qual distingue dois grandes tipos de físicos. Portanto, as pessoas são diferentes entre si quanto à sua compleição física.

Galeno procura propor uma tipologia para o temperamento onde distingue os indivíduos consoante a dominância de vários humores.

No período da idade média dominam os filósofos ligados à igreja como Santo Agostinho e São Tomás de Aquino. Eles propõem uma classificação baseada na ideia da existência de faculdades psicológicas diferentes.

C. Wolff retoma a ideia das faculdades elaborando essa ideia ao afirmar que as faculdades da alma podem ser utilizadas diferentemente e podem ser modificadas pelos indivíduos (Teoria Moderna das Faculdades).

Foi, então, elaborada uma lista dessas faculdades e Gall vai avaliá-las através da apalpação do crânio, surgindo uma ciência designada de Frenologia.

## **B. Astronomia**

Ao longo do século XIX as observações astronómicas baseavam-se em grande medida nos sentidos humanos como a visão e a audição. Começaram a verificar-se diferenças individuais quando cada observação de um acontecimento astronómico ocorria no mesmo observador.

Bessel preocupa-se com o modo de avaliação das diferenças individuais, calculando uma medida das diferenças individuais através da equação pessoal.

## **C. Psico-Física**

Surge com o estudo de qual a intensidade necessária para que os sujeitos fossem percebidos e da diferença apenas perceptível entre dois sujeitos, o que leva a que eles sejam percebidos como diferentes → Limiar Diferencial.

## **D. Psicologia Científica**

O empirismo e o associacionismo que surgem no século XIX são muito importantes ao nível das diferenças individuais. É do confronto destes domínios que vai nascer a Psicologia. Os experimentalistas vão procurar fazer um *mapa psicológico*, isto é, como é que as pessoas percebem o mundo e ver que tipo de diferenciação existe na maneira como se vê o mundo.

A Psicologia Científica nasceu num laboratório em Leipzig com Wundt em 1879, o qual tentava descrever todos os conteúdos possíveis da consciência humana e por isso utilizava sujeitos nas suas experiências, os quais eram levados a relatar as mesmas, isto é, a descrever o conteúdo da sua consciência. Nestes estudos apareciam as diferenças individuais, mas considerava-se que as mesmas obscureciam os resultados da investigação.

## **E. Estatística**

Surge a partir de jogos ao nível do cálculo de probabilidades. Pela primeira vez, verifica-se a possibilidade de se efectuarem avaliações de grandes amostras em termos de diferenças individuais. São estudos sistemáticos das diferenças individuais.

## **F. Biologia**

O nome sonante aqui é o de Darwin, em cuja teoria da evolução das espécies estão as diferenças individuais. Estas determinam diferentes probabilidades de sobrevivência dos indivíduos em determinados meios.

### **2.1.2 Domínio da Psicologia Diferencial**

Em 1990, Stern fornece a designação de Psicologia Diferencial a este novo campo da Psicologia.

Os objectivos da Psicologia Diferencial nesta área são estudar a natureza e a extensão das diferenças psicológicas entre indivíduos e entre grupos; estudar os factores que determinam ou afectam essas diferenças e estudar como se manifestam essas diferenças e como as mesmas podem ser avaliadas na observação dos indivíduos.

No primeiro objectivo a extensão refere-se até quando é que existem diferenças, se as diferenças são acentuadas ou se são pequenas. A natureza é a variável psicológica, correspondendo ao tipo de diferenças existentes entre os indivíduos ou entre os grupos do ponto de vista psicológico. No segundo objectivo vai caber à Psicologia Diferencial identificar não só o tipo de diferenças psicológicas existentes e avaliar a sua extensão, mas também explicar essas diferenças. O terceiro objectivo situa-se ao nível da medida psicológica (campo da Psicometria).

Entretanto, ao longo da primeira metade do século XIX, vai assistir-se à separação de uma disciplina em duas dentro da Psicologia:

- 1) A **Psicologia Experimental** com raízes no laboratório, com objectivos de generalização e com o desejo de formular leis gerais;
- 2) A **Psicologia Diferencial**, centrada nas diferenças, utilizando as diferenças como objecto de estudo.

### **2.1.3 Metodologia da Psicologia Diferencial**

Na primeira metade do século XX a Psicologia Diferencial desenvolve-se muito ligada à prática e, portanto, assiste-se a três desenvolvimentos:

- Desenvolvimento das Aplicações;
  - Campo Escolar
  - Campo Militar
  - Campo Civil/Empresarial de Selecção Profissional
  - Campo da Psicologia Clínica
  - Campo da Investigação
- Desenvolvimento das Técnicas de Observação;
  - Escala de Binet & Simon
  - Testes Colectivos
  - Testes Multi-Factoriais
  - Testes de Laboratório
- Desenvolvimento das Técnicas Estatísticas;
  - Psicologia Correlacional

## **2.2 Momentos marcantes na origem da Psicologia Diferencial**

Esquematizando o que foi mencionado anteriormente, podem destacar-se alguns dos momentos mais importantes para a origem deste ramo da psicologia:

- 1884 – *Galton* (pai da Psicologia Diferencial) → Laboratório Antropométrico;
- 1890 – *McKeen Cattell* → Testes Mentais;
- 1896 – *Binet e Henri* → Psicologia Individual;
- 1900 – *Stern* → Psicologia Diferencial

## **2.3 Modalidades de estudo da Psicologia Diferencial**

Em meados do século XX, pode distinguir-se na Psicologia Diferencial três modalidades de estudo:

### **2.3.1 Estudo das dimensões das diferenças**

A grande preocupação de Binet foi a de identificar as grandes dimensões das diferenças, isto é, dizer que se tem diferenças psicológicas mas em relação a quê: em relação à inteligência, em relação às aptidões, e não só. Estudo das dimensões das diferenças no campo cognitivo e no campo não cognitivo quanto às aptidões e quanto à personalidade.

### **2.3.2 Estudo das variedades das diferenças entre grupos**

Isto é devido à grande importância que se deu ao desenvolvimento dos testes e a partir de cada altura viu-se que esses mesmos testes poderiam ser empregues para comparar grupos relativamente a uma mesma variável.

### **2.3.3 Estudo da origem das diferenças**

Aqui pretendia-se apurar se as diferenças eram puramente biológicas ou apenas sociais. Ocorreram grandes oscilações ao longo da história da humanidade.

A Psicologia Diferencial vai tender a afastar-se da Psicologia Experimental.

Ao nível da Psicologia Experimental o grande paradigma de investigação experimental baseia-se em variáveis-estímulos e na observação das variáveis de respostas. O problema da Psicologia Experimental é o seguinte: tem-se vários tratamentos e vão ver-se as respostas diferenciadas obtidas consoante os tratamentos. Vão obter-se várias amostras, todas elas relacionadas com uma só população e pretende-se, relativamente a essa população, verificar em que medida é que as respostas são conclusão do estímulo. Isto quer dizer que num determinado estudo experimental faz-se variar a intensidade do estímulo e verifica-se como é que nesta população os indivíduos respondem diferentemente em função da intensidade do estímulo.

Na Psicologia Diferencial a grande preocupação é a diferença entre os indivíduos. Não interessa tomar cada indivíduo como uma amostra da população, mas sim observar as diferenças nas respostas dos indivíduos! Aqui também se pode utilizar um estímulo com uma determinada intensidade onde se vai verificar a existência de diferenças entre os indivíduos.

Posto isto, vão existir dois grandes campos da Psicologia, em meados do século XX. Por um lado a Psicologia Experimental, preocupada com o estudo da variabilidade inter-condições e,



por outro, a Psicologia Diferencial, preocupada com o estudo da variabilidade inter-indivíduos, segundo a qual ela atribui as diferenças das respostas às diferenças do indivíduos.

Cronbach vem proferir, no ano de 1957, no seio da Psicologia Diferencial, um discurso tendencial, no qual denuncia a separação entre estes dois domínios da Psicologia, surgindo a musa da separação destes dois grandes campos. Cronbach chama a atenção para as limitações quer para um domínio quer para outro devido ao facto de os dois estarem “de costas voltadas”. Então que vai ele fazer no seguimento disto? Vai procurar abrir caminho a um domínio unificado em que se estude simultaneamente a variabilidade inter-condições e a variabilidade inter-indivíduos, possibilitado pelo uso de um quadro de dupla entrada, método comumente utilizado na investigação/acção e na correlação. Aqui pode introduzir-se um exemplo da sua aplicabilidade: Numa experiência em que se pretende estudar a eficácia dos métodos: expositivo, de discussão e tutorial. No método expositivo o professor, através da discussão, procura que determinados temas sejam analisados. No método tutorial cada indivíduo tem um tutor, tem um desenvolvimento de conteúdo individual e acompanhado pelo seu tutor. Divide-se aleatoriamente os estudantes de Psicologia em três grupos: um para assistir ao método expositivo, outro para assistir ao método de discussão e outro para assistir ao método tutorial. Avalia-se a eficácia do ensino nos diversos indivíduos. Fazem-se classes experimentais: três grupos aleatoriamente escolhidos, três métodos e três condições. Observam-se as causas e endereçam-nas a um estímulo experimental. O método expositivo pode ser mais adequado para alunos introvertidos que no método de discussão não se sintam tão à vontade para participar. Contrariamente, os alunos extrovertidos sentem-se bastante aborrecidos no método expositivo e, assim, o método de discussão é mais adequado para esses alunos. Assim, pode não dividir-se os estudantes de Psicologia aleatoriamente, mas sim através da técnica diferencial, isto é, dividir esses alunos pelo instrumento diferencial destinado a avaliar a introversão/extroversão. Pode depois constituir-se dentro dos alunos extrovertidos três grupos: um que tinha o método expositivo, outro que tinha o método de discussão e outro que tinha o método tutorial. Faz-se o mesmo dentro do grupo dos alunos introvertidos. Aqui pode estudar-se simultaneamente a variabilidade inter-condições e a variabilidade inter-indivíduos porque vai verificar-se em cada grupo de sujeitos como é que ocorre em função dos tratamentos e como é que cada método corresponde aos dois tipos de indivíduos diferentes.

Daqui pode retirar-se uma ideia *Aptitudes Treatment Interaction* (ATI) proposta por Cronbach em 1956, a qual pretendia estudar a interacção entre variáveis diferenciais dos indivíduos que é o que eles chamavam de “*aptitudes*” e variáveis diferenciais das condições “*treatment*”. Cronbach pretendia olhar simultaneamente para a variabilidade inter-condições e para a variabilidade inter-indivíduos.

Pela primeira vez a Psicologia vai organizar regras de observação fazendo surgir, assim, a validade de construção. Está a surgir a ideia de que é preciso encontrar um significado para a medida, de que é preciso criar concepções teóricas para a medida. Não se pode construir um

teste, mesmo que seja para discriminar indivíduos com sucesso de indivíduos sem sucesso num determinado curso, sem conhecer o nível específico e sem possuir um conceito psicológico. Tem que se interagir sobre o significado das medidas e tem que se aceder a concepções teóricas.

Reuchlin, defendendo a sua ideia, diz que a Psicologia geral e a Psicologia Diferencial têm um objecto de estudo comum porque, no fundo, a grande diferença relaciona-se com o facto de a Psicologia Geral procurar fazer previsões para grandes conjuntos de indivíduos e a Psicologia Diferencial procurar fazer previsões para grandes conjuntos mais restritos de sujeitos e *inextremis* para conjuntos individuais de um só sujeito. A Psicologia Diferencial ocupa-se de subconjuntos menores dos conjuntos de indivíduos de que a Psicologia Geral se ocupa. O objecto é o mesmo, é o comportamento humano e o que está em causa é dividir o comportamento em ambos os campos da Psicologia.

Reuchlin afirma a existência de uma grande complementaridade entre a Psicologia Geral e a Psicologia Diferencial, sublinhando a existência de uma unidade de objecto e de uma complementaridade de método porque a Psicologia Geral dá à Psicologia Diferencial a possibilidade de um referencial teórico que construiu na primeira metade de século XX. Outra ideia sublinhada por este autor é o facto de as diferenças individuais não serem mais do que diferenças no funcionamento dos processos gerais. Portanto, os processos psicológicos gerais que são estudados pela Psicologia Geral são os que estão envolvidos na resolução de uma escala de inteligência de Weschler para crianças (WISC).

Tyler é um nome que vai surgir nos anos 60, por fazer uma análise crítica da Psicologia Diferencial até esse momento e tentar identificar as suas grandes linhas de desenvolvimento no final do século XX. Vai então avançar com duas ideias: a primeira consiste no facto de a Psicologia Diferencial ter estado ligada ao traço até aos anos 60, e também à identificação das diferenças, às medidas e à atribuição de um número ao indivíduo, não tendo esta linha de investigação dado mais frutos depois dos anos 60; a segunda ideia tem a ver com o facto de a Psicologia Diferencial ter estado ligada ao quadro de medição.

Uma das críticas de Tyler foi precisamente o facto de a Psicologia Diferencial se ter baseado excessivamente, ao longo de várias décadas de século XX, na noção de dimensão. Assim, na segunda metade de século XX, a Psicologia Diferencial vai procurar variáveis mais flexíveis e menos estáticas do que as dimensões. Essas variáveis são as moderadoras de Reuchlin ou a noção de estratégia. As grandes mudanças que Tyler prevê para a mudança da Psicologia Diferencial são as estratégias cognitivas, as variáveis moderadoras e os tipos (várias taxionomias).

A segunda grande crítica que Tyler fez foi o facto de a Psicologia Diferencial estar ligada à medida na determinação de parâmetros populacionais, postulando para a Psicologia Diferencial uma perspectiva ideográfica, isto é, como os factores afectam os aspectos individuais.

Tudo o que foi dito até aqui levou-nos ao início da Psicologia Diferencial e aos autores que ajudaram a dar-lhe um rumo. Torna-se pertinente dar agora algumas definições de Psicologia Diferencial.

No Dicionário de Psicologia de Pierron encontramos que este ramo da Psicologia “engloba estudos comparativos entre as diferenças psicológicas existentes entre indivíduos humanos tanto à variabilidade inter-grupal”. Na Enciclopédia de Psicologia de Hayden, da autora Anne Anastasi, “ocupa-se da natureza e da origem das diferenças individuais em traços psicológicos no Homem e no Animal. “Investiga os géneros, quantidades, causas e efeitos das diferenças individuais e grupais em características psicológicas” é o que podemos ler no Dicionário de Psicologia de English & English e uma definição de Reuchlin que diz que a Psicologia Diferencial permite descrever de forma económica e condensada as diferenças entre grupos e entre indivíduos, definir um sistema único de dimensões psicológicas e explicar as diferenças”.

Pode verificar-se que em todas as definições de Psicologia Diferencial a existência de dois subdomínios: o das diferenças individuais e o das diferenças entre grupos. O que podemos dizer acerca de cada um destes domínios? Relativamente ao domínio das diferenças individuais pode dizer-se que foi a partir do estudo dessas mesmas diferenças individuais que a Psicologia Diferencial nasceu. Os primeiros psicólogos estudaram-nas em variáveis moleculares. A mesma forma de verificar que as diferenças são mais amplas, mais sistemáticas e mais estáveis quando são considerados processos biológicos complexos em vez de processos psicológicos simples na Biologia Animal é a verificação de que as diferenças individuais são tanto mais nítidas quanto mais sobe na escala animal. Binet mencionou que não eram os tempos de reacção que faziam as diferenças individuais mas eram os comportamentos complexos que as faziam na forma como os indivíduos resolvem ou enfrentam situações com problemas de quotidiano.

A Psicologia Diferencial identifica as diferenças, chama a atenção para o facto de as diferenças serem mais sistemáticas e nítidas nos processos psicológicos complexos do que nos simples, tenta identificar as dimensões das diferenças (em relação a que é que os indivíduos variam) e tenta operacionalizar essas dimensões em instrumentos de medida (cria instrumentos para avaliar as diferenças entre os indivíduos).

Quais são os objectivos da Psicologia Diferencial na sub-domínio das diferenças individuais? Podem apontar-se dois, como principais, e são: primeiro, descrever operacionalmente as variáveis, identificar as grandes dimensões das diferenças e operacionalizá-las para ver como é que essas variáveis se podem modificar de maneira a que se possa medi-las e avaliar os indivíduos referentes às mesmas e segundo, descrever a distribuição dessas variáveis na população, como por exemplo o QI.

Assim, este sub-domínio das diferenças individuais permitiu que a Psicologia Diferencial contribuisse para a Psicologia Geral:

→ Até aqui a Psicologia Geral considerava as diferenças individuais como aleatórias. A Psicologia Diferencial mostra-lhe que as diferenças individuais eram objecto de estudo negando dessa maneira o carácter aleatório das diferenças. As diferenças não aparecem como variáveis aleatórias mas são algo estáveis. A Psicologia Geral não será completa se não explicar as diferenças entre os indivíduos. Nega ainda que o grande objectivo da Psicologia seja o de formar leis gerais do comportamento que não tenham em consideração essas diferenças;

→ Fornece uma segunda aproximação metodológica para a resolução de problemas da Psicologia Geral;

→ Chama a atenção da Psicologia Geral para o facto de existir uma Psicologia Inter-Domínios que não esteja subdividida em perspectivas contrárias de resolução de problemas.

Consequentemente, a Psicologia Diferencial teve um papel muito importante até esse momento do século XX no desenvolvimento de uma Psicologia Inter-Domínios.

Por outro lado, temos o domínio das diferenças entre grupos. Segundo Reuchlin, um grupo constitui um conjunto de indivíduos que possui uma característica ou um conjunto de características em comum. Os grupos à Priori são compostos basicamente por critérios ou variáveis imediatamente observáveis. Já os grupos à Posteriori são formados com base na observação psicológica.

Reuchlin considera três tipos de grupos: naturais, teóricos e experimentais. Os primeiros são os grupos tal como se encontram na natureza; constituídos por conjuntos de indivíduos que se encontram reunidos quer por situações de ordem geográfica quer por situações circunstanciais e físicas. Formam-se com base em dificuldades ou circunstâncias e verifica-se a existência de características imediatamente observáveis entre os indivíduos constituintes de um grupo natural.

A partir dos grupos do tipo anterior é que surgiram os grupos teóricos porque os outros não permitiam a generalização das diferenças entre os indivíduos por estas serem tão grandes. Deste modo, os grupos teóricos permitem a passagem dos grupos naturais para os grupos experimentais. São então meras abstrações teóricas sendo constituídas pelas diferenças imediatamente observáveis dentro dos grupos naturais quando se isolam determinadas variáveis. Enquanto as abstrações só diferem relativamente à variável escolhida para estudo ou isoladas, pois os efeitos das outras variáveis são anulados em cada um desses grupos. Não se agrupam concretamente em lado nenhum e não funcionam como grupos mas identificam-se como tal, como os grupos de alunos e alunas de uma escola. São identificados a partir de variáveis diferenciadoras dos indivíduos dos grupos naturais e possuem uma tentativa de controlo das variáveis. Na construção de grupos teóricos procuram-se as diferenças individuais que os permitam identificar.

Por último, os grupos experimentais são aqueles com os quais o experimentador trabalha quando não pode lidar com grupos naturais. Dependem da amostra com que se trabalha que é

extraída dos grupos naturais, segundo o critério da combinação de vários grupos teóricos. São grupos reais com os quais se trabalha e representam as variáveis relevantes para a investigação.

Como não se pode trabalhar com grupos abstractos vai passar-se a trabalhar com grupos experimentais através da amostragem. A Psicologia Diferencial procura constituir os seus grupos experimentais através de planos de amostragem que permitam o controlo das variáveis teóricas.

Aqui pode falar-se da amostragem estratificada e os seus objectivos, que são reproduzir no grupo experimental a população do grupo natural e reproduzir a percentagem dos grupos teóricos identificados ou isolados para formar dois grupos: experimental e natural e, também, reproduzir as características do grupo natural (população) no grupo experimental (amostra) fazendo representar uma percentagem equivalente nos mesmos grupos teóricos. A amostragem passa pela consideração de grupos teóricos (exemplo: normas). A amostra é representativa de grupos naturais e de grupos teóricos, relevantes para os estudos.

Na Psicologia Diferencial procura-se comparar pretendendo-se com o mesmo estímulo variar os grupos diferentes. Não se pode ir à população e fazer um sorteio ao acaso desses grupos porque se pretende controlar uma variável teórica!

Pretende-se que os grupos sejam contrastados face a uma variável teórica e que os indivíduos de cada um dos grupos, em que se baseia a variável, sejam o mais semelhante possível entre si do que são realmente os grupos.

Portanto, há uma variável teórica “sexo” que permite dividir a população em dois grupos. No entanto, pode perguntar-se se os grupos são equivalentes face a outras variáveis.

A Psicologia Diferencial aplica o mesmo estudo a homens e a mulheres. Cada indivíduo de um grupo é mais semelhante aos indivíduos desses grupos do que de outros. Há um pressuposto importante relativamente à variável em estudo que tenta admitir que pertence à homogeneidade intra-grupal. Assim, os grupos são semelhantes.

A Psicologia Experimental pretende que todos os grupos sejam representativos de uma mesma população.

Existe um conjunto de situações, constitui-se um grupo para ser sujeito a uma condição experimental e, muitas vezes, existe um grupo de controlo. Os grupos de controlo são extraídos da população ao acaso pretendendo-se com isso que os grupos sejam equivalentes, isto é, que haja homogeneidade inter-grupal, ou seja, grupos equivalentes.

Na Psicologia Diferencial, no domínio das diferenças entre grupos, tem de se passar pela noção de grupo teórico porque ela pretende estudar a relação entre variáveis psicológicas e outras variáveis de diferenciação dos indivíduos ou variáveis imediatamente observáveis como seja o sexo, a idade, e não só.

### **3. OBJECTIVOS DA PSICOLOGIA DIFERENCIAL NO SUB-DOMÍNIO DAS DIFERENÇAS ENTRE GRUPOS:**

Os seus objectivos são estudar a interacção entre variáveis psicológicas e variáveis de critérios de agrupamento e encontrar valores tendenciais característicos de grupos suficientemente amplos para que se possa falar em modalidades de comportamento, ou seja, para que se possa generalizar para a população certas características do comportamento típico desses grupos.

### **4. CONTRIBUTOS DA PSICOLOGIA DIFERENCIAL PARA A PSICOLOGIA GERAL NO SUB-DOMÍNIO DAS DIFERENÇAS ENTRE GRUPOS:**

1. O estudo da interacção entre variáveis tem um carácter mais naturalista do que os estudos classicamente experimentais, em que o observador manipula a variável “tratamento”, embora manipule, de alguma forma, a variável “organização de grupos”.

Por exemplo, misturar o efeito da alimentação materna durante a gravidez com o nível intelectual da criança. Segundo o modelo experimental clássico, formar-se-iam dois grupos para comparar os níveis intelectuais das crianças: (1) a mãe teria uma alimentação saudável rica em vitaminas e sais minerais e (2) a mãe não teria uma alimentação saudável.

2. A Psicologia Diferencial, através do estudo entre variáveis, chama a atenção para a grande complexidade da relação das variáveis e dessa maneira coloca a ideia de que terá de ser simplista toda e qualquer explicação do comportamento que tenha por base apenas variáveis do meio ou apenas variáveis biológicas.

3. A noção de grupo teórico e a inerência de que existe alguma relação entre grupos teóricos e variáveis psicológicas vai contribuir para que os modelos gerais da Psicologia procurem contemplar e explicar as diferenças entre grupos.

Há que estudar as interacções existentes e nunca pensar na dimensão das diferenças apenas com base numa só variável, pois existe uma série de variáveis no desenvolvimento humano. Por exemplo, os traços de altruísmo nas diversas categorias dos grupos teóricos estão ligados a várias variáveis como a variável “sexo” e a variável “etnia”.

Nenhum modelo geral da Psicologia é completo se não explicar porque é que os indivíduos de diferentes idades se comportam de maneira diferente relativamente às variáveis do modelo. Aqui chama-se a atenção para a noção de grupo teórico e para a importância que isso terá para a Psicologia Geral ao considerar a Psicologia Diferencial.



## **5. CARACTERIZAÇÃO DA METODOLOGIA DA PSICOLOGIA DIFERENCIAL:**

A definição de metodologia, seja ela qual for, deve passar por três aspectos:

5.1 Observação (condições de observação e instrumentos de observação);

5.2 Estratégias de investigação;

5.3 Tratamento dos resultados.

### **5.1 Observação**

A observação consiste em: identificar as dimensões a estudar, constituir uma amostra de funções, caracterizar os indivíduos para observação.

A observação levanta o problema da amostragem e das suas condições de observação. A importância da amostragem nas diferenças entre indivíduos relaciona-se com o facto de os grupos experimentais serem extraídos dos grupos naturais relativamente às variáveis teóricas identificadas como relevantes para um determinado estudo.

Na observação encontramos três tipos de amostragens:

→ Amostragem de Dimensões;

→ Amostragem de Indivíduos;

→ Amostragem de Funções.

A amostragem de dimensões corresponde às dimensões psicológicas necessárias estudar para avaliar a inteligência. Os diferencialistas fazem uma amostragem de dimensões, isto é, eles isolam uma ou várias dimensões que lhes parecem relevantes para o estudo em causa e definem a natureza dessas dimensões. Aqui, há a escolha, por parte do observado, das dimensões psicológicas que interessam perante um universo possível.

A amostragem de indivíduos, por seu turno, permite estudar como é que determinado instrumento e como é que determinada variável psicológica se comporta ou distribui na população. Diz respeito à construção dos grupos experimentais que passa por uma série de procedimentos como a estratificação.

Por último, a amostragem de funções dá-nos conta da operacionalização de dimensões e criação de situações que permitem avaliar essas mesmas dimensões. É a escolha que o investigador faz sobre quais os problemas, quais as questões e quais as tarefas que permitem avaliar as dimensões escolhidas.

## 5.2 Estratégias de Investigação

Neste âmbito destacam-se seis estratégias. São elas:

- Estratégia de Medição dos Traços Psicológicos;
- Estratégia Correlacional;
- Estratégia de Comparação de Grupos;
- Estratégia dos Estudos Desenvolvimentistas;
- Estratégia de Estudos de Casos;
- Estratégia de Grupos Especiais.

A primeira estratégia (Estratégia de Medição dos Traços Psicológicos) situa-se no subdomínio das diferenças individuais, sendo o critério da sua medida. Compara indivíduos relativamente a uma determinada dimensão psicológica e utiliza instrumentos de medida que já constituíram uma amostragem num determinado domínio ou numa determinada dimensão.

A segunda estratégia (Estratégia Correlacional) teve origem nos estudos psicométricos. Estuda a relação entre variáveis através do coeficiente de correlação. A noção de correlação surgiu com Spearman e com Pearson. A dimensão das diferenças individuais baseia-se na análise factorial que se baseia na noção de correlação através de análise de matrizes. Muitos dos estudos das relações entre grupos, a grande parte dos estudos diferenciais, estudos de precisão de instrumentos de medida podem ser estudos correlacionais. Todos os estudos de validade passam pelo coeficiente de correlação: *correlação interna dos instrumentos, correlação entre as variáveis dos instrumentos de medida, correlação entre critérios, correlação com outros instrumentos de medida*, e não só. Uma grande categoria dos estudos correlacionais na Psicologia Diferencial são os estudos das propriedades lógicas dos instrumentos. A análise factorial utiliza-se para, a partir das correlações entre variáveis, se identificar as grandes dimensões psicológicas. É devido a esta estratégia que, em meados de século XX, surge um novo campo da Psicologia que é a Psicologia Correlacional que é o mesmo que Psicologia Diferencial para Cronbach, pois o que está em causa na mesma é a correlação entre variáveis.

A terceira estratégia (Estratégia de Comparação de Grupos) distingue a comparação entre grupos existentes na população (por exemplo, a comparação de indivíduos do sexo masculino e do sexo feminino relativamente à inteligência ou a outra variável) e a comparação de grupos especialmente constituídos ou criados para comparação ou experimentação. Aqui já se está numa Psicologia do século XX, pois permite misturar simultaneamente uma perspectiva diferencial e uma perspectiva experimental. É uma abordagem da Psicologia Diferencial muito mais recente e muito menos clássica, pois constrói grupos especialmente para estudar contrastes relativamente a



uma variável. A mais clássica é a comparação de grupos teóricos que se formam a partir de variáveis imediatamente observáveis como a idade o sexo, o nível sócio-económico, as etnias e as zonas urbanas e zonas rurais. A mais recente baseia-se em grupos formados especialmente para investigação como a já anteriormente mencionada ATI, alunos introvertidos e extrovertidos.

A quarta estratégia (Estratégia dos Estudos Desenvolvimentistas) apoia-se numa abordagem longitudinal. O que é mais clássico na primeira metade do século XX é a utilização de amostras transversais e na segunda metade do século XX surge esta abordagem longitudinal em que se estuda o desenvolvimento dos mesmos sujeitos em vários momentos do seu desenvolvimento. São muito difíceis de pôr em prática, pois o número inicial de sujeitos tem de ser muito elevado devido a ter de se contar com possíveis desistências. O planeamento terá de ser muito bem feito em função do tipo de informação que se deseje recolher. Desde sempre a Psicologia Experimental se preocupou com a curva de desenvolvimento. Uma das mais antigas e conhecidas é a de Wechsler sobre a inteligência. Deriva da estandardização das escalas de Wechsler porque as amostras eram transversais (12 A – 75 A) e fazia-se a média. Este facto leva a que se cometam erros, pois o declínio não é acentuado. Isto porque se as amostras forem transversais não se está só a analisar uma variável (T) mas um conjunto de variáveis (por exemplo, a escolaridade). Estes estudos originaram estudos longitudinais com a emergência de novas variáveis que não pertencem ao domínio da Psicologia Experimental como, por exemplo, a orientação. Nos anos 50, Super iniciou um estudo longitudinal com indivíduos estudantes para estudar as suas carreiras profissionais. Ressalta um conceito muito importante que é o da maturidade vocacional (desenvolvimento da maneira como as pessoas se confrontam e estão preparadas para as decisões de problemas). Este facto vem revolucionar a forma como a orientação é feita, ou seja, como desenvolver os indivíduos para estes serem capazes de decidir. Este modelo envolve toda a vida dos sujeitos. Estes estudos são de difícil realização, pois requerem uma amostra muito grande porque para além de possíveis desistências, também pode ocorrer o enviesamento da amostra que normalmente são indivíduos de níveis sócio-económicos mais elevados. A quinta estratégia (Estratégia de Estudos de Casos) caracteriza-se por uma abordagem com raízes na Psicologia Clínica e ajuda o desenvolvimento de um indivíduo. É uma visão do estudo da individualidade e do facto de existirem variáveis que no colectivo podem desaparecer ou que estão escondidas. Aproxima-se da abordagem piagetiana em que a partir da observação de casos simples se procura retirar algumas conclusões sobre as diferenças de desenvolvimento.

A sexta, e última, estratégia (Estratégia de Grupos Especiais) refere-se ao estudo de crianças deficientes mentais, sobredotadas, adoptadas, e não só. É muito especial e permite realizar experiências muito particulares com gémeos monozigóticos. São estudos que podem englobar e utilizar outras estratégias, sendo muito ricos ao nível de património genético e do meio envolvente.

### **5.3 Tratamento dos Resultados**

Aqui usam-se múltiplas técnicas estatísticas, pois o objecto de estudo da Psicologia Diferencial também é complexo.

Podem indicar-se seis técnicas estatísticas, e são elas:

- 5.3.1** Correlações Psicométricas;
- 5.3.2** Técnicas de Análise Multi-Variada;
- 5.3.3** Técnicas de Descrição e Distribuição dos Resultados;
- 5.3.4** Estudos de Tendência Central;
- 5.3.5** Técnicas de Análise Paramétricas;
- 5.3.6** Técnicas de Análise Não-Paramétricas.

#### **5.3.1 Correlações Psicométricas**

Esta técnica prende-se com a correlação de comportamentos que foram adequadamente mensurados.

#### **5.3.2 Técnicas de Análise Multi-Variada**

É aqui que se insere a análise factorial. Este tipo de análise pode ser utilizada para tentar confirmar a relação existente entre um conjunto de variáveis postuladas a fim de um modelo teórico.

O investigador propõe o modelo à partida como hipótese como estruturas cognitivas e depois, de acordo com esse modelo supõe encontrar certos resultados. Então, utiliza a análise factorial para as confirmar.

A análise factorial é uma das técnicas mais usuais do que se convencionou chamar de análise multivariada. Quando se emprega este tipo de análise está-se frequentemente interessado no comportamento de uma variável ou grupos de variáveis em covariação com outras (Green, 1976).

As técnicas de análise multivariada são úteis para descobrir regularidades no comportamento de duas ou mais variáveis e para testar modelos alternativos de associação entre tais variáveis, incluindo a determinação de quando e como dois ou mais grupos diferem em seu perfil multivariado. Quando analisamos dados associados nós esperamos explicar variações de acordo com um ou mais dos seguintes pontos de vista:

a) Determinação da natureza e do grau de associação entre um conjunto de variáveis dependentes e um conjunto de variáveis independentes.

b) Achar uma função ou fórmula pela qual nós podemos estimar valores das variáveis dependentes a partir das variáveis independentes, o chamado problema da regressão.

c) Estabelecer a significância estatística associada aos itens anteriores.

A análise factorial, na sua versão clássica de determinar os factores ortogonais que descrevem aproximadamente e sucessivamente os vetores-resposta de N indivíduos a um conjunto constituído por M testes psicológicos, relaciona-se com os trabalhos de Karl Pearson (1901) e Charles Spearman (1904). Este último trata, pela primeira vez, do que hoje se conhece como as variáveis latentes mencionadas anteriormente. Assim é a inteligência e são desta mesma natureza, muitas outras variáveis psicológicas, sociais e económicas (Souza, 1988).

Na realidade a análise factorial não se refere a uma única técnica estatística, mas a uma variedade de técnicas relacionadas para tornar os dados observados mais facilmente (e directamente) interpretados. Isto é feito analisando-se os inter-relacionamentos entre as variáveis de tal modo que estas possam ser descritas convenientemente por um grupo de categorias básicas, em número menor que as variáveis originais, chamado factores. Assim, o objectivo da análise factorial é a parcimónia, simplificação, procurando definir o relacionamento entre as variáveis de modo simples e usando um número de factores menor que o número original de variáveis.

Mais precisamente, um factor é um construto, uma entidade hipotética, uma variável não observada, que se supõe estar subjacente a testes, escalas, ítems e, de fato, medidas de qualquer espécie. Como construtos, os factores apenas possuem realidade no facto de explicarem a variância de variáveis observadas, tal como se revelam pelas correlações entre as variáveis sendo analisadas, ou seja, a única realidade científica que os factores possuem vem das correlações entre testes ou variáveis sendo pesquisadas. Se os resultados de indivíduos em ítems ou testes caminham juntos, então, na medida em que existam correlações substanciais entre eles, está definido um factor.

As cargas factoriais obtidas são, com efeito, reduções de dados muito mais complexos a tamanho manuseável para que o pesquisador possa interpretar melhor os resultados (Kerlinger, 1980).

A expressão carga factorial ocorre frequentemente. Uma matriz de cargas factoriais é um dos produtos finais da análise factorial. Uma carga factorial é um coeficiente – um número decimal, positivo ou negativo, geralmente menor do que 1 – que expressa o quanto um teste ou variável observada está carregado ou saturado em um factor. Por outras palavras, quanto maior for a carga em cima de um factor, mais a variável se identifica com o que quer que seja o factor.

Em síntese, a análise factorial é essencialmente um método para determinar o número de factores existentes em um conjunto de dados, para determinar quais testes ou variáveis pertencem a quais factores, e em que extensão os testes ou variáveis pertencem a/ou estão saturados com o que quer que seja o factor.

### **5.3.3 Técnicas de Descrição e Distribuição dos Resultados**

Aqui situam-se os *Decis*, os *Quartis*, os *Percentis* que são unidades basicamente e fundamentalmente das normas dos testes. As normas dos testes são uma descrição de um determinado comportamento de uma determinada população de um teste. A descrição dos resultados designa-se por normas.

### **5.3.4 Estudos de Tendência Central**

Passam pela definição da Média e da Mediana, a partir das quais se chega ao teste de hipóteses. O teste de hipóteses pretende ou testar o valor médio de uma determinada distribuição e ver se ele corresponde ao valor médio da população teórica ou comparar os testes psicológicos com os testes de comparação de médias ou com os testes de significância das diferenças.

Pode dar-se aqui um exemplo: determinar a média de grupos dos rapazes e determinar a média dos grupos das raparigas e testar que a diferença encontrada é a diferença real. A nível de significância de 5% testa-se se a diferença obtida entre aquelas duas amostras foi devida ao acaso ou se corresponde a uma diferença real medida entre os dois grupos.

### **5.3.5 Técnicas de Análise Paramétricas**

São utilizadas quando se pretende comparar parâmetros de vários grupos simultaneamente. É através destas técnicas que é possível comparar grupos através da estratégia de análise de variâncias.

### **5.3.6 Técnicas de Análise Não-Paramétricas**

A comparação de grupos também pode utilizar testes não paramétricos como no caso de grupos pequenos. Deve recorrer com amostras emparelhadas porque, muitas vezes, faz-se o programa numa turma com um número limitado de jovens devido à curva de distribuição ser normal e a informação ter sido definida à partida. Pode dar-se o exemplo seguinte: se numa determinada escola se quiser implementar um programa de orientação para registar a eficácia da orientação nos jovens pode aplicar-se o teste no início do programa, no final do programa e fazer uma comparação de resultados.

Podem ser utilizados os seguintes testes, nas técnicas de análise não-paramétricas: teste dos sinais e teste teste de Wilcoxon-McWhitney.

## **6. DIMENSÕES DAS DIFERENÇAS INDIVIDUAIS**

Posto isto, entra-se agora nas dimensões das diferenças individuais.

O grande objectivo que se coloca é o de identificar as grandes dimensões das diferenças individuais (identificar a que é que os indivíduos variam do ponto de vista psicológico) e como é que se pode avaliar a dimensão da diferença individual ou como é que se podem operacionalizar as variáveis das diferenças individuais em instrumentos de medida dessas mesmas diferenças.

A investigação no domínio das dimensões das diferenças individuais situa-se, basicamente, numa estratégia correlacional e lida com técnicas de correlação e com análise factorial.

### **6.1 Os três níveis de análise das diferenças individuais:**

Marañon (1999) defende três níveis de análise das diferenças individuais:

- Nível traço → FACTORES (teorias factoriais) – Medidas de traços (*Testes psicológicos*)
- Nível cognitivo → PROCESSOS (teorias cognitivas) – Medidas cognitivas (*Experiências*)
- Nível biológico → ORGANISMO (teorias biológicas) – Medidas biológicas (*EEG, TEP, RM*)

### **Características dos traços**

O que caracteriza os traços?

Eysenck & Eysenck (1985) dizem-nos o seguinte:

1. São disposições que permitem descrever e prever o comportamento;
2. São conceitos ou constructos científicos que permitem descrever as diferenças individuais. Quando é consistente pode usar-se para prognosticar ou prever o comportamento das pessoas;
3. Os traços psicológicos permitem situar as pessoas numa série de dimensões contínuas;

4. As respostas e perguntas incluídas em provas psicológicas são sinais ou sintomas de traços;
5. Os traços são mais ou menos determinados pela hereditariedade e pelo meio ambiente;
6. As interacções entre os traços pessoais e as situações produzem estados mentais.

### **Tipos de traços**

Em geral, a investigação psicológica tem estudado três tipos de traços:

1. Traços intelectuais (raciocínio, memória);
2. Traços temperamentais (extroversão e estabilidade emocional);
3. Traços motivacionais (atitudes, valores, interesses).

Uma das perguntas que deve fazer-se ao falar-se do enfoque de traços em psicologia da personalidade é sobre a origem desses traços, ou seja, qual a natureza dos mesmos. Na actualidade considera-se que os traços estão presentes, pelo menos, em todas as espécies de mamíferos e que a diversidade de traços que podemos observar em cada indivíduo de uma espécie nos indica a menor ou maior complexidade do seu sistema de organização "social" (Fox, M. W., 1974). Segundo este autor, e utilizando como exemplo a espécie dos cánidos poderíamos observar como as raposas mostram muito pouca variação de traços de um indivíduo para outro, já que todos eles se caracterizam somente pela sua maior ou menor independência, ao passo que o coiote se diferencia um pouco mais de um indivíduo a outro, já que além da independência manifesta em maior ou menor grau entre os seus indivíduos é possível distinguir um membro do outro pela sua agressividade e, por último, o lobo manifesta uma ainda maior diversidade entre um e outro membro de sua espécie, já que se diferenciam não somente pela independência e agressividade, mas também pela dominância e segurança. Essa maior versatilidade de condutas devido a uma maior diversidade de traços nos indivíduos de uma mesma espécie manifestar-se-ia numa distinta organização grupal de cada espécie. A raposa passa a maior parte do tempo solitária e somente se junta a um exemplar do sexo oposto para a reprodução, continuando a sua vida solitária ao finalizar o período de criação.

Por seu turno, o coiote vive em par macho-fêmea durante toda a sua vida e defende a sua prole até que esta forme seu próprio par. Os lobos vivem toda a sua vida nas matilhas já que nascem e se desenvolvem nelas, continuando a fazer parte delas. A matilha torna evidente uma organização complexa de relações de subordinação entre os indivíduos da espécie que a compõem e inclusive de especialização em tarefas muito rudimentares de ataque e defesa do grupo.

Dado que a diversidade de características individuais não é uma propriedade exclusiva dos seres humanos, embora o seja ao dar-se conta dessa diversidade pessoal e colectiva, podemos dizer que todos os organismos mamíferos vêm a existência como um equipamento que lhes predispõe a uma conduta e os torna vulneráveis a certas condições.

Segundo Beck, A. T. (1999) existem pessoas que apesar de terem melhorado a sua depressão ou sua ansiedade continuam a ser dependentes, negativistas e, inclusive, exigentes com os demais.

Estudando a micro-história dessas pessoas constatou-se que sempre foram assim, por isso considerou-se a existência de pelo menos um subgrupo de pacientes que independentemente das crises de depressão ou de ansiedade que lhes havia levado à consulta eram pessoas que normalmente manifestavam condutas disfuncionais (timidez, insegurança) e distorções cognitivas (ameaças e temores) e sentimentos (de baixa/alta estima) fora do comum, devido à sua personalidade.

A constatação de predisposições permanentes e de reacções extremas a situações normais nas pessoas, somente poderia ser explicada pelo efeito que a selecção natural havia produzido no desenvolvimento filogenético da nossa espécie. Obviamente, a evolução da raça humana, ao longo da história da humanidade, somente pode ser entendida como o resultado da sobrevivência e reprodução dos seus indivíduos, em circunstâncias realmente adversas, sobretudo no início da humanidade. Essa sobrevivência somente pode ser compreendida se observamos as estratégias que a fizeram possíveis tais como a competitividade, a cooperação e a sexualidade. Ante esse estado de coisas parece lógico que a raça humana desenvolvesse uma enorme susceptibilidade a uma vida de hiper-vigilância e que essa se transmitisse de geração para geração. A raça humana teria desaparecido se todos os seus membros tivessem actuado do mesmo modo perante uma guerra, uma epidemia, uma catástrofe. Um exemplo disso encontra-se ao observar-se a necessidade de que nem todos os membros de uma tribo ou colectividade são igualmente heróis, já que então a tribo não teria quem a guiasse na derrota e procurasse a sobrevivência do grupo.

Temos por consequência que as qualidades abstractas que pressupomos foram necessárias para a sobrevivência da nossa raça, não são outra coisa senão qualidades individuais que não somente se transmitem geneticamente, mas que, além disso, se desenvolvem através da interacção dos grupos humanos com o clã, a família e a comunidade social.

Pode dizer-se actualmente que a depressão, a agressividade são qualidades humanas? Teria fracassado a evolução ao seguir dotando os seres humanos de apesar de ter alterado o seu meio natural por um meio social em constante transformação?

O estudo dos traços é diferente do estudo dos comportamentos ou hábitos definidos como execuções, já que nos oferece uma informação diferente da que obtemos a partir da observação da execução. O estudo dos traços permite conhecer diferentes formas de levar a cabo diferentes execuções e até mesmo conhecer formas diferentes de levar a cabo a mesma execução.



Poderíamos mostrar que o grito nem sempre é de tristeza, também podem manifestar felicidade, e não só.

Centrar o estudo das diferenças individuais nos processos ou mecanismos que levam à execução dos comportamentos, permite-nos abrir o caminho para uma psicologia que defenda, realmente, a igualdade das pessoas no ponto de partida das mesmas. Na psicologia a diferença entre a maioria das pessoas proeminentes está baseada na versatilidade presente em algumas delas e a rigidez presente em outras. Quanto mais processos (traços) diferentes estão disponíveis para cada pessoa, mais adaptativo será o seu comportamento e mais uniforme será com diferentes pessoas.

Dado que a maior diversidade de processos levada a cabo competentemente, maior quantidade de situações diferentes a pessoa poderá confrontar de um modo efectivo, a psicologia do século XXI poderá implementar, em cada pessoa, aqueles processos que as façam mais versáteis e mais competentes. Para ensinar às pessoas processos diferentes dos que já dispõem como traços, devemos alcançar um conhecimento suficiente de todos os traços disponíveis por meio do estudo de diferentes pessoas e a análise destes traços como processos. Analisar os traços de tal forma que disponhamos dos mesmos, como processos capazes de ser aprendidos, é o objectivo que nós procuramos além desta exposição.

## **7. ÁREAS DA PSICOLOGIA EM QUE SE PODE ESTUDAR AS DIFERENÇAS INDIVIDUAIS**

Segundo Eysenck (1994) e outros autores como Gross (1992) e Schackleton & Fletcher (1984), existem quatro áreas da Psicologia em que se podem estudar as diferenças individuais. São elas a inteligência, a personalidade, a psicopatologia e os métodos terapêuticos.

### **7.1 Inteligência**

Fazendo um enquadramento histórico...

No início do século XX e quase simultaneamente em França e em Inglaterra, nascem duas linhas de desenvolvimento da investigação no domínio cognitivo.

Na Psicologia Diferencial existe uma divisão psicológica em domínio cognitivo e em domínio conativo. Historicamente, a investigação nestes dois domínios não se iniciou ao mesmo tempo. As aptidões e a inteligência surgem no início do século XX e só nos anos 30/40 é que surgem as investigações no domínio da personalidade.

O facto de a investigação se ter originado em momentos diferentes levou uns a interessarem-se mais por um domínio e outros por outro. É por isso que as investigações podem



ser divididas nesses dois grupos, embora isso não signifique a existência de uma divisão lógica entre cognitivo e personalidade. Wechsler considera que as variáveis cognitivas são também variáveis de personalidade.

Uma das linhas de desenvolvimento surge com Binet em França cujo objectivo fundamental era o de definir a inteligência para poder operacionalizá-la em instrumentos de medida. Inicialmente, assumia-se que a inteligência era uma grande dimensão das teorias psicológicas. Quando se define a inteligência assume-se que existe como uma variável global de domínios. A definição de inteligência como uma variável global, uma variável de diferenciação dos indivíduos e uma variável cognitiva que permite diferenciar os indivíduos quanto ao grau da mesma que estes possuem, está subjacente a toda a teoria de Binet.

Esta linha de desenvolvimento deu origem aos testes de Wechsler que procurou definir a inteligência com sucesso, surgindo então aspectos comuns da definição de inteligência: a) a inteligência definida como adaptação ao meio total sob o aspecto de que a inteligência é um comportamento adaptado, e sob o aspecto de que a inteligência procura adaptar o indivíduo às condições do meio; b) a inteligência como dirigida a um fim, em que o comportamento da inteligência se dirige a um fim e em que esta não é um comportamento aleatório.

Existem mais definições de inteligência, obviamente, e devem referir-se as de Wechsler e Sternberg. O primeiro diz que esta capacidade mental é um agregado ou capacidade do indivíduo para actuar finalizadamente, pensar racionalmente e proceder com eficiência ao meio; capacidade para pensar abstractamente e capacidade para aprender. O segundo autor, Sternberg (1962), defende que a inteligência é um comportamento adaptado dirigido a um fim.

Esta linha de desenvolvimento procura definir a inteligência não elaborando grandes quadros de referência teóricos porque o seu objectivo é o de operacionalizar instrumentos de medida. Há aqui a ideia de uma variável global cognitiva que influencia os indivíduos na maneira como estes se adaptam ao meio e como visionam o seu comportamento.

A segunda grande linha de desenvolvimento surge no ano de 1904. É neste ano que na Inglaterra, Spearman, publica um artigo, no qual propõe uma nova abordagem que ele designa de Psicologia Correlacional. Esta Psicologia Correlacional pretende, a partir das correlações entre os resultados dos testes ou entre resultados escolares, tentar verificar a existência de algo em comum nos conjuntos de variáveis.

A ideia base do método de análise factorial de Spearman é que se duas variáveis tendem a ter correlações elevadas, então provavelmente existe uma terceira variável comum a essas duas, isto é, dependem à partida daquilo que é comum. Por exemplo, aquelas pessoas que demonstram mais jeito para resolver problemas verbais têm, simultaneamente, mais jeito para resolver problemas numéricos são as que têm mais jeito para resolver problemas domésticos.

O Método das Equações Tétradas também é de Spearman e diz-nos que a partir das correlações entre variáveis cognitivas pode identificar-se variáveis mais básicas que são, no fundo, as garantias dessas diferenças.

A metodologia factorial é muito utilizada para validar testes de inteligência como os testes ou as escalas de inteligência de Wechsler. Matriz de Inter-Correlações → consiste numa tabela de duas entradas com um conjunto de variáveis, as quais se interrelacionam.

Então mas por que se tornam necessárias e importantes as teorias cognitivas da inteligência?

São-no porque destrinçam a estrutura da inteligência, seus elementos constituintes e relações entre estes.

“A descrição do motor de um carro não nos diz como este funciona, embora possamos avaliar a sua performance...”

As teorias cognitivas descrevem a dinâmica da inteligência, tal como é reconhecida pelas teorias factoriais. E como é que os psicólogos actuam para realizar este processo? A resposta está nas investigações experimentais. Nesta base pode dar-se o exemplo da teoria de Vernon, que é a mais completa e mais aceite estrutura hierárquica das aptidões, composta por quatro níveis decrescentes de generalidade.

### 7.1.1 Processos mentais e cognitivos importantes para a inteligência

Os processos mentais que são explorados são aqueles que a que as pessoas recorrem ao realizarem tarefas perceptivas, de aprendizagem, de memorização, de raciocínio ou de resolução de problemas.

Averiguam como podem categorizar-se os processos cognitivos: existem diferenças acentuadas quanto à disponibilidade, acessibilidade e eficiência no emprego das diferentes funções executivas.

### 7.1.2 Quais são os meios que as pessoas empregam para representar mentalmente a informação que precisam processar?

Ao que parece, as pessoas mais inteligentes usam o que conhecem, e o que sabem fazer, para realizar eficazmente um problema intelectualmente exigente.

### 7.1.3 Que estratégias cognitivas são empregues pelas diferentes pessoas?

Estas dizem respeito ao modo como se combinam os processos cognitivos com as representações mentais:

- Acessibilidade e disponibilidade destas estratégias;
- Relação entre estilos cognitivos pessoais e as estratégias cognitivas a que recorre e emprega.

### 7.1.4 Proveniência das diferenças individuais segundo uma perspectiva cognitiva

1. Funções cognitivas básicas;
2. Selecção de estratégias cognitivas básicas;
3. Recursos cognitivos.

Três grupos a partir de um desvio-padrão de 15 no QI: 70, 100, 130.

Testes de velocidade de acesso ao léxico, primeiro se as letras são idênticas (Aa) e depois se significam o mesmo.

Não há uma correspondência estrita. Isto é, uma diferença de trinta pontos no QI não significa 30 vezes mais rápido.

Por outro lado, as correlações entre estas variáveis e os factores nunca ultrapassam 0,30. Porquê?

Como explicar este desfasamento entre o tipo de coisas que parecem ser medidas pelas tarefas empregues nos estudos cognitivos e as provas psicológicas factoriais de medida da inteligência?

A resposta a esta questão pode encontrar-se nas estratégias cognitivas.

Porque seria a barreira de 0,30?

Primeiro, as tarefas empregues nas experiências apenas estudam um processo cognitivo. Segundo, as provas complexas requerem processos centrais enquanto as outras utilizam processos periféricos e em menor número. Terceiro, e último, as provas mais sensíveis e simples não permitem muitas variações individuais no que diz respeito à sua resolução.

Estes dados vão sugerir a existência de diferenças individuais não em quantidade como em qualidade. Daí, também, a referida “barreira dos 0,30”.

E que elemento nos poderá permitir estudar as relações entre as estratégias cognitivas empregues pelas diferentes pessoas?

### 7.1.5 Representações Mentais

Entramos, então, no âmbito das representações mentais que, ao contrário dos processos cognitivos que são múltiplos, são menos.

Existem dois tipos de representações mentais conhecidas:

- Material Verbal, que consiste no que a pessoa descreve através da linguagem sobre o qual vai aplicar os processos mentais;
- Material Visuo-Espacial, em que a pessoa imagina a informação sobre a qual vai aplicar os processos mentais.

O tipo de processos cognitivos que as pessoas irão utilizar vai depender em grande escala do tipo de representação mental que empregaram!

Surgem outras questões...a pessoa, ao reter informação nova, vai criar memórias. Então, que tipo de representação mental é que a pessoa usa para conservar essa mesma informação? E qual é o tipo de representação mental ao qual a pessoa recorrerá para codificar os símbolos referentes a nova informação de modo a poder compará-los com informação previamente retida?

Essas estratégias existem e são duas. Uma é de natureza verbal e linguística, a outra é de natureza pictórica e imagética.

Na primeira fase, correspondente à compreensão, há uma parte de pessoa que vai recorrer à estratégia linguística para guardar a informação, ou seja, em linguagem comum, para memorizar. Uma outra parte das pessoas vai, por seu turno, transformar uma frase linguística num desenho mental, ou seja, de natureza pictórica e imagética, enquanto a estratégia anterior, utilizada pelas outras pessoas era de natureza verbal e linguística.

Na segunda fase, já que mencionamos a primeira, que corresponde à fase de verificação, vai observar-se o seguinte: as pessoas que utilizaram a estratégia linguística (de natureza verbal e linguística) vão agora, nesta fase, transformar o desenho numa frase, sendo esta frase que vai comparar com aquela que tinha guardada na memória.

Em contrapartida, vai verificar-se que aquelas pessoas que usam uma estratégia pictórica comparam o desenho que agora observam com o que guardam na memória. Este vai ser o “fruto”, diga-se assim, de uma tradução.

Levanta-se uma questão, o QI terá implicações nestes processos?

MacCleod, Hunt & Mathews (1978) realizaram algumas investigações e constaram que na realização de provas factoriais de aptidão verbal, as pessoas que alcançavam pontuações mais elevadas, tendiam a usar uma estratégia linguística, por outro lado, aquelas com pontuações igualmente altas, mas nas provas de aptidão espacial, tinham a tendência para recorrer a uma estratégia pictórica.

### 7.1.6 Modelo Triárquico de Inteligência de R. J. Sternberg

Vem a propósito mencionar-se agora o Modelo Triárquico de Inteligência, também chamado Modelo Hierárquico das Aptidões, de R. J. Sternberg.

A expressão “teoria triárquica da inteligência humana” (Sternberg, 1985, 1988b) constitui o subtítulo da obra em que é apresentada pela primeira vez, *Beyond IQ*. Será, talvez, difícil dissociar a escolha do advérbio da postura assumida por L.J. Cronbach, no termo de um longo intervalo de 18 anos, relativamente às “disciplinas” da psicologia científica: de que um rationale teórico compreensivo e extensivo abre caminho à superação de antinomias e à convergência de metodologias. O QI, por seu turno, não constituirá a formulação mais feliz para designar a perspectiva “convencional” ou “tradicional” da avaliação da inteligência, consubstanciada designadamente nas medidas diferenciais; será, no entanto, marcador, enquanto sigla-resumo.

A teoria triárquica articula três sub-teorias expressamente referenciadas ao mundo interno (tratamento da informação), ao mundo externo (interação com o meio), e ao protagonismo da inteligência na adaptação a ambos (as experiências individuais mediadoras). Recupera, agora como sub-teoria, a teoria componencial (Sternberg, 1977) e introduz as sub-teorias contextual e experiencial.

A sub-teoria componencial trata os mecanismos do comportamento inteligente, mecanismos entendidos como “componentes”, funcionalmente diferenciados numa estrutura hierárquica definida pelo nível de generalidade: os metacomponentes, os componentes de execução, os componentes de aquisição. Os metacomponentes são processos executivos de ordem superior, que regem o planeamento, a monitorização e a avaliação da actividade cognitiva. Os componentes de execução constituem-se em estratégias reguladoras do funcionamento cognitivo. Os componentes de aquisição organizam o conhecimento (formal, como informal ou tácito) através da filtragem (por codificação, combinação e comparação selectivas) da informação nova.

A sub-teoria contextual postula os objectivos comportamentais do pensamento inteligente: a adaptação ao meio; a modelação do meio em função de necessidades e expectativas; a selecção do meio como recurso adaptativo. No centro está, portanto, a adaptação. Ao meio físico e social envolvente à escala macro, como à escala micro situacional, o meio imediato.

A sub-teoria experiencial focaliza pontos críticos da actividade cognitiva, designadamente a disponibilidade dos mecanismos de processamento da informação e a relativa maleabilidade do repertório comportamental no confronto com o inesperado. A capitalização da experiência anterior na adaptação à novidade traduz-se na eficácia das respostas, em parte resultante de alguma automatização adquirida de processos de resolução de problemas.

As inter-relações das três sub-teorias, do ponto de vista teórico como da operacionalização, cobrem simultaneamente, segundo o autor, os fundamentos e as manifestações do pensamento inteligente. Os componentes actuam em diferentes níveis de actividade e em contextos desigualmente significativos para o indivíduo; e a sua valência adaptativa, bem como a da eficácia dos automatismos de processamento da informação e da facilidade de lidar com situações novas, têm carácter universal. O que não significa que regulações idênticas do pensamento e da acção sejam universalmente adaptativas. O meio tipifica o comportamento inteligente; mas as escolhas possíveis são desigualmente acessíveis e limitadas pela compatibilização das alternativas com as aptidões, as motivações, os valores e os afectos do indivíduo (Sternberg, 1985, 1988b, 1990).

A inteligência integra dinamicamente os mecanismos da cognição, as *boas práticas* do vivido e a *contratualização* com o meio, no sentido de auto-organização ao mesmo tempo satisfatória e eficaz. A auto-organização serve o sucesso adaptativo no plano interno, serve o êxito no plano externo. Sucesso e/ou êxito enquanto vivência singular, idiossincrática, segundo os padrões pessoais coincidentes ou não com os estereótipos sociais. Adaptação e acção são indistintamente o verso e o reverso de uma mesma moeda: a elaboração cognitiva, por natureza estruturante, assegura a transformação do dado em adquirido, e as aquisições são estruturas complexas, relativamente estáveis e disponibilizáveis em contexto. A “moeda” será a inteligência.

A noção de *successful intelligence* (Sternberg, 1996) ou inteligência funcional (Miranda, 2000) elucida do formato da auto-organização mental. Pensar bem, funcionalmente, implica uma gestão equilibrada dos aspectos analítico, criativo e prático da inteligência, em função dos contextos do mundo real e das metas e dos objectivos que o indivíduo se propõe alcançar. A inteligência analítica direcciona os processos mentais para a resolução de problemas e a tomada de decisões. A inteligência criativa gera as ideias e os problemas. A inteligência prática regula a acção no quotidiano.

Os grandes aspectos da inteligência constituem as “chaves” do sucesso e do êxito: chave número um, descoberta de boas soluções, chave número dois, descoberta de bons problemas,

chave número três, produção e implementação das soluções (Miranda, 2000, prelo, Sternberg, 1996).

A operacionalização, funcional, do modelo triárquico começou a ser ensaiada há quase uma década, visando a construção de uma bateria com níveis diferenciados para desde a infância à idade adulta (Sternberg, 1993). O *rationale* inclui as sub-estruturas componencial, contextual e experiencial do pensamento aplicado à resolução analítica / criativa / prática de problemas. O material (a amostra de situações e de funções) é apresentado em formato verbal, quantitativo e figurativo.

É ainda dentro do quadro do modelo triárquico que Sternberg se dá conta da sobrevalorização do lado cognitivo da auto-organização mental (Sternberg, 1988b), no sentido da ênfase na transformação da informação em conhecimento explícito ou tácito, transformação mediada pela disponibilidade e progressiva evocabilidade das estratégias operativas. O lado não cognitivo, os processos conativos de controle e orientação das condutas (Reuchlin, 2001), faz parte dessa auto-organização, e constitui-se numa modalidade particular do confronto adaptativo, que a designação genérica de “estilos intelectuais” resume. A interface cognitiva / conativo é teoricamente incontornável, detentor de valor heurístico e hermenêutico significativos.

Este é um modelo bastante abrangente e com um carácter muito mais cognitivo do que os anteriores, na medida em que os modelos factoriais foram modelos muito centrados nos resultados e na maneira como estes se correlacionavam com os processos envolvidos. Dá grande relevo às aprendizagens práticas, tácitas e não formais. Sternberg procurou construir uma bateria de testes para a concretização do seu modelo, mas não o concretizou.

O seu modelo tem três componentes:

- a) sub-teoria componencial → aptidões fluidas, aptidões cristalizadas e aptidões práticas e sociais;
- b) sub-teoria contextual;
- c) sub-teoria experimental.

Sternberg vai pretender explicar as relações entre “o mundo interno”, “a experiência” e o “mundo externo”.

Para este autor, a inteligência e o mundo interno da pessoa ou os mecanismos mentais são responsáveis pelo comportamento inteligente. Fala-se aqui em *metacomponentes* (planear, valorizar), *componentes de execução* (codificar, inferir, aplicar, comparar), *componentes de aquisição de conhecimento* (codificação, combinação e comparação selectivas). Para ele, a inteligência e o mundo externo da pessoa, ou o uso dos mecanismos mentais na vida diária, funcionam de forma a pessoa poder alcançar um ajustamento inteligente do mundo. *Adaptação, Modificação, Selecção*. A inteligência e a experiência, ou também o papel mediador, que a vida



supõe na ligação dos mundos interno e externo da pessoa. *Novidade* (decidir, combinar, explorar), *Automatização*.

## 7.2 Personalidade

Para além da inteligência, também a personalidade constitui uma das áreas da Psicologia em que as diferenças individuais podem ser estudadas. Contudo, a personalidade é muito difícil de ser definida, pois não existe um consenso de uma definição única.

Michel Hansenne (2004) diz-nos que o estudo da personalidade – normal ou patológica – constitui um domínio particularmente apreciado em psicologia. Desde sempre, a personalidade tem suscitado inúmeras teorias e classificações, a tal ponto que, na actualidade, existe, quase tantas teorias da personalidade como autores que abordaram esta temática.

Historicamente, personalidade tem origem na palavra latina *persona*. *Persona* designa máscara de teatro que um actor usava para exprimir diferentes emoções e atitudes. Na Antiguidade, *persona* tinha um significado próximo do que se designa por *personalidade*, na actualidade: as aptidões e as capacidades pessoais, o que nos distingue dos outros e que convém a certos comportamentos.

Os temperamentos devem distinguir-se da personalidade: têm uma base biológica, representam a dimensão emocional e afectiva da personalidade, surgem cedo na vida e continuam a exercer um papel na idade adulta. Alguns modelos actuais da psicologia da personalidade baseiam-se fortemente nesta noção. Há que distinguir, também, a noção de carácter da de personalidade. Durante muito tempo sinónimo de personalidade, este termo já não se encontra presente na literatura científica, salvo raras excepções. Diferentes autores suprimiram a sua actualização em virtude de o termo ter aparecido muitas vezes associado a conotações morais, para além de reflectir um julgamento tendencialmente negativo.

Em Psicologia da Personalidade, distingue-se um traço de personalidade de um tipo de personalidade. Um traço de personalidade representa uma característica durável e uma disposição para nos comportarmos de uma determinada forma, em diversas situações. Um tipo de personalidade (ou dimensão de personalidade) representa, em exclusivo, a reunião de diferentes traços (ou subdimensões).

Ainda que a personalidade possa modificar-se ao longo da vida do indivíduo, a dita personalidade é considerada como relativamente estável. Os temperamentos das crianças na primeira infância estão estreitamente correlacionados com os comportamentos na idade adulta. Todavia, as dimensões da personalidade podem flutuar de maneira lógica, em função da idade.

O Objectivo da psicologia da personalidade é construir uma teoria científica que permita descrever, explicar e prever o comportamento dos indivíduos. A psicologia da personalidade distingue-se, assim, da psicologia de senso-comum pelo seu carácter sistemático e crítico.



Como se pôde constatar, definir *personalidade* é muito difícil pois não existe um consenso de uma definição única.

Sheldon surge-nos com duas tipologias: constituição física e constituição psíquica.

### 7.2.1 Definição de Sheldon

A definição de Sheldon inclui os aspectos cognitivos. Os aspectos relevantes destas definições são:

1º - A personalidade permite uma adaptação do indivíduo de relevância social. A adaptação é importante na integração social do indivíduo e na maneira como ele se relaciona com os outros.

2º - As definições de comportamento dispõem de uma orientação e de uma dinâmica regular. Fala-se de personalidade porque há uma certa consistência comportamental, isto é, indivíduos em situações diferentes tendem a comportar-se sempre no mesmo sentido. Este é o primeiro pressuposto da abordagem diferencial da personalidade.

3º - A personalidade é característica do indivíduo, é única do indivíduo, inclui um conjunto de características do indivíduo. Existe uma idiossincrasia individual. Esta é o segundo pressuposto da Psicologia Diferencial. Há aqui a ideia de que existem traços que são comuns a todos os indivíduos, a maneira como esses traços se articulam a nível intelectual e o que é específico em cada indivíduo.

A Psicologia Diferencial é uma abordagem nomotética, isto é, uma abordagem que procura leis, que procura aspectos gerais dos indivíduos que procura as dimensões das diferenças.

Embora a abordagem da personalidade vá ser uma abordagem nomotética utilizando a análise factorial para tentar chegar a traços de personalidade, a Psicologia Diferencial reconhece a uniformização desses vários traços nos indivíduos é muito específica.

A Psicologia Diferencial não leva a idiossincrasia ao extremo para dizer que para descrever as especificidades de cada indivíduo tem de se inventar uma linguagem diferente. Quer dizer, Psicologia Diferencial afirma que se pode descrever os diversos indivíduos através de uma linguagem comum.

A abordagem dimensional é quantitativa, pois pode expressar a classificação nesse contínuo através de uma medida.

### 7.2.2 Aspectos Metodológicos de Base

No estudo das aptidões parece que a amostragem de dimensões não é muito difícil. No estudo da personalidade a amostragem de dimensões é muito importante.

Se se quiser encontrar traços de personalidade básicos que permitam descrever os indivíduos com base na personalidade, a amostragem de dimensões terá de se basear em instrumentos de medida da personalidade que se correlacionem.

### 1. Escalas de Avaliação ou Dados L-R

Foram as mais utilizadas pelos factoralistas no domínio da personalidade porque antes da investigação nos anos 30 não existiam instrumentos de medida de personalidade.

Foram designadas de Dados L-R (*Life-Relerd*) por Raymond Cattell que muito contribuiu na sistematização da metodologia de avaliação da personalidade.

As escalas de avaliação consistem numa lista o mais ampla possível de traços de personalidade (estabilidade, emocionalidade, expansividade, e não só). Relativamente a cada um desses traços considera-se uma escala que pode variar entre um a cinco ou um a sete porque têm de cinco a sete pontos.

Quanto ao seu modo de aplicação, um determinado sujeito é classificado quanto a todos esses traços por observadores que o conhecem bem. Geralmente são dois observadores para cada sujeito. As avaliações são feitas em relação às médias das avaliações dos dois observadores. As pessoas descrevem a personalidade do indivíduo a partir dos traços da escala de avaliação. Depois passa-se para o estudo das correlações por análise factorial.

As desvantagens das Escalas de Avaliação consistem em alguns facto como o material ser muito pouco estruturado. Outra razão é o facto de a personalidade do indivíduo nem sempre ser visível aos outros. Há aspectos da personalidade que podem não manifestar comportamentos perante os observadores não aparecendo na avaliação. Outra desvantagem prende-se com a possibilidade de o sujeito fornecer uma ideia errada e, assim, a importância desse valor diminui porque não havendo relação entre os traços não se pode visionar cada pontuação ou traço separadamente. Isto porque a caracterização geral da personalidade não é a soma dos traços, mas sim as suas relações.

### 2. Questionários de Personalidade ou Dados Q

Utilizam-se devido à desvantagem das Escalas de Avaliação. Aqui é o próprio sujeito que responde, é o próprio sujeito que, a partir de um conjunto de traços, vai caracterizar a sua própria personalidade.

Estes Questionários da Personalidade levantam o problema da honestidade de resposta. Aqui os sujeitos podem dar uma imagem falsa, positiva ou negativa, de si próprios. Devido a isso foram introduzidas escalas de verificação ou de veracidade que permitem avaliar o grau de honestidade.

### 3. Testes “Objectivos” de Personalidade ou Dados T

A personalidade é avaliada por psicólogos que dispõem de listas para a avaliação na situação, que é estandardizada e laboratorial. O indivíduo, ou a criança, é colocado nessa situação estandardizada e procura-se observar o seu comportamento nessa situação. É um procedimento laboratorial em que é dada uma variável ou uma situação ao indivíduo e observa-se o seu comportamento relativamente a essa variável ou situação. São testes pouco práticos.

Os métodos seguintes são os menos utilizados em investigação factorial.

### 4. Técnicas Projectivas

As técnicas projectivas são dificilmente utilizáveis em investigação factorial porque os seus resultados não são quantificáveis, mas sim de natureza qualitativa não fornecendo índices numéricos e não permitindo correlações para a análise factorial. No entanto, algumas técnicas projectivas podem fornecer alguma quantificação.

### 5. Índices Fisiológicos

Constituem, por exemplo, a reacção térmica de pele, a eliminação de líquidos devido a alterações térmicas da pele, e não só.

### 6. Dados Antropométricos

São dados relativos à constituição física como, por exemplo, peso e altura.

### 7. Provas de Interesse e Atitudes

São questionários de investigação de factores de interesses dos indivíduos sobre, por exemplo, determinadas áreas de actividades.

Cattell designou alguns Planos de Análise, também apelidados de Formas de Correlação, no campo da personalidade.

#### 1º - Plano R

Faz a intercorrelações entre testes e medidas e a análise factorial faz-se numa matriz de intercorrelação das variáveis com ela próprias.

## 2º - Plano Q

Faz as intercorrelações de indivíduos. Utilizam-se matrizes 100 x 100. Numa situação de uma escala de avaliação dispõe-se de variáveis ou vários traços dessa mesma escala de indivíduos. Relativamente a cada traço dispõe-se de n medidas. Correlacionam-se as variáveis. A análise factorial (análise inversa ou análise invertida) faz a relação entre os indivíduos correlacionando os seus resultados e os próprios indivíduos. Isso permite chegar ao que existe de comum entre os indivíduos identificando padrões de traços que se situam em blocos. Ver as correlações mais fortes.

## 3º - Plano P

Faz as intercorrelações dos resultados de um indivíduo obtidos em momentos de avaliação diferentes, ou seja, o indivíduo é avaliado em diferentes momentos de seu tempo de vida. Permite identificar o que existe de comum entre os diferentes momentos e a estrutura motivacional do sujeito.

Os planos mais utilizados foram o Plano R e o Plano Q.
--

### 7.2.3 Modelos de Organização da Personalidade

No campo da personalidade não houve tanta polémica como no campo das aptidões porque o grosso da investigação iniciou-se mais tarde, por volta de meados do século XX, em que já havia uma consciência sobre a importância da metodologia.

Aqui também se encontra uma certa diferença entre Modelos Americanos e Modelos Ingleses. Encontram-se nos Estados Unidos da América modelos de factores múltiplos e em Inglaterra modelos hierárquicos que procuram chegar a vários graus de generalidade.

#### Modelo Multi-Factorial de Guilford

Este autor começou os seus desenvolvimentos nos seus modelos por volta dos anos 30. O plano utilizado por si foi o Plano Q, mas na altura ainda existiam poucos instrumentos de medida da personalidade e ele foi obrigado a organizar um instrumento relativamente grosseiro.

Reuniu um corpo de questões para poder avaliar a personalidade e partiu dos resultados dessas questões para a análise factorial. Fez várias análises factoriais ao longo dos anos com exemplos de amostras. Os itens que utilizou foram sendo alterados e foi encontrando diversos factores, múltiplos, e que também são oblíquos, isto é, são factores correlacionados entre si.

Deste modo, chegou a treze factores de personalidade, dos quais reteve dez que considerou serem os melhores estabelecidos. Esses dez factores vão servir de base à construção do seu inventário de personalidade *Guilford Zimmerman Temperament Survey*.

Os dez factores de personalidade situam-se em dois pólos e devem ser visto num contínuo. São eles:

- G – actividade geral
- R – reserva
- A – ascendência
- S – sociabilidade
- E – estabilidade emocional
- O – objectividade
- F – afabilidade
- T – ponderação
- P – relações pessoais
- M – masculinidade

### **7.3 Psicopatologia**

A psicopatologia consiste numa outra área da psicologia em que as diferenças dos indivíduos podem ser estudadas.

Coloquemos as seguintes questões para averiguarmos em que é que esta área da psicologia nos poderá ajudar no caminho do estudo das diferenças individuais:

1. Em que diferem as pessoas ditas normais das outras?
2. São diferenças de natureza qualitativa ou quantitativa?
3. Deve falar-se em “doença” ou em “perturbação”?
4. Qual o grau de herança destas características?

#### **7.3.1 Definições de Psicopatologia**

Comece-se, então, por uma definição de Psicopatologia por Ballone (2001):

*O termo Psicopatologia é de origem grega; psykhé significando alma e, patologia, implicando a morbidade. Entretanto, como seria impossível suspeitar de uma patologia do espírito ou da alma, já que, conceptualmente o espírito não pode adoecer e, já que, filosoficamente só existiria enfermidade no biológico ou no antropológico, os fenómenos psíquicos só seriam patológicos quando a sua existência estivesse condicionada a alterações patológicas do corpo. A Psicopatologia estabelece-se através da observação e sistematização de fenómenos do psiquismo humano e presta a sua indispensável colaboração aos médicos em geral, aos psiquiatras em particular, aos psicólogos, sociólogos e a todo o grupo das ciências humanas.*

Jaspers conceptualizou a Psicopatologia como ciência pura porque via os seus objectos exclusivamente como ligados ao conhecimento. Na sua opinião, quando se estuda a Psicopatologia, deve levar-se em conta que o fundamento real da investigação é constituído pela vida psíquica, representada, compreendida e avaliada através das expressões verbais e do comportamento perceptível do paciente. A Psicopatologia quer sentir, apreender e reflectir sobre o que realmente acontece no psiquismo humano e parte do pressuposto de que existe, na normalidade, uma inclinação geral e fisiológica para a realidade.

Conhecer a vida psíquica e as suas infindáveis conexões dinâmicas pessoais é tentar representar o universo psíquico através dos fenómenos mentais, portanto, desse modo, Jaspers emprega o termo fenomenologia no sentido restrito de uma psicologia das manifestações da consciência, quer normais, quer patológicas.

Enquanto a Psiquiatria Clínica se constitui num ramo da medicina aplicado às alterações psíquicas, ao diagnóstico, ao tratamento e à profilaxia das doenças mentais, a Psicopatologia restringe-se a conhecer e a descrever os fenómenos psíquicos patológicos para, dessa forma, oferecer à psiquiatria as bases para a compreensão, que é um mecanismo íntimo e futuro desenvolvimento do psiquismo humano. Compete à Psicopatologia reunir materiais para elaborar o conhecimento dos fenómenos com os quais a psiquiatria possa coordenar a sua acção curativa e preventiva.

Segundo Minkowski, o termo Psicopatologia corresponde mais a uma *psicologia do patológico* do que a uma *patologia do psicológico*. Na sua opinião, a psicologia do patológico refere-se à descrição global da experiência vivida pelo paciente e, *global*, nesse caso, implica em visão holística e integrada no todo psíquico com o todo vivido pela pessoa. Parece que Minkowski se referia ao que se conhece hoje por *Psicopatologia Especial*, capaz de elaborar quadros nosológicos a partir do entendimento global dos sintomas, enquanto Jaspers se atinha à *Psicopatologia Geral*, ou seja, à génese e fisiopatologia dos sintomas em si.

Embora seja possível destacar manifestações psíquicas isoladas quando se observa o estado psíquico actual de um paciente, como por exemplo, o estado da sua memória, do seu raciocínio, da sua sensopercepção, e não só, não se deve acreditar na valorização absoluta de quaisquer

aspectos da vida psíquica isoladamente, pois cada aspecto da realidade psíquica só existe em estreita vinculação com as restantes ocorrências psíquicas. Uma sinfonia, por exemplo, serve para mostrar que, embora a vida psíquica seja constituída de manifestações academicamente separadas, ela comporta-se como algo formado como um todo: a sinfonia compõe-se de sons isolados que só obtém significado nas relações entre si, como um todo indissolúvel.

Se não se considerar a conjuntura global e dinâmica da vida psíquica, ou seja, se não se tiver uma visão fenomenológica, a medicina não compreenderá o que realmente se passa com o paciente. Isso aplica-se praticamente a todas as áreas médicas.

Ao considerar-se o sintoma isoladamente, como por exemplo uma alucinação e, concomitantemente, definindo a alucinação como "*uma percepção real sem objecto*", ou o mesmo ao identificar-se que tal paciente apresenta um delírio, e que este é definido como "*um juízo falso ao qual se apega apesar de todas as provas em contrário*", recorreremos a fórmulas verbais técnica e semiologicamente correctas (definições), mas sem levar em consideração o que, de facto, significa para o paciente a experiência alucinatória ou delirante. Nesse caso a medicina deixa de cumprir seu principal objectivo, que é saber o que, exactamente, representa o sintoma (seja uma alteração da sensopercepção, do pensamento ou da pressão arterial) para esse determinado paciente, nessa determinada circunstância.

O mesmo raciocínio pode ser aplicado quando a medicina descreve com absoluta precisão a fisiopatologia de uma úlcera digestiva, ou as alterações vasomotoras que produzem o aumento da pressão arterial, ou as *nuances* endócrinas envolvidas na ausência de menstruação e assim por diante, deixando de lado *os porquês* dos pacientes, exactamente desses pacientes, estarem portando uma úlcera péptica, uma hipertensão arterial ou uma amenorréia.

A medicina geral tem, quando observa e descreve manifestações fisiológicas, incluindo aqui as ocorrências psicopatológicas, uma irrefreável tendência para a redução e fragmentação dos eventos. Descrevem-se funções psíquicas, tais como a sensação, a percepção, a atenção, a memória, o pensamento, o juízo, a vontade, e não só, ou aspectos parciais da atitude humana, como o estado de ânimo, a excitabilidade, a impulsividade, o domínio dos impulsos, entre outros, como se tratassem de ocorrências emancipadas da pessoa que as experimentam. Descreve-se uma perturbação auto-imune como se ele existisse fora da pessoa que o apresenta.

Quando encontramos desvios daquilo que consideramos normal, falamos logo de sintomas doentios, muitas vezes sem considerar a circunstância global onde aparece esse elemento não-normal. Devido a essa tendência à fragmentação dos eventos humanos foi formada a maioria dos conceitos e dos preconceitos populares e usuais na medicina. Se isso fosse verdadeiro, teríamos a impressão de que a vida pudesse ser compreendida como um mosaico formado a partir da somatória de manifestações isoladas. Esta impressão, não obstante atraente, não corresponde jamais à realidade.



É assim, por exemplo, que se costuma estudar separadamente a memória do pensamento, a orientação da atenção, o impulso do afecto, por exemplo. Contudo, essa separação tem uma finalidade meramente didáctica porque, de qualquer forma, o pensamento pressupõe a existência de lembranças contínuas. E vice-versa, ou seja, cada recordação pressupõe uma realização intelectual significativa. De facto, só nos lembramos daquilo que percebemos, então a sensopercepção também não pode ser, de forma alguma, emancipada da memória. As recordações implicam, o que é importante para nós, a consciência. Então a consciência está envolvida na memória, no pensamento, na sensopercepção... e assim por diante. Quando nos lembramos de um amigo, raramente lembramos que gravata ele estava a usar, mas podemos muito bem lembrar-nos se ele estava alegre ou triste. Dessa forma envolve-se também a sensibilidade ou afectividade.

Evocar aquelas recordações da consciência que tenham um significado (afectivo) para a situação actual, representa uma realização intelectual importante, uma realização que não se distingue das atribuições do pensamento, portanto, a separação total dos processos intelectuais, anímicos e sentimentais é apenas didáctica.

### 7.3.2 Perturbações Psíquicas

A maioria dos sintomas das perturbações psíquicas, que são tradicionalmente observados e utilizados para o diagnóstico nas classificações tradicionais referem-se a processos isolados, como por exemplo, perturbações da atenção, alucinações, ideias delirantes, estados confusionais, e por aí fora. Muitas vezes falamos desses sintomas como se fossem independentes de outras ocorrências e pudessem existir independentemente da vida psíquica como um todo.

Esse tipo de raciocínio reducionista é que acaba por fazer com que o dermatologista enfoque a abordagem sobre o fungo, prescrevendo um fungicida de última geração. Essa seria a postura de um profissional especializado a tratar de fungos e não de pessoas. Ora, há tempos se suspeita que a maioria das agressões ao corpo humano depende mais do agente agredido que do agente agressor.

Não obstante, assim como nas patologias dos vários órgãos e sistemas, na psicopatologia cada sintoma é apenas um processo mais aparente de uma perturbação geral. Uma personalidade completamente intacta não pode sofrer exclusivamente de uma perturbação do pensamento (por exemplo, o aparecimento de estados confusionais), como se o pensamento só fosse uma espécie de ferramenta desta personalidade. Ao contrário, a perturbação do pensamento é um sinal de que a própria personalidade se alterou.

A pessoa sadia não deve sofrer de ideias delirantes e um estado de ânimo alterado produz uma alteração afectiva capaz atribuir um significado anómalo aos acontecimentos do mundo.



Em função de todas estas razões, é muito duvidosa a conveniência de atribuir à psicopatologia apenas a descrição de funções psíquicas isoladas e sintomas psicopatológicos, como muitas vezes vemos na chamada Psicopatologia Geral, aquela que se prende predominantemente aos sintomas. A Psicopatologia só se completa com a fenomenologia e com a Psicopatologia Especial, aquela que estuda a combinação dos sintomas na composição de uma determinada doença.

De início, com Jaspers, a fenomenologia aplicada à Psicopatologia centralizava a sua atenção no fenómeno psíquico elementar, na *vivência*. O psicopatologista de hoje toma como objecto de estudo, em primeiro lugar, as grandes conexões psíquicas, inclusive a totalidade da história vital interna. Nessas conexões psíquicas inclui-se o vivido pelo paciente, a sua performance neuropsicológica e o seu contexto sócio-cultural. Em segundo lugar o objectivo da Psicopatologia moderna consiste na avaliação da apreensão de significações essenciais pelo sujeito.

### **7.3.3 Personalidade, Transtornos de Personalidade e Psicopatologia (Ral, 2000)**

A personalidade é considerada como o estudo de diferentes traços, factores ou tipos que dão lugar às diferentes estruturas de afrontamento (estratégias) que resultam filogeneticamente necessárias ou mais úteis para a sobrevivência e o desenvolvimento. Estas estruturas estão presentes nos indivíduos como características distintivas e permanentes dos mesmos, por meio dos sistemas psicológicos de resposta afectiva, mental e motora. A relação entre este conceito de traço de personalidade psico-evolutiva e os transtornos de personalidade e a psicopatologia que tanto ocupa a psicologia aplicada, a encontramos, em parte, na consideração da existência de transtornos de personalidade e por outro no reconhecimento de síndromes que embora se relacionem com certas estruturas de personalidade, não são causadas por estas e por isso as consideramos co-mórbidas. Desde esta perspectiva, um transtorno de personalidade pode ser conceptualizado em termos da presença de uma estratégia de confrontação inadequada para a situação actual daquela pessoa.

É possível que estratégias desenvolvidas para a adaptação às vicissitudes da vida pré-histórica continuem a persistir em cada um de nós, embora elas não sejam adaptativas às vicissitudes da vida actual. Também é possível que a polarização numa só das possíveis estratégias, e a prevalência de uma delas sobre as outras, em um certo momento da vida pessoal, onde haja a presença de circunstâncias adversas para a pessoa, seja causa dos transtornos de personalidade. Então diremos que as pessoas com um estilo pessoal pouco versátil têm maior probabilidade de sofrer um transtorno de personalidade. Os transtornos de personalidade deveriam ser entendidos como estratégias úteis para a sobrevivência até que as condições tenham mudado, ou até que a pessoa possa desenvolver recursos apropriados. Neste sentido a técnica do terapeuta consistiria em converter uma estratégia, no momento inadequada, numa estratégia

apropriada, por meio da implementação de recursos novos para a pessoa ou a substituição das estratégias inadequadas por outras mais adaptativas.

Outra aplicação, embora mais superficial, do conhecimento dos traços de personalidade à prática clínica consiste em usar este tipo de conhecimento para uma intervenção mais efectiva e participativa por parte do paciente.

Temas como o da aderência ao tratamento, ou a motivação apropriada, são muito mais efectivos se eles são prescritos pensando na personalidade da pessoa para a qual são dirigidos. Problemas como os da informação correcta do diagnostico de uma pessoa e que a mesma possa ser considerada como positiva para a manutenção da qualidade de vida da pessoa dependem do conhecimento da personalidade daquela pessoa e do esforço em adaptar a informação a ela.

## **7.4 Métodos Terapêuticos**

Entramos agora na última área da psicologia que nos permite estudar as diferenças individuais.

Pode dizer-se que as terapias psicológicas se baseiam na psicologia em geral como, por exemplo, a psicologia social.

Também, os problemas que pretendem tratar são igualmente descritos e explicados dentro do seu campo epistemológico.

Existem alternativas saudáveis (Pires, 2007) que passam por criar, implementar ou desenvolver actividades e competências pessoais saudáveis. Estas alternativas consistem, então, em suscitar emoções positivas, tais como a alegria, o contentamento, o interesse, o amor e a abertura de espírito.

### **7.4.1 Alegria**

A alegria, segundo a Revista Materlife (2005), é “uma sensação agradável, um sentimento que nos envolve e vem para mostrar que algo de bom está em curso. A alegria é desfrutar, é extrair da vida o melhor que ela nos pode oferecer. (...) O riso transforma o nosso mundo, transforma o pântano em jardim, e a tristeza em alegria. Isso é vida, isso é força transformadora. (...) A alegria desencadeia o riso, o riso faz-nos perceber que estamos de bom humor. E como diz Sponville, o humor é uma virtude, uma virtude leve, uma virtude engraçada, uma preciosa qualidade. (...) O riso é como uma indicação de que tudo vai bem, sendo assim o cérebro entende que está tudo bem com o organismo e por isso trata como um corpo saudável.”

### 7.4.2 Contentamento

Segundo Pires (2007), “o contentamento e suas emoções relativas (serenidade, tranquilidade, e alívio) surgem em situações consideradas como seguras e como tendo um alto grau de certeza e um baixo grau de esforço. Esta emoção prepara o indivíduo para apreciar o momento ou sentir-se “a si próprio” com os outros ou o mundo à sua volta, e integrar experiências quotidianas recentes no seu próprio auto-conceito e visão do mundo. O contentamento traduz um alargamento da perspectiva sobre si mesmo e o mundo.”

Estudos mostram os efeitos positivos das emoções positivas como favorecedoras do pensamento criativo na solução de problemas, nas respostas inovadoras, na busca de informações, na auto-protecção frente a situações negativas, no planeamento, na redução do tempo para a tomada de decisões, além de gerar respostas de generosidade e altruísmo.

Especialmente interessante são os estudos de ampliação e construção das emoções positivas (broaden-and-build theory) desenvolvidos por Fredrickson (2001) que postula que as emoções positivas ampliam o pensamento e o repertório de acções no momento em que os indivíduos as experimentam, o qual serve para fortalecer os recursos pessoais (tanto os recursos físicos, psicológicos como sociais).

Desta forma, as emoções positivas ampliam o pensamento e o repertório de acções, favorecem o desaparecimento ou redução dos efeitos de dificuldade de pensamento e dos efeitos causados pelas emoções negativas, aumentando a resiliência psicológica e física. Isto quer dizer que os indivíduos se vêem menos afectados pelos eventos negativos e por agentes potencialmente danosos e podem entrar em espirais positivas, tais como as relações recíprocas entre as emoções positivas e os pensamentos positivos.

Outros estudos nessa linha têm investigado:

- Os efeitos directos do afecto positivo sobre a fisiologia, especialmente sobre o sistema imunológico;
- O valor das informações obtidas das auto-análises sobre a saúde nas experiências emocionais;
- A resiliência psicológica que fomenta os estados afectivos positivos;
- As formas pelas quais o estado afectivo pode motivar comportamentos saudáveis;
- A relação entre estados afectivos e suporte social.

### 7.4.3 Bem-estar subjectivo e a psicologia positiva

Tradicionalmente, a psicologia orientou-se em direcção aos estudos e à compreensão das patologias e das doenças mentais, ganhando com isso conhecimentos que permitiram criar teorias acerca do funcionamento da mente humana e o desenvolvimento de novas terapias para as doenças mentais, conseguindo importantes avanços no que se refere à recuperação das pessoas.

Seligman e Csikszentmihalyi (2000) defendem que esta grande ênfase na psicologia clássica e na doença, fez com que a psicologia se descuidasse dos aspectos positivos, tais como bem-estar, satisfação, esperança, optimismo, fluxo e felicidade, ignorando os benefícios que estes aspectos prestam para as pessoas.

É neste contexto que nasce a Psicologia Positiva, com o objectivo de investigar as forças e as virtudes humanas e os efeitos que causam na vida das pessoas e na sociedade em que vivem. A nível individual investiga a capacidade para o amor, as habilidades interpessoais, a sensibilidade estética, a perseverança, o talento, a sabedoria, entre outros. A nível social explora as virtudes cidadãs e as instituições que levam os indivíduos a serem melhores cidadãos através da responsabilidade, civilidade, tolerância e trabalho ético.

Os estudos actuais de bem-estar subjectivo reflectem uma tendência social focada numa nova dimensão que valoriza os aspectos até agora considerados, cultural e intelectualmente pouco interessantes.

Qualidade de vida, bem-estar subjectivo, satisfação, bem-estar social, todos são parte de uma terminologia que se relaciona com a felicidade e que pretendem adquirir um status ontológico através da clarificação dos seus conceitos e pela capacidade de medição.

Depois de inúmeras controvérsias, alguns conceitos ficaram estabelecidos:

→ Bem-estar tem uma dimensão básica e uma geral que é subjectiva;

→ Bem-estar é composto por dois factores básicos: um centrado nos aspectos afectivo-emocionais (estados de ânimo dos indivíduos) e outro centrado nos aspectos cognitivos (avaliação da satisfação que o indivíduo faz da própria vida).

O bem-estar subjectivo refere-se ao que as pessoas pensam e sentem a respeito das suas vidas e as conclusões cognitivas e afectivas que alcançam quando avaliam sua existência. Comumente denomina-se “felicidade” por bem-estar subjectivo experimentado quando se sentem muitas emoções agradáveis e poucas desagradáveis, quando se está comprometido em actividades interessantes e quando se está satisfeito com a vida.

### 7.4.4 Optimismo

Optimismo é um traço que parece mediar os eventos externos e a sua interpretação pessoal, variando quanto à sua magnitude. Contem componentes cognitivos, emocionais e motivadores.

As pessoas mais optimistas tendem a ser mais perseverantes, a ter mais sucesso e apresentar melhor saúde física.

O optimismo pode ser considerado como uma característica cognitiva – uma meta, uma expectativa – sensível à crença em ocorrências futuras sobre as quais os indivíduos tenham fortes sentimentos. É ao mesmo tempo motivador e motivante. As pessoas necessitam sentir-se optimistas e aqueles que o são, sem negar os seus problemas, são pessoas que têm esperança e criam estratégias de acção para enfrentar a realidade.

Alguns autores defendem que a nossa natureza nos impulsiona para a esperança, assim o optimismo passa a ser algo construtivo na vida e, portanto é possível aprendê-lo. Sob este aspecto passa a ser definido como uma tendência de esperar que o futuro traga resultados favoráveis.

Está determinado em parte por herança e em parte por experiências na idade jovem, mas é possível ver as coisas diferentes na idade madura.

Há um optimismo absoluto e incondicional que é uma forma de escape patológico, bem como uma forma de optimismo brando que pode, em certas ocasiões, gerar uma perda de tempo ao tentar-se levar a cabo estratégias mais protectoras. Finalmente, há o optimismo inteligente que é uma forma realista de ver as coisas, já que a vida tem múltiplos significados que cada um vai construindo ao longo de sua existência e colectivamente ao longo da história.

#### 7.4.5 Felicidade

Numa abordagem muito simplista, a felicidade pode ser considerada como um estado, o que implica em duas perspectivas ou modos de abordagem. Uma é considerar a felicidade como um estado geral que se consegue através de estados parciais ou situações de felicidade e outra é considerar a felicidade como um sentimento geral que permite ler positivamente as diferentes situações ou imprevistos da vida.

A felicidade é um conceito que engloba bem-estar subjectivo e a satisfação geral, portanto inclui as dimensões afectivas e cognitivas do indivíduo. Um grande número de estudiosos afirma que universalmente as pessoas se definem como menos que moderadamente felizes.

Estas pessoas estão mais dispostas a perdoar, a ser mais generosas, tolerantes, confiáveis, decididas, criativas, sociais e cooperativas.

Foram estudadas as possíveis relações entre felicidade e bem-estar económico, as intenções pessoais, as relações afectivas mais próximas e a fé religiosa. Há uma tendência para encontrar-se indivíduos mais felizes em nações mais desenvolvidas; quando as pessoas das nações mais pobres comparam o seu estilo de vida com as pessoas de nações mais ricas, dão conta de sua pobreza relativa (Diener 2000); a riqueza tende a ser confundida com outras variáveis relacionadas como direitos humanos e alfabetização.

Segundo Csikszentmihalyi (1999), a psicologia herdou parte do pensamento dos filósofos utilitaristas e explora uma nova dimensão da felicidade que chama “fluxo” e se define como o “estado de envolvimento total numa actividade que requer uma concentração completa” ou “estado no qual as pessoas estão tão envolvidas numa actividade que nada mais parece importar; a experiência por si só é fonte tanto prazer que as pessoas a realizam mesmo que tenha um grande custo, pelo simples prazer de fazê-la”.

A felicidade e as relações afectivas correlacionam-se. A necessidade de pertencer e relacionar-se socialmente está relacionada com a necessidade de protecção e reconhecimento, os quais o ser-humano necessita. O exílio ou confinamento solitário estão entre os castigos mais graves que o ser humano pode receber. Estudos mostram que há maior grau de felicidade entre os casados em comparação com os solteiros, divorciados e separados, em que as mulheres estão um pouco mais satisfeitas que os homens.

Em suma, uma vez satisfeitas as necessidades básicas, as pessoas adaptam-se ao nível económico que têm e a sua felicidade já não depende disso, embora a perda de status económico produza uma infelicidade mais duradoura que o contrário. O dinheiro é importante enquanto um meio do indivíduo conseguir atingir suas metas, mas não é, em si mesmo, um factor de felicidade. De outro lado a quantidade de dinheiro ganho correlaciona-se com a felicidade se a pessoa está satisfeita com seu progresso.

A personalidade é um dos preditores mais fortes e consistentes do bem-estar subjectivo. A união personalidade-bem-estar sustenta-se numa ampla variedade de estudos que desenvolveram diversas teorias para explicar o porquê dessa relação.

Um modelo conceptual diz que algumas pessoas têm uma predisposição genética para estarem felizes ou não e que provavelmente a sua causa se deve as diferenças individuais inatas.

Existe uma influência genética no bem-estar, ainda que as estimativas variem amplamente. É possível que esta herança de bem-estar ainda seja influenciada pelo ambiente.

Alguns pesquisadores sugerem que os extrovertidos são mais sensíveis aos prémios e que esta sensibilidade se manifesta na forma de afecto quando a sua exposição, a consequência dos seus actos, é recompensada. Outros sugerem que a extroversão relaciona-se com o afecto positivo através de mecanismos indirectos, por exemplo, extrovertidos e introvertidos experimentam maior afecto positivo em situações sociais do que nas situações não-sociais. Para Diener (1995) a extroversão é um recurso que ajuda os indivíduos ao bem-estar porque é provável que ajude os indivíduos a atingir certas metas, como ter amigos.

A Saúde e o Bem-Estar para além de nascerem com a pessoa podem ser grandemente melhorados se a pessoa tiver informação acerca do que fazer para o conseguir. É desta forma que

todas as pessoas devem procurar quais as melhores técnicas, terapias ou medicinas para o seu problema.

Mas sobretudo devem fazer a prevenção com as técnicas, terapias e medicinas que acharem melhores pois a saúde é uma coisa que se constrói e que precisa de manutenção.

A vida é para ser vivida mas só vale a pena vivê-la se tivermos saúde e nos sentirmos bem pelo que a prevenção tem aí um grande papel a desempenhar.

Infelizmente a vida moderna cria-nos demasiado stress e problemas que nem sempre libertamos e isso acabará por se reflectir mais tarde ou mais cedo na nossa saúde e no nosso bem-estar.

O “bem-estar” é uma sensação concreta, é a percepção física de um estado de serenidade, de equilíbrio entre o físico e o mental. Procurar o bem-estar significa criar novos laços entre o espírito e o corpo, manter no tempo o equilíbrio físico e mental.

Segundo K. Tokitsu, “o “bem-estar” não é mais do que a alegria de viver e percepção concreta do nosso ser harmonioso, aqui e agora, entre o céu e a terra.”

### **Então...**

Podem apontar-se actividades de lazer que as pessoas podem levar a cabo no seu dia-a-dia para atingir o bem-estar e a saúde psicológica que se anseiam:

- Actividades Lúdicas
  - Leitura
- Actividades Sociais;
- Actividades Físicas e Desportivas
  - Desporto
- Humor;

E ainda,

- A Espiritualidade;
- A Natureza.

#### **7.4.6 Leitura**

Com a leitura, ampliamos o nosso conhecimento sobre assuntos específicos e gerais, a leitura ajuda-nos a relaxar, levando-nos ao mundo do “faz-de-conta”, onde podemos projectar as nossas emoções sem nenhum risco. A leitura mexe com a nossa imaginação, estimulando-nos a



desenvolver prazerosamente o nosso potencial criativo. Estimula-nos a desenvolver argumentos consistentes e bem fundamentados. Com a leitura, aprendemos a escrever bem, de forma correcta, pela observação, ou seja, naturalmente, sem esforço, quando lemos, vemos apenas palavras, mas logo formamos cenas na nossa cabeça, o que é muito estimulante para a imaginação e não só!

#### 7.4.7 Actividade Física

A Organização Mundial de Saúde – OMS – reconhece a grande importância da actividade física para a saúde física, mental e social, capacidade funcional e bem-estar de indivíduos e comunidades. Aponta para a necessidade de políticas e programas que levem em conta as necessidades e possibilidades das diferentes populações e sociedades, com o objectivo de integrar a actividade física ao dia-a-dia de todas as faixas de idades, incluindo mulheres, idosos, trabalhadores e portadores de deficiências, em todos os sectores sociais, especialmente na escola, no local de trabalho e nas comunidades.

O sedentarismo é enfatizado, pelo World Health Report de 1997, como um factor de risco causador de doenças, com a mesma importância que o fumo e a alimentação.

O Ministério da Saúde aponta que o estilo de vida é responsável por 54% do risco de morte por cardiopatia, 50% pelo risco de morte por acidente vascular cerebral, 37% pelo risco de morte por cancro e, no total, por 51% do risco de morte de um indivíduo.

O estilo de vida sedentário é um factor de risco relevante para a enfermidade coronariana e para o acidente vascular, as principais causas de morte em todo o mundo. O risco de doença cardíaca para as pessoas menos activas e menos condicionadas pode ser o dobro, comparado às pessoas mais activas e condicionadas.

Dados da pesquisa do Instituto de Estatísticas Brasileiro do Datafolha, feita com 2054 pessoas, entre 18 e 60 anos, em 98 municípios do Brasil, apontam que 60% dos entrevistados não praticam qualquer tipo de exercício físico. O índice dos que não praticam qualquer actividade física aumenta de acordo com a faixa etária. O mais alto (66%) regista-se entre os que têm entre 45 e 60 anos.

A EMBRATEL, consciente destes factos, iniciou, em 1998, um programa de controlo do peso, tendo como um de seus pilares o combate ao sedentarismo. O Programa procura consciencializar para a importância do exercício físico, enfatizando a forma correcta da sua execução, que deve ser bem orientada e adequada às características individuais.

A actividade física pode ajudar a atingir o peso corporal apropriado e contribuir positivamente para a mudança de outros factores de risco de doenças coronárias, como o perfil de lípidos, a resistência à insulina e à hipertensão. Desta forma, contribui para o controlo da diabetes, colesterol alto e hipertensão arterial.

A relevância do binómio actividade física e saúde leva à necessidade de melhor informar e educar a população acerca da prática regular da actividade física, como factor de promoção da saúde e prevenção de doenças.

É importante compreender a relação intrínseca entre saúde e estilo de vida (hábitos sociais e culturais), em que a actividade física participa como factor fundamental. Deve-se ter sempre em mente que o corpo humano foi projectado para a acção, e não para a inactividade.

**“Os que não encontram tempo para o exercício terão de encontrar tempo para as doenças.”** *Edward Derby*

### Benefícios da Actividade Física para o organismo

A actividade física realizada na maioria dos dias da semana melhora a saúde nos seguintes aspectos, segundo a OMS:

- Reduz o risco de morte prematura;
- Reduz o risco de morte por doença cardíaca;
- Reduz o risco do desenvolvimento de diabetes;
- Reduz o risco do desenvolvimento de hipertensão arterial;
- Auxilia na redução do nível de hipertensão nas pessoas que já a possuem;
- Reduz o risco do desenvolvimento do cancro de cólon;
- Reduz sentimentos de depressão e ansiedade;
- Auxilia o controle de peso;
- Ajuda a construir e manter saudáveis ossos, músculos e articulações;
- Ajuda os idosos a se tornarem mais fortes e mais aptos a se locomover sem cair;
- Promove bem-estar psicológico.

### Que efeitos se podem colher da actividade física regular?

1. Ajuda a pessoa a ser mais produtiva no trabalho.
2. Aumenta a capacidade para trabalhos físicos.
3. Dá mais disposição para outras actividades.
4. Aumenta a força muscular.
5. Ajuda o coração e pulmões a trabalharem de forma mais eficaz.

6. Fortalece os músculos.
7. Traz maior flexibilidade.
8. Proporciona mais energia.
9. Ajuda na diminuição do stress.
10. Melhora a auto-imagem.
11. Aumenta a resistência à fadiga.
12. Ajuda a controlar sintomas depressivos e ansiosos.
13. Ajuda a relaxar e a sentir menos tensão.
14. Melhora a capacidade de conciliar o sono rapidamente e de dormir bem.

#### **7.4.8 Humor**

Há alguns anos, afirmar que existia uma vinculação directa entre o humor e a boa saúde era quase uma heresia para a ciência. Hoje em dia a medicina, em geral e a psiquiatria, em particular, estudam muito a importância do bom humor, dos bons sentimentos e da afectividade são na qualidade de vida e na saúde global da pessoa. Sobretudo, na prevenção de doenças e como factor de melhor recuperação de moléstias graves, entre as quais o cancro.

*Patch Adams* é o nome de um filme, protagonizado por Robin Williams, que conta a história de um estudante de medicina esforçado, de todas as maneiras possíveis, em mostrar a importância de humanizar a profissão médica, bem como a importância do humor como meio para atingir o bem-estar dos doentes.

Ter bom humor contribui na prevenção de resfriados e gripes. Com isso as pessoas devem tentar manter-se sempre de bom humor, com pensamentos positivos, pois com certeza terão uma qualidade de vida melhor.

Dormir bem melhora o humor, acaba com o stresse, ajuda a manter o peso e deixa a pele mais bonita.

As mulheres têm duas vezes mais problemas relacionados com sono do que os homens. Além da sua ansiedade típica, a mania feminina de fazer mil coisas ao mesmo tempo prejudica o sossego entre os lençóis. Uma das consequências mais aborrecidas, além de olheiras, mau humor e uma terrível cara de cansaço, é o aumento de peso. Esta afirmação foi feita pelos cientistas da Academia Americana de Medicina do Sono e da Sociedade de Pesquisa do Sono, que apuraram que pessoas com horários de repouso irregulares ou que dormem menos de sete horas por noite, têm tendência a apresentar índice de massa corpórea maior. A explicação? O sono escasso provoca a elevação dos níveis de grelina, hormónio produzido pelo estômago, que dispara a

sensação de fome. Outro estudo, conduzido pela Universidade de Chicago (EUA), concluiu que há uma elevação na produção de insulina, fazendo com que o organismo retenha mais gordura e aumente o tamanho das células adiposas.

#### 7.4.9 Espiritualidade e Dor Crónica

O estado de espírito é um importante coadjuvante para o bem-estar individual que em geral é pouco valorizado, embora a maioria das pessoas acredite ter uma vida espiritual.

Algumas pessoas expressam a sua espiritualidade através da religião, o que pode ser observado nas orações e nos serviços religiosos. Contudo, essa não é a única forma. Para outras pessoas, a espiritualidade é a integração com a natureza e o universo. Para alguns, ela pode ser expressada pela música, meditação ou a arte.

O envolvimento religioso apresenta muitas áreas em comum com a espiritualidade. No entanto, a espiritualidade não está muito ligada à fé, mas sim à existência do espírito da alma.

Qualquer que seja a forma de expressão dos seus sentimentos, a espiritualidade pode representar uma importante estratégia no combate à dor crónica. Com ela, as pessoas encontram paz e força para combater a dor e o stress.

Vários estudos tentaram avaliar a importância da espiritualidade sobre a saúde. Após uma revisão de muitos desses trabalhos, pesquisadores da *Georgetown University School of Medicine* mostraram que mais de 80% desses estudos sugerem que crenças religiosas apresentam efeitos favoráveis. Os pesquisadores concluíram que pessoas que se consideram espirituais são mais saudáveis e vivem mais, melhoram de doenças mais rapidamente e com menos complicações, sofrem menos de depressão e vícios, têm pressão arterial menos elevada e lidam melhor com doenças graves, como as doenças cardiovasculares.

Em outro estudo, pesquisadores mostraram que entre um grupo de pacientes internados, a oração foi descrita como a segunda melhor forma de controlar a dor – atrás apenas dos analgésicos.

Ainda não se sabe exactamente como a espiritualidade afecta a saúde. Alguns especialistas atribuem os benefícios à expectativa dos pacientes, que sabidamente interfere no sistema imunológico. Outros acreditam que a maior responsável é a meditação, que reduz a tensão muscular e pode diminuir a frequência cardíaca. Alguns apontam ainda para os vínculos sociais estabelecidos graças à vida espiritual.

Um importante ponto que deve ser sempre lembrado: embora a espiritualidade esteja associada a benefícios para a saúde, ela não cura. Pode ajudar a viver melhor, a amenizar os sintomas, mas os estudos não mostram que esteja relacionada com a cura das doenças. Deve-se ver a espiritualidade como uma ajuda, mas não um substituto para a medicina.

### Como melhorar a vida espiritual

O primeiro passo é reconhecer quais atitudes, sentimentos, pessoas e circunstâncias interferem com a paz interior. Após identificar o que deixa você chateado, ansioso, nervoso ou stressado, é possível responder melhor.

Aprender a resolver os problemas pode ajudar a lidar melhor com as emoções e situações difíceis. Se descobrir que aquilo que deixa você chateado, ansioso, nervoso ou stressado está além do seu controle, é preciso reconhecer e não deixar se influenciar.

Muitas pessoas descobrem que falar abertamente com um analista, um líder religioso ou o médico ajuda a encontrar a paz interior. Outros métodos incluem técnicas de relaxamento, orações, trabalho voluntário, arte, música e um bom passeio.

#### **7.4.10** Natureza

Saúde não é apenas estar bem física e mentalmente. Ser detentor de saúde é, além de sentir-se bem, manter esta condição. Portanto, só pode ser feliz aquele que vive uma relação de alegria e harmonia com as pessoas, consigo mesmo, com a fé e...com a Natureza (Redacção do Saúde Informações, 2007)

Como o nosso corpo físico está estritamente ligado ao nosso campo mental, faz-se necessário que esvaziemos a mente do stress diário. O contacto com a natureza é uma fonte benéfica para a tranquilização da mente e harmonização do corpo.

## **8. OS MODELOS TEÓRICOS**

O bem-estar não conta com uma única teoria explicativa, mas sim com várias teorias que enfatizam diferentes aspectos:

→ A Teoria da Autodeterminação (Self-Determination) parte do pressuposto de que as pessoas podem ser proactivas e comprometidas, inactivas ou alienadas, dependendo da condição social na qual se desenvolveram. A pesquisa dá relevo às condições que facilitam o contexto social versus as que dificultam os processos naturais de auto-motivação e desenvolvimento psicológico saudável.

→ O Modelo Multidimensional baseado no desenvolvimento humano Ryff (1989) que propõe que o funcionamento psicológico está composto por uma estrutura de seis factores: autopercepção, propósitos de vida, crescimento pessoal, relações positivas com os outros, domínio do meio ambiente e autonomia.

→ Modelo de Acercamento da Meta que considera as diferenças individuais e as mudanças de desenvolvimento dos factores do bem-estar, uma vez que esses variam nos indivíduos de acordo com suas metas e seus valores.

→ A Teoria de Fluxo de Csikszentmihalyi (1999) que indica que bem-estar está na actividade humana em si e não na satisfação ou alcance da meta final. A actividade ou o comportamento é dizer que o que o indivíduo faz, produzindo um sentimento especial de fluxo, é um descobrimento permanente e constante que o indivíduo faz e que significa “viver” e poder expressar a sua singularidade dentro da complexidade do mundo em que vive.

Dentro dos Métodos Terapêuticos podem apontar-se técnicas de intervenção. A que se apresenta a seguir baseia-se nos Traços.

### **8.1 Técnicas de intervenção baseadas no enfoque dos traços (Ral, 2000)**

Algumas pessoas não têm estratégias de confrontação afectivas, cognitivas e motoras, bem desenvolvidas para conseguir segurança e satisfação na adaptação às condições sociais actuais, seja por ter sido polarizado um único traço de personalidade ou estratégia de confrontação, seja por carecer de um repertório de traços de personalidade que lhe permita escolher a mais apropriada para cada situação.

Considera-se que os traços não são mais que os elementos que constituem as estratégias herdadas, que presumivelmente tem uma pessoa normal e que lhes são úteis para a sua adaptação às circunstâncias presentes e habituais, tais como “dominância-submissão”, “competitividade-cooperação”, “dependência-independência” e “assertividade-evitação”. Quando estas mesmas estratégias são excessivas, compulsivas e impróprias, elas interferem na nossa adaptação e passam a ser consideradas transtornos de personalidade. A inadequação de nossas estratégias depende da normalidade ou excepcionalidade das situações em que cada pessoa se encontra. Diante de uma situação de guerra, de perda de apoio social pela morte de um ente querido.

Centrar-se numa única estratégia de um modo compulsivo pode ser a coisa mais apropriada, temporariamente. Com isto quer dizer-se que uma estratégia particular que é disfuncional para uma situação normal pode ser, na hora certa, funcional para a situação não habitual.

Nestes casos a técnica de intervenção mais apropriada consistiria na aprendizagem de estruturas de comportamento mais funcionalmente adaptativas às situações actuais em que a pessoa vive. Diferentes autores (Widiger, 1993) consideram que o uso do modelo inter-pessoal na terapia permite unir o conhecimento da psicologia do traço à intervenção. Uma das aplicações mais superficiais consiste na designação de pacientes com características específicas de personalidade para terapeutas com características complementares de personalidade. O sucesso está baseado na execução de diferentes traços de personalidade por parte do terapeuta por meio

do jogo de papéis, tentando que cada traço fosse mais potente que o mesmo traço predominante no paciente e deste modo forçar à execução (conduta) do traço complementar no mesmo. Uma extensão da técnica consiste na realização de papéis de traços complementares em dinâmicas de grupo que tem como antecedente os psicodramas propostos por J. L. Moreno. Outras aplicações da teoria do traço unidas ao modelo inter-pessoal fazem referência às demandas psicológicas que podem ser expressadas por meio de tarefas diferentes, por exemplo tarefas de exploração para uma pessoa com baixa abertura à experiência, tarefas de atenção aos estímulos ambientais para uma pessoa depressiva, ou tarefas de introspecção para uma pessoa ansiosa.

## **9. GRUPOS HUMANOS**

Outra dimensão a ser analisada quando se estuda as diferenças individuais é os grupos humanos. Pode dividir-se esta dimensão em quatro questões que serão abordadas posteriormente nos pontos 9.5, 9.6, 9.7 e 9.8..

Começemos por uma introdução à génese dos Grupos Humanos (Aline, 2007), procedendo seguidamente ao desenvolvimento de cada uma das questões anteriores.

### **9.1 A origem dos diversos grupos humanos**

Na Antropologia são estudadas duas teorias para explicar a origem dos diversos Grupos Humanos, são elas, a Teoria Policêntrica e a Teoria Monocêntrica, que passamos a descrever:

### **9.2 A Teoria Policêntrica**

Esta teoria foi fundada nos Estados Unidos da América, por Franz Weidenreich e, segundo esta, a formação do homem actual ter-se-ia realizado em vários territórios independentes. Na base desta teoria, está o facto de, segundo estes seguidores, existirem semelhanças entre os representantes dos vários grupos humanos actuais e os representantes de grupos que existiram no passado e dos quais existem fósseis, tais como o Homem de Java, Homem de Pequim, Homem da Rodésia e do Homem de Neanderthal, ou seja, segundo esta teoria os actuais grupos humanos são descendentes dos grupos que existiam no passado, e como tal, são diferentes uns dos outros, com um passado evolutivo diferente, em territórios diferentes.

### **9.3 A Teoria Monocêntrica**

A Teoria Monocêntrica, pelo contrário, considera que as inúmeras provas existentes apontam para o facto, de que o homem actual surgiu num território único, que se pensa ser uma



região situada entre a Ásia central a Meridional e o Nordeste Africano. Os apoiantes desta teoria consideram que nesse território terão ocorrido cruzamentos genéticos entre os vários homínídeos existentes, facto esse, que só terá contribuído para o enriquecimento do seu património genético, só mais tarde se teriam formado várias populações que, devido à posterior evolução, teriam dado origem aos vários grupos humanos actuais.

### **QUAL DESTAS TEORIAS É A MAIS CORRECTA?**

Graças à genética, hoje em dia já é possível afirmar que cientificamente a única teoria com credibilidade, é Monocêntrica.

Fazendo uma análise ao ADN mitocondrial é-nos possível concluir que todos os grupos humanos terão derivado de uma população base, com características muito semelhantes às do Homo erectus 5, e nesta população existiriam três principais tipos de X. Hoje em dia, na população mundial humana, existem 35 tipos de ADN mitocondrial que derivaram dos originais e que se foram modificando devido à substituição progressiva de alguns nucleótidos.

#### **9.4 Análise do conceito de raça segundo vários autores**

- Já em 1758, ou seja, no século. XVIII, Carolus Linnaeus considerou que todos os homens pertencem a uma única espécie, Homosapiens.

- Mais tarde, Charles Darwin, no seu livro «A Ascendência do Homem», livro este que foi publicado algum tempo depois do seu famoso livro «A Origem das Espécies», considerou que a espécie humana era o resultado de uma longa evolução que partiu de espécies ancestrais, que por sua vez teriam sofrido selecção natural.

Darwin também defendeu que o homem e os grandes símios actuais possuem um ancestral comum. No entanto, Darwin cometeu um erro científico, ele considerou, tal como se referiu atrás, que a espécie humana surgiu a partir dos símios, e que esta passou sucessivamente por várias fases evolutivas como, «Homem primitivo», «Homem Selvagem» e finalmente «Homem Civilizado», no entanto, Darwin considerou que nesta última fase, só se encontravam os povos europeus.

T.H Huxley e Ernest Haeckel, que foram dois grandes divulgadores da teoria evolucionista, continuaram a defender a existência de um ancestral comum ao homem e aos grandes símios.

Em 1889, Haeckel, idealizou uma linha ancestral para o homem, cujo ancestral seria o Pithecanthropus alalus, no entanto, tanto a linha por ele criada, como o nome do ancestral eram puramente teóricos. Hoje em dia ainda existem alguns neodarwinistas que consideram a espécie humana dividida em várias raças ou subespécies, tendo mesmo uma classificação específica.

Theodosius Dobzhansky apresenta duas definições de raça. A primeira tem por base o conceito biológico e a este respeito Dobzhansky (1951) diz, «Raças são populações alopátricas da mesma espécie, geneticamente distintas», mas este autor não fica por aqui e apresenta ainda outra definição de raça, esta baseada no conceito tradicional, «Na antropologia e na morfologia clássicas, as raças são descritas em termos de médias estatísticas dos caracteres em que elas diferem umas das outras. Uma vez obtido, este sistema de médias serve de padrão racial com o qual cada indivíduo ou grupo pode ser comparado» Dobzhansky (1951).

Henry Vallois, no seu livro «As Raças Humanas» (1959), considera que na população humana existem cerca de 27 raças que se agrupam em quatro grupos principais.

Para Vallois (1959), raças são «agrupamentos naturais de homens que apresentam um conjunto de caracteres físicos hereditários comuns». Nesta definição estão incluídos os caracteres fisiológicos, psicológicos e anatómicos.

A classificação de Vallois foi, sem dúvida, a mais considerada na década de 50.

Stephen Jay Gould, no seu livro «O Mundo Depois de Darwin» (1977) afirma «Ninguém pode negar que o Homo sapiens é uma espécie fortemente diferenciada, poucos discutirão a observação de que as diferenças de cor da pele são o sinal exterior mais nítido desta variabilidade. Mas a existência de variabilidade não exige a distinção de raças. Há melhores maneiras de estudar a espécie humana»

No meu entender, e com o avanço da genética, o conceito de raça tem tendência a desaparecer pois do ponto de vista científico, não tem qualquer sentido.

Voltemos-nos agora para as questões que podem ser colocadas:

### **9.5 Quais as diferenças entre os homens e as mulheres (Ceccarelli, 1999)?**

Num nível superficial pode dizer-se que, de facto, as diferenças entre os sexos são muitas: é comum ouvir-se por aí que um determinado comportamento ou atitude se deve às diferenças entre os homens e as mulheres; ou seja, às diferenças sexuais. Contudo, isso não resolve o problema, pois a questão de fundo continua inalterada, a saber, quais as bases dessas diferenças? Quando dois sujeitos atribuem algo às diferenças entre os sexos estão a falar da mesma coisa? Além disso: existe relação entre as diferenças sexuais construídas a partir do sistema simbólico próprio a cada cultura, e as diferenças sexuais do ponto de vista da psicanálise?

Esta questão abre, no mínimo, dois campos de pesquisa: um que estaria mais relacionado às prerrogativas dos homens e das mulheres que, é claro, variam nas diferentes culturas e que, grosseiramente, poderíamos chamar de "papel dos géneros"; o outro, que interessa em saber se existem diferenças psíquicas entre um sexo e outro. Para Freud, elas existem. E estas diferenças

devem-se, segundo ele, à "distinção anatómica entre os seus órgãos genitais e da situação psíquica aí envolvida" (2). Como se constituem essas diferenças? Quais são os movimentos psíquicos envolvidos? E mais ainda, a diferença anatómica constitui, em si, garantia para a diferença psíquica? Ou seja, uma criança anatomicamente do sexo masculino, ou feminino, será necessariamente homem, ou mulher, do ponto de vista psicológico? A anatomia é o destino?

### 9.5.1 Sexualidade

Para a biologia, a sexualidade é um conceito operacional, uma especificação de uma função. Ao que tudo indica, a sexualidade apareceu bem cedo na evolução como uma espécie de auxiliar na reprodução, um supérfluo não se constituindo, no início, uma necessidade. De facto, uma bactéria não necessita recorrer à sexualidade para se multiplicar e não existe "sex appeal" entre elas. Da mesma forma, alguns organismos inferiores, que são hermafroditas, só utilizam o sexo ocasionalmente. Entretanto, na medida que o organismo ia ganhando uma certa autonomia, a sexualidade tornou-se o único meio de reprodução e os indivíduos de um sexo tiveram que desenvolver uma maneira de reconhecer os do outro sexo. Apareceram, assim, os diversos sistemas de comunicação a distância para permitir a selecção dos indivíduos de sexos opostos. Contudo, nada implica que uma tal especialização deva ser necessariamente binária, embora a maioria o seja no "mundo natural". Quer dizer, nada nos impede de imaginar que não apenas dois, mas três, quatro ou mais sexos, sejam necessários para a procriação. Isso também é verdade para os seres humanos no imaginário. Muitas teorias de povos ditos primitivos fazem intervir vários elementos, na maioria das vezes sobrenaturais, para explicar a concepção mesmo se esta última ocorre através do coito.

Do ponto de vista da anatomia, as coisas não são menos complicadas. Onde se situa a diferença? Até ao século XVIII, o que inclui a Renascença, o modelo dominante era o do sexo único (3). Tal modelo baseava-se na definição da ordem dos seres, de Aristóteles, e na do corpo anatómico, de Galeno. Nesta referência, homens e mulheres se organizavam segundo o grau de perfeição metafísica, sendo o grau máximo ocupado pelo homem; em segundo lugar vinha a mulher. As imagens anatómicas dessa época testemunham bem que não existiam diferenças específicas nos órgãos sexuais masculinos e femininos: apenas no homem os órgãos se encontravam no exterior enquanto na mulher no interior. Nessa perspectiva, os então denominados hermafroditas, hoje chamados de "intersexo", colocam um problema exemplar: a questão não era a de saber a que sexo eles pertenciam, mas de qual género os seus corpos eram mais próximos (Em certa medida, Freud mantém o modelo de um único sexo: sua teoria da sexualidade se baseia no sexo masculino.). A partir do século XVIII, um outro modelo começa a dominar: ao contrário do anterior, diferencia tanto no nível anatómico quanto no fisiológico, homens e mulheres. A psicanálise mostra como, no ser humano, a anatomia é impregnada de

elementos fantasmáticos: os sintomas histéricos são completamente indiferentes à anatomia científica. É o discurso que anima cada sujeito que faz a diferença entre o corpo em geral, o corpo que a anatomia disseca e que a fisiologia descreve as funções, e o corpo cena de conflitos pulsionais.

A pesquisa psicanalítica mostra também que do ponto de vista fisiológico, funcional, não se pode falar de complementaridade, de dualismo. De facto, qual é o lugar de excitação natural do pénis? O que dizer do auto-erotismo? E dos sintomas?

### 9.5.2 Diferença Sexual

A solução para se compreender a diferença dos sexos tem que partir do pulsional, sendo motivada "por pulsões egoístas" (4). Entretanto, para Freud, existe inicialmente uma classificação segundo o género que começa numa etapa anterior à castração e que não implica o pulsional. Bem cedo, segundo Freud, a criança é capaz de distinguir, "graças aos signos mais exteriores", pai e mãe e posicionar-se de um lado ou de outro (5). Tal distinção, entretanto, diz Freud, não leva em conta "a diversidade" dos órgãos sexuais (6). Nessa etapa, a criança não faz a correspondência entre sexo e género. Ou seja, a apreensão dos géneros faz-se sem levar em conta o órgão sexual; isso significa que o que distingue os géneros não é o sexo anatómico e, inversamente, o sexo anatómico, não garante, a priori, o género. Quer dizer que a presença, ou a ausência, do órgão sexual masculino, ou feminino, não constitui garantia que o sujeito se coloque do lado dos homens ou do das mulheres. Em resumo, trata-se então de dois movimentos distintos que ocorrem em momentos diferentes: um, a distinção dos géneros; outro, a diferença dos sexos.

A questão da distinção dos géneros e da diferença dos sexos remete-nos a duas modalidades identificativas cuja distinção faz emergir duas problemáticas que frequentemente se subrepõem, mais que devem ser tratadas separadamente: de um lado, o sentimento imutável que se estabelece bem cedo e que constitui o núcleo mesmo da identidade de género (7). Tal sentimento traduz-se por: "Eu sou menino" ou "eu sou menina". Do outro lado, o sentimento que se traduz por "eu sou masculino" ou "eu sou feminina", que se refere à masculinidade e à feminilidade, resultado de investimentos e identificações, num corpo-suporte de fantasmas marcando assim as suas funções e os seus desejos. A construção deste sentimento, bastante complexo e subtil, é dependente da situação edípica cuja dinâmica só se completará na época da puberdade quando a polaridade "órgão genital masculino/castrado, for substituída por masculino/feminino (8), e a diferença dos sexos tiver por base a realidade material pénis/vagina. Cabe chamar a atenção para o facto do que Freud fala, na passagem citada acima, não de "diferença" mas sim de "diversidade" dos órgãos sexuais. (A. E. S. B. traduz, indistintamente, Unterschied (diferença) e Verschiedenheit (diversidade) por diferença. Vol. XIX, p. 181.)

Este será um ponto importante para se compreender a dificuldade na aquisição das diferenças sexuais. Pois para a criança que está a fazer a apreensão da distinção dos géneros, não

há porque essa distinção se baseie no sistema binário da diferença sexual: para a criança todos os caracteres sexuais - primários, secundários, sociais - entram nessa distinção e a ausência de um, não implica na presença de outro. Além do mais, nesta fase nada impede a criança de imaginar a existência de um terceiro ou quarto sexo, o que seria coerente com as fases pré-genitais. Na verdade, por que a criança não poderia imaginar que a boca, ou o ânus, é um órgão sexual? A clínica é rica em exemplos desse tipo.

Voltando ao tema da diferença dos sexos, resta ainda tentar chegar a um consenso para "masculino" e "feminino" que, como vimos, está na base dessa diferença.

Quando se tenta definir em bases "sólidas" os termos "masculino" e "feminino", encontramos-nos numa situação bastante incómoda. Com efeito, poucas palavras condensam conteúdos tão pesados e tão difíceis de precisar quanto masculino e feminino. Falar, como se faz frequentemente de "características femininas" tal como a graça, ou de "masculinas" tal como a coragem, tem a ver com definições tautológicas limitadas a um sistema binário que repete indefinidamente, sob formas variadas, as mesmas cópias. Como, então definir "masculino" e "feminino"? Trata-se de noções? De categorias? De conceitos? De classificações?

Freud, ao expressar-se sobre a questão fala de "conceitos", de "noção" e até mesmo de "qualidades psíquicas". Em determinados momentos, ele refere-se ao masculino e ao feminino em termos de actividade e passividade; em outros observa que, em tratando-se de seres humanos, essa relação é insuficiente (9). Se a psicanálise utilizasse esses conceitos, diz Freud, não poderia elucidar a sua essência. O conteúdo dessas noções não comporta nenhuma distinção psicológica (11). Seja como for, a posição de Freud ao chamar a atenção para a dificuldade em definir-se masculino e feminino é revolucionária na medida em que, nessa perspectiva, Freud atrela o significado destas noções a resultados de processos complexos que as ultrapassam a determinações anátomo-fisiológicas (12).

A maneira pela qual, a partir de Freud, cada corrente psicanalítica elabora o seu referencial teórico diverge bastante se se considerar que a masculinidade, e a feminilidade correspondem naturalmente à anatomia de cada um ou se, ao contrário, a masculinidade, e a feminilidade, são adquiridas e isto independentemente do sexo anatómico. No primeiro caso, a identificação ao progenitor do mesmo sexo é o resultado de um desenvolvimento normal devido a diferença dos sexos: a anatomia é o destino. É por exemplo, o caso para Melanie Klein : quando ela defende a existência de uma "feminilidade primária", a referência ao anatómico continua, correndo o risco travestir o verdadeiro debate – o que faz a diferença dos sexos? - para tentar explicar quais seriam as características específicas de cada sexo (13).

No segundo caso, masculinidade, e feminilidade, são adquiridas e isto independentemente do sexo anatómico. Ou seja, não é por ser anatomicamente do sexo feminino que a criança se posicionará necessariamente como menina, identificando-se "naturalmente" com as prerrogativas femininas.

As formulações teóricas a partir do pictograma de Piera Aulagnier (14) vão neste sentido, pois a produção pictográfica resultante do encontro mãe/bebé, não comporta nenhum determinismo biológico e ultrapassa toda representação sócio-cultural da sexualidade. A primeira representação que a psiqué se forja dela mesma é o resultado deste encontro duplo entre corpo e a psiqué maternal. Esse primeiro encontro é determinante para a aquisição da diferença dos sexos que se seguirá.

Sem dúvida, foram as contribuições de Lacan sobre a sexuação do corpo que mostram, de maneira mais clara, que a inscrição do sujeito na função fálica é feita sem levar em consideração a diferença anatómica dos sexos (15), ou seja, sem levar em conta a realidade da anatomia. Nessa perspectiva, "feminilidade" e "masculinidade" passam então a ser duas representações do *falus*, fazendo com que a identidade do sujeito seja da ordem do significante. É a partir da inscrição na função fálica que o sujeito se posicionará no simbólico como homem ou mulher. Na grande maioria dos casos, essa inscrição coincide com a anatomia; mas nem sempre.

O estudo do intersexualismo (16) e do transexualismo (17), mostra que as características anátomo-biológicas não oferecem nenhum a priori para a constituição do sujeito: se o sujeito se constitui como desejo do outro, a força do imaginário dos pais assim como o lugar do sujeito na economia libidinal da família – factores esses que antecedem seu nascimento – serão decisivos para que o recém-nascido se inscreva no simbólico como homem ou mulher. Será então a partir daí que ele vai ter acesso, inicialmente através da mãe em seguida pelo grupo primário, às referências identificativas do masculino e do feminino.

A antropologia e a sociologia nos mostram que aquilo que chamamos de masculino e feminino, longe de serem realidades objectivas e muito menos fenómenos naturais calcados em elementos anátomo-biológicos são, antes, noções dependentes das formas culturais dentro das quais tais noções emergem.

## **Conclusão**

A palavra sexo vem do latim *secare*: cortar, separar, "sexuar"; a designação de um sexo em detrimento do outro, e o termo "masculinidade" só faz sentido em relação à "feminilidade". A condição preliminar para a sexuação do corpo, para que o sujeito tenha um sexo, é que ele se inscreva na função fálica, e isto qualquer que seja sua anatomia.

As diferenças sexuais, que são um incidente do simbólico, podem então ser definidas como o resultado do conjunto dos movimentos psíquicos que permitirão ao sujeito de se referir ao seu próprio sexo anatómico e de se posicionar como homem ou como mulher.



Se Freud reconhece que sua teorização se baseia na criança do sexo masculino e que para Lacan a relação do sujeito ao *façus* é independente da anatomia, somos levados a constatar que a teoria psicanalítica continua bastante lacunar no que diz respeito aquilo que diferencia os sexos.

Resta finalmente sublinhar que o estudo dos movimentos psíquicos que levam à diferenciação sexual coloca a psicanálise questões fundamentais como, por exemplo, as relações entre os processos identificativos e a construção do sentimento de identidade sexual.

Abordemos a segunda questão:

## 9.6 Diferenças em função da idade

### - O Ciclo Vital

Mencionem-se dois grandes aspectos:

1. Mudanças que decorrem do envelhecimento (desenvolvimento ao longo da vida);
2. Diferenças entre idades.

Para além da cronologia (“idade”) há que referir:

Idade biológica: posição da pessoa em relação às suas possibilidades vitais determinadas, por exemplo, pela qualidade dos seus órgãos vitais.

Idade psicológica: competência da pessoa para adaptar-se às exigências do seu meio nos diversos períodos do seu desenvolvimento.

Idade social: a medida com que a pessoa evidencia comportamentos e papéis sociais adequados às expectativas do seu grupo de idade cronológica

Considere-se que a idade, em si mesma, não produz as mudanças que ocorrem durante a vida a pessoa. Estas resultam dos efeitos das mudanças biológicas e sociais que, naturalmente, acontecem ao longo da variável tempo:

Alterações biológicas

Contexto Sócio-cultural

Namorar

Casar

Estereótipos Sociais

Doente, debilitado, desinteressado pelo sexo

Sabedoria, calma, amistosidade



No entanto, e apesar de tudo o que se possa dizer, a variabilidade entre as pessoas mais idosas (“os velhos”) é tão grande como noutras idades.

As competências intelectuais podem ser averiguadas através de Desenhos Transversais e Desenho Longitudinais.

#### **9.6.1 Os Desenhos Transversais permitem:**

1. Comparar grupos de idades distintos quanto a uma determinada variável;
2. Um grupo de pessoas nascidas num dado período de tempo é designado de coorte.

Vejamos um exemplo de estudo de Bickley, Keith & Wolfle (1995).

Este estudo pretendia responder a várias questões, nomeadamente,

1<sup>a</sup> - Se a estrutura factorial da inteligência mudaria com a idade. Como base teórica principal utilizaram a teoria factorial de RB Cattell & J. Horn.

2<sup>a</sup> - Os investigadores utilizaram os dados da estandardização de uma bateria psicoeducativa norte-americana (Woodcock-Johnson Psycho-educational Battery-Revised).

3<sup>a</sup> - Consideraram os seguintes períodos de idade: 6, 8, 10,13,16,30-39,50-59 e 60-79.

As principais conclusões desta pesquisa foram:

- Não existem mudanças com o aumento da idade na estrutura factorial da inteligência;
- O Factor G é indiscutível;
- Confirma-se que a importância do Gq;
- A inteligência fluida (formação de conceitos e análise-síntese mostram cargas muito elevadas no Factor G.

No entanto, tratando-se de um estudo transversal necessita de confirmação longitudinal.

#### **9.6.2 Os Desenhos Longitudinais:**

O cerne dos desenhos longitudinais é o estudo das mesmas pessoas nas mesmas variáveis.

Claro que estes estudos também são sujeitos a problemas. O ideal é, sem dúvida, a integração dos resultados de ambos os tipos de investigação.

Apresenta-se aqui o estudo longitudinal de Seattle:

Nesta pesquisa tem-se estudado uma série de competências mentais básicas numa amostra superior a 5000 adultos, durante 35 anos.

A pesquisa iniciou-se em 1956, tendo sido feitas 7 avaliações durante 42 anos: 1956, 1963, 1970, 1977, 1984, 1991, 1998.

Confirmou-se a inexistência de mudanças na estrutura factorial da inteligência em função da idade (confirmando os resultados transversais)

Vejam algumas conclusões mais relevantes deste estudo:

### 9.6.3 A nova velhice do Prof. António Simões

- Ao passo que os estudos tendem a mostrar claros declives em: raciocínio indutivo, orientação espacial, velocidade perceptiva e memória verbal, sendo menos claro para as capacidades numérica e verbal;
- O estudo de Seattle só se detecta um claro declive na velocidade perceptiva a partir do período adulto dos 50s. A capacidade numérica começa a declinar pelos 60s. As outras capacidades atingem o nível máximo de rendimento pelos 53 anos e depois decaem lentamente. Note-se que muitas das diferenças, embora estatisticamente significativas são muito pequenas.
- Como refere Simões (2006) as diferenças individuais são igualmente muito grandes. Isto é, existem pessoas de 70 que não evidenciam qualquer declive. Outro caso: entre as pessoas de 81 anos mais de 70% mantiveram ou aumentaram o seu desempenho em raciocínio indutivo.
- Ao comparar-se os idosos de mais de 80 anos com os mais jovens verificou-se haver uma sobreposição de 53%.
- O estudo de Seattle sugere, igualmente, a existência de efeitos geracionais, eventualmente resultantes de efeitos culturais, educativos.

### 9.6.4 Diferentes modos de envelhecer

Provavelmente, os resultados encontrados também reflectem diferenças no modo como as pessoas vão envelhecendo.

O estudo de Seattle sugere alguns pontos para um envelhecimento saudável:

1. Ausência de doenças cardiovasculares;
2. Viver em ambientes favoráveis típicos das famílias da classe média-alta;

3. Envolvimento em actividades típicas de ambientes complexos e intelectualmente estimulantes;
4. Estilo de personalidade flexível;
5. Viver com uma pessoa de elevado estatuto cognitivo;
6. Estar satisfeito com a sua vida;

#### **9.6.5 E pode prevenir-se o declínio intelectual?**

Uma pesquisa feita por Willis & Schaie (1986) mostrou que sim.

Seleccionaram um grupo de pessoas idosas e estas foram treinadas na melhoria de competências que as pesquisas evidenciaram ser as que mais decaem com a idade: as capacidades fluidas (raciocínio indutivo e orientação espacial). O treino realizou-se durante um ano e houve aumentos muito significativos que, sete anos depois, ainda se mantinham.

### **9.7 Diferenças em função da classe social**

Uma classe social é um grupo de pessoas que tem status social similar segundo critérios diversos, especialmente o económico. Diferencia-se da casta social na medida em que ao membro de uma dada casta, normalmente é impossível mudar de status.

Segundo a óptica marxista, em praticamente toda sociedade, seja ela pré-capitalista ou caracterizada por um capitalismo desenvolvido, existe a *classe dominante*, que controla directa ou indirectamente o estado, e as *classes dominadas* por ela, reproduzida inexoravelmente por uma estrutura social implantada pela classe dominante. Segundo a mesma visão de mundo, a história da humanidade é a sucessão das lutas de classes, de forma que sempre que uma classe dominada passa a assumir o papel de classe dominante surge em seu lugar uma nova classe dominada e aquela impõe a sua estrutura social mais adequada para a perpetuação da exploração.

Na Idade Média, por exemplo, a classe dominante era formada pelos senhores feudais, donos das terras através da aplicação de compulsão e coerção, e a classe dominada era formada pelos camponeses. Uma classe à parte era a classe dos guerreiros que era composta pelos camponeses e alguns eram senhores feudais, que podia passar para uma classe dominante caso recebesse terras como prémio de suas conquistas.

Segundo Karl Marx, as classes sociais estão associadas à divisão do trabalho. São grupos colectivistas que desempenham o mesmo papel na divisão do trabalho num determinado modo de produção (asiático, feudal, mercantil, industrial, e não só).

A partir da Idade contemporânea, com o desenvolvimento do sistema capitalista industrial (e mesmo do pós-industrial), normalmente existe a noção de que as classes sociais, em diversos países, podem ser divididas em três níveis diferentes dentro dos quais há subníveis.

Com a ascensão do capitalismo, as classes sociais foram divididas em três níveis: baixa, média e alta.

### **Baixa**

Possuem um baixo poder aquisitivo e uma baixa qualidade de vida. As suas necessidades básicas, como saúde e alimentação, são suprimidas com muita dificuldade, e muitas vezes são impossibilitados de ter lazer e entretenimento.

É formada na sua maioria por operários e serventes, desempregados, moradores de rua, vigias, empregadas, ambulantes, trabalhadores rurais, entre outros.

### **Média**

Ao longo dos anos, aprendemos a tratar a classe média como detentora de um poder aquisitivo e um padrão de vida e consumo razoáveis. Assim, podemos concluir que a classe média, tanto consegue manter-se suprimindo as suas necessidades básicas de sobrevivência, quanto as necessidades não tão básicas, como lazer e cultura. A noção de classe média varia de país para país, de acordo com o desenvolvimento económico, logo existem muitas classes médias diferentes.

É composta geralmente por pequenos proprietários, universitários, graduados e executivos de pequenas empresas.

### **Alta**

Indivíduos com alto poder aquisitivo. É composta por pessoas que não tem nenhuma dificuldade para suprir as suas necessidades.

Podem ser enquadrados nesta classe os autónomos de renda alta, empresários e industriais, descendentes de famílias tradicionais e ricas.

Muitos estudiosos, conseguem ainda fazer uma subdivisão, e dentro destas classes, encontram outras, como: elites, classe média-alta, classe média-baixa, miseráveis e classe operária.

## 9.8 Diferenças entre grupos étnicos

Um grupo étnico é um grupo de pessoas que se identificam umas com as outras, ou são identificadas como tal por terceiros, com base em semelhanças culturais ou biológicas, ou ambas, reais ou presumidas. Tal como os conceitos de raça e nação, o de etnicidade desenvolveu-se no contexto da expansão colonial europeia, quando o mercantilismo e o capitalismo promoviam movimentações globais de populações ao mesmo tempo que as fronteiras dos estados eram definidas mais clara e rigidamente. No século XIX, os estados modernos, em geral, procuravam legitimidade reclamando a representação de *nações*. No entanto, os estados-nação incluem sempre populações indígenas que foram excluídas do projecto de construção da nação, ou recrutam trabalhadores do exterior das suas fronteiras. Estas pessoas constituem tipicamente grupos étnicos. Consequentemente, os membros de grupos étnicos costumam conceber a sua identidade como algo que está fora da história do estado-nação – quer como alternativa histórica, quer em termos não-históricos, quer em termos de uma ligação a outro estado-nação. Esta identidade expressa-se muitas vezes através de "tradições" variadas que, embora sejam frequentemente invenções recentes, apelam a uma certa noção de passado.

Os grupos étnicos às vezes são sujeitos às atitudes e às acções preconceituosas por parte do Estado ou pelos seus membros. No século XX, os povos começaram a discutir que conflitos entre grupos étnicos ou entre membros de um grupo étnico e o estado podem e devem ser resolvidos de duas maneiras. Alguns, como Jürgen Habermas e Bruce Barry, discutiram que a legitimidade de estados modernos deve ser baseada numa noção de direitos políticos para sujeitos individuais autónomos. De acordo com este ponto de vista, o estado não pode reconhecer a identidade étnica, nacional ou racial e deve preferivelmente reforçar a igualdade política e legal de todos os indivíduos. Outros, como Charles Taylor e William Kymlicka argumentam que a noção do indivíduo autónomo é ela própria um construto cultural, e que não é nem possível nem correcto tratar povos como indivíduos autónomos. De acordo com esta opinião, os estados devem reconhecer a identidade étnica e desenvolver processos nos quais as necessidades particulares de grupos étnicos possam ser levadas em conta no contexto de um estado-nação.

### 9.8.1 Etnicidade

É o termo usado para designar as características culturais que ligam um grupo particular de pessoas, ou grupos, internamente. Algumas vezes *eticidade* é usado incorrectamente para referir-se a uma minoría ou a uma raça.

Embora não possam ser considerados como iguais, o conceito de raça é associado ao de etnia. A diferença reside no facto de que etnia também compreende os factores culturais, como a nacionalidade, a afiliação tribal, a religião, a língua e as tradições, enquanto raça compreende apenas os factores morfológicos, como cor de pele, constituição física, estatura e traço facial.

A palavra "etnia" deriva do grego "ethnos", significando "povo". Este termo era tipicamente utilizado para se referir a povos não-gregos, então também tinha conotação de "estrangeiro". No posterior uso Católico-romano, havia a conotação adicional de "gentio". A palavra deixou de ser relacionada com o paganismo em princípios do Século XVIII. O uso do sentido moderno, mais próximo do original grego, começou na metade do Século XX, tendo se intensificado desde então.

### **9.8.2 Factores de Classificação**

#### **Língua**

A língua tem sido muitas vezes utilizada como factor primário de classificação dos grupos étnicos, embora sem dúvida não isenta de manipulação política ou erro. É preciso destacar também que existe um grande número de línguas multi-étnicas e determinadas etnias são multi-língues.

#### **Cultura**

A delimitação cultural de um grupo étnico, com respeito aos grupos culturais de fronteira, faz-se dificultosa para o etnólogo, em especial naquilo que toca a grupos humanos altamente comunicados com os seus grupos vizinhos. Elie Kedourie é talvez o autor que mais tenha aprofundado a análise das diferenças entre etnias e culturas.

Geralmente percebe-se que os grupos étnicos compartilham uma origem comum, e exibem uma continuidade no tempo, apresentam uma noção de história em comum e projectam um futuro como povo. Isto alcança-se através da transmissão de geração em geração de uma linguagem comum, de valores, tradições e, em vários casos, instituições.

Embora em várias culturas se misturem os factores étnicos e os políticos, não é imprescindível que um grupo étnico conte com instituições próprias de governo para ser considerado como tal. A soberania, portanto, não é definidora da etnia, mas admite-se a necessidade de uma certa projecção social comum.

#### **Genética**

É importante considerar a genética dos grupos étnicos se devemos distingui-los de um grupo de indivíduos que compartilham unicamente características culturais.

Estas características genéticas foram desenvolvidas durante o processo de adaptação daquele grupo de pessoas a determinado espaço geográfico ou ecossistema (englobando clima, altitude, flora e fauna) ao longo de várias gerações.

As etnias geralmente remetem-se a mitos de fundação que revelam uma noção de parentesco mais ou menos remoto entre os seus membros. A genética actual tende a verificar a existência dessa relação genética, porém as provas estão sujeitas a discussão.

Entramos agora num outra área onde também se podem estudar as diferenças individuais e os estados mentais alterados em consequência de, por exemplo, sugestionabilidade e hipnotizabilidade.

## **10. SUGESTÃO, HIPNOSE E PSICOLOGIA**

Falemos então da Sugestão, da Hipnose e da Psicologia, onde entram os tópicos da memória, personalidade, motivação e diferenças individuais.

### **10.1 Hipnose**

Será que todas as pessoas são hipnotizáveis?

Estarão as pessoas numa espécie de sono?

Estarão essencialmente relaxadas?

Quando uma pessoa está hipnotizada, estará num estado mental alterado? Será que existe um “estado hipnótico” ou “trance”? Será que as pessoas estão relaxadas ou numa espécie de sono?

#### O que é a hipnose?

No geral as pessoas reconhecem a palavra “hipnose”, mas dizem não saber nada sobre o assunto, na realidade.

É frequente que os pacientes tenham medos e concepções erradas sobre a hipnose baseados no que tenham lido ou visto na televisão, no cinema ou em espectáculos levados a cabo com o propósito de entretenimento. Nos meios populares dá-se uma imagem distorcida da hipnose como um recurso para controlar a mente, como um meio de recuperar recordações perdidas e inclusive como um indicador da conduta criminal. Portanto, desde as perspectivas clínica e ética, antes da primeira sessão com hipnose é crucial educar o paciente sobre o que é a hipnose, desmistificar esta técnica, dissipar os mitos e falar sobre aqueles medos potenciais sobre a hipnose.

Por isto mesmo, devido a um certo desconhecimento geral acerca da hipnose, muitos são os mitos que se geram! O Dr. Capafons, numa conferência sobre os Mitos da Hipnose, na Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, em Março de 2007,



apresentou alguns deles e alertou os seus ouvintes para a necessidade de se estar atento a certas crenças exageradas, potenciais denunciadoras disso mesmo: crenças, mitos, sem fundamento científico.

### 10.2 Eis, portanto, sete mitos:

- 1) “A hipnose não pertence ao campo da psicologia científica. Quem a pratica são charlatães, curandeiros e homens do mundo do espectáculo. As pessoas que melhoram com ela são crédulas, ignorantes e «dependentes».”;
- 2) “A hipnose pode deixar a pessoa “enganchada” a um estado de transe de forma que, ao não poder sair do «estado hipnótico», ficaria «minguada» no seu desejo e tornar-se-ia uma demente.”;
- 3) “A hipnose pode explicar o agravar de psicopatologias «latentes» da pessoa. Inclusive pode desenvolver alterações psíquicas nos indivíduos saudáveis. Os indivíduos com problemas psicopatológicos podem piorar com a hipnose.”;
- 4) “A hipnose provoca um «estado» similar ao do sonho, no qual a pessoa mostra umas características especiais. Se não alcançarem tais características, a pessoa não está hipnotizada. Só se pode estar nessa situação especial se tiver recebido um método de indução hipnótica.”

(De notar que a hipnose não provoca um estado de sonho.);

- 5) “A hipnose elimina e anula o controlo voluntário da pessoa. Esta torna-se uma autómata nas mãos do hipnotizador, pelo que pode cometer actos delitivos, anti-sociais e imorais, levando-a ao ridículo social.”

Isto é totalmente falso, pois os pacientes podem ignorar as sugestões que o hipnotizador lhes dá, se assim o quiserem;

- 6) “A hipnose provoca reacções inusitadas, excepcionais e quase mágicas, nas pessoas. O que se recorda enquanto se está hipnotizado é verdade.”;
- 7) “A hipnose é uma terapia (hipnoterapia), sumamente útil, rápida e eficaz, que não exige nenhum esforço por parte do cliente para mudar de comportamento. Apenas as pessoas muito susceptíveis, no entanto, podem beneficiar dela.”.

Os meta-analistas indicam que isto não é assim e que a hipnose é uma técnica que a maioria das pessoas pode fazer por si mesma para melhorar o seu bem-estar. A título de exemplo, um meta-analista demonstrou que 89% dos pacientes de cirurgia tratados com hipnose beneficiaram do tratamento, em comparação com o grupo de controlo (por exemplo; dor; mal-estar; náuseas.) (Montgomery e tal., 2002).

Contudo, existem, ainda, outros mitos. Um bastante comum é o que os pacientes têm acerca da hipnose como sendo algo que lhes é feito a eles em vez de algo que eles podem fazer por si mesmos. Na verdade, e desmistificando este mito, os pacientes têm que ser participantes activos nas suas sessões de hipnose para que esta seja eficaz. As palavras do hipnotizador não são mágicas nem este tem o poder de controlar o paciente. A participação e atenção do paciente são componentes activas no êxito da intervenção.

Um segundo mito é que, durante a hipnose, o paciente se sentirá particularmente diferente. Isto poderia ser assim, mas só quando os pacientes esperam adoptar esse papel de bons sujeitos hipnóticos (Kirsch, 1985; Ruhe e tal., 1993). Por exemplo, se têm a expectativa de se sentirem sonolentos durante a hipnose é provável que se sintam deste modo (Kirsch, 1990). No entanto, a maioria das pessoas, quando estão hipnotizadas, tendem a sentir-se como estando a focar a sua atenção e concentração nas sugestões do hipnotizador.

Um outro mito prende-se com o facto de as pessoas não poderem sair do estado hipnótico quando assim o desejarem. Esta falsa concepção está baseada numa teoria antiquada da hipnose que se define a esta técnica como um poderoso estado de transe (Kirsch, & Lynn, 1995). No entanto, os pacientes são participantes activos no seu tratamento e podem continuar ou abandonar uma sessão de hipnose quando quiserem.

Existe ainda outro mito que diz que os pacientes depois da sessão hipnótica não conseguem recordar nada sobre a mesma. De facto, a memória pós-hipnótica que alguns pacientes experimentam dá-se em circunstâncias especiais, como é o caso de quando o hipnotizador sugere a amnésia e o paciente não rejeita a sugestão. Na prática clínica é frequente incentivar os pacientes a recordar as suas sessões para que possam utilizar as técnicas da hipnose por si mesmos e tirar proveito dos benefícios terapêuticos que os ajudem a resolver os seus problemas.

Por fim, um mito frequente desde a perspectiva do terapeuta é que este deve ter uma formação especial para ser hipnotizador. Isto não é assim. Tal como indica Kirsch (1990), qualquer psicólogo que esteja acostumado a levar a cabo protocolos de relaxamento ou exercícios de respiração pode utilizar a hipnose com os seus clientes. Dito de outra forma, a hipnose pode ser considerada como uma técnica mais no dever terapêutico do que clínico. Em geral, se um terapeuta tiver a formação necessária para trabalhar de forma eficaz e ética no contexto clínico, também terá a formação necessária para utilizar a hipnose (Kirsch, 1990; Rhue e tal., 1993).

Para finalizar, a hipnose é uma terapia muito pouco utilizada por si só, sendo muito usada em combinação com outras terapias relacionadas com problemas físicos e psicológicos. Por exemplo, a hipnose tem sido utilizada com eficácia em pacientes com cirurgia, como um adjunto aos analgésicos farmacológicos, mas não para substituir estes agentes (Montgomoty, Weltz, Seltz, & Bovbjerg, 2002).

Após a apresentação dos mitos atrás mencionados, o Dr. Capafons procedeu à apresentação de duas definições de hipnose, respectivamente pela American Psychological Association (APA) e pela Sociedade Psicológica Britânica.

### **10.3 A primeira definição, da APA, diz-nos o seguinte:**

“Habitualmente, a hipnose implica uma introdução ao procedimento durante o qual é dito a um sujeito que se apresentarão sugestões de experiências imaginativas. A indução hipnótica é uma sugestão extensa e ampliada para usar a própria imaginação, que se dá no início e que pode incluir detalhes (elaborações) maiores da introdução.

Usa-se um procedimento hipnótico para fomentar e avaliar respostas às sugestões. Ao usar a hipnose, uma pessoa (o sujeito) é guiado por outra (o hipnotizador) para que responda às sugestões de mudanças da experiência subjectiva, alterações na percepção, sensação, emoção, pensamento ou conduta. As pessoas podem aprender também auto-hipnose, que é o acto de administrar procedimentos hipnóticos a si mesmo.

Se o sujeito responder às sugestões hipnóticas, geralmente considera-se que induziu uma hipnose.

Muitos acreditam que as respostas e as experiências hipnóticas são características de um estado hipnótico. Ainda que alguns pensem que não faz falta usar a palavra «hipnose» como uma parte da indução, outros consideram-no essencial.

Os detalhes das sugestões e procedimentos hipnóticos diferem conforme os objectivos de quem a pratica e dos propósitos da tarefa clínica ou da investigação que se pretende realizar.

Tradicionalmente, os procedimentos incluem sugestões para relaxar, ainda que o relaxamento não seja uma parte necessária para a hipnose, podendo usar-se uma ampla variedade de sugestões, incluindo as de alerta.

Tanto em âmbitos clínicos como de investigação se podem usar sugestões que permitem avaliar o alcance da hipnose comparando as respostas com escalas estandardizadas. Se bem que a maioria dos sujeitos possam responder, ao menos, a algumas sugestões, as pontuações das escalas abarcam uma classe que oscila desde o mais elevado ao mais insignificante. Tradicionalmente, as pontuações têm-se agrupado em categorias baixas, médias e altas.

Tal como acontece com outras medidas de constructos psicológicos escaladas positivamente, como a atenção e o apercebimento, a clareza da evidência de ter logrado a hipnose incrementa-se com a pontuação do indivíduo.”

(Divisão 30 –Society of Psychological Hypnosis-, 2004)

#### **10.4 A segunda definição, da Sociedade Psicológica Britânica (2000-02), diz-nos que:**

“O termo «hipnose» designa a interacção que se dá entre uma pessoa, o «hipnotizador», e outra pessoa ou pessoas, o «sujeito» ou «sujeitos».

Nesta interacção, o hipnotizador tem como intuito influenciar a percepção, sentimentos, pensamentos e condutas dos sujeitos, pedindo-lhes que se concentrem numa ideia ou imagem capazes de evocar os efeitos que se pretendem conseguir.

As comunicações verbais que o hipnotizador emprega para alcançar esses mesmos efeitos denominam-se por sugestões.

A diferença entre as sugestões e qualquer outra classe de instruções radica no facto de a sugestão implicar que as respostas experimentadas pelos sujeitos tenham um carácter involuntário ou se experimentarão sem esforço.

Os sujeitos podem aprender a utilizar os procedimentos hipnóticos sem precisarem do hipnotizador, o que se denomina por «auto-hipnose».”

O Dr. Capafons diz que o desconhecimento da hipnose entre muitos profissionais da Psicologia responde geralmente a preconceitos sobre ela. Entre as respostas mais habituais encontram-se a falta de eficácia (qualidade de procedimento inerte) e a sua perigosidade ao gerar supostos estados dissociativos e de alteração de consciência na pessoa hipnotizada. O resultado é que, em geral, não se oferece aos usuários quando estes apresentam problemas que poderiam melhorar com uma aplicação correcta da hipnose. Este é, sem dúvida, um problema deontológico: priva-se de uma intervenção que tem mostrado empiricamente a sua valia no alívio do sofrimento. Efectivamente, a hipnose é, além de um campo fértil e interdisciplinado, uma técnica que tem mostrado ser eficaz e eficiente numa pluralidade de âmbitos relacionados com a Psicologia Clínica e da Saúde.

O segundo preconceito é, parcialmente correcto: um uso incorrecto da hipnose, e não a sua suposta capacidade para provocar estados dissociativos, pode estar associado a uma certa iatrogenia. Esta associa-se unicamente à desinformação da pessoa que recebe a hipnose, e à ignorância de quem a aplica. As terapias regressivas, a aplicação da hipnose como técnica para o incremento da precisão e quantidade de recordações, e o seu uso como terapia (e não como terapia coadjuvante) são os factores de risco mais destacáveis, além das crenças erróneas sobre as suas capacidades para alterar patologicamente a consciência. Por outro lado, deixar de usar a hipnose ou usá-la incorrectamente como única terapia ou para recuperar recordações “dissociadas” ou reprimidas, também é um problema deontológico, já que foi exposto um usuário a uma terapia quase inerte ou, o que é pior, a uma intervenção de grave risco iatrogénico: a génese das falsas recordações.

Mazzoni é quem se centra nas terapias regressivas e na busca de recordações distorcidas. É uma das maiores especialistas da Europa no campo da memória e suas distorções.

Debrucemo-nos, de seguida, num outro assunto tocado pelo Dr. Capafons, que tentou dissipar as crenças erróneas na área da eficácia e aplicação da hipnose clínica.

A hipnose é uma técnica potente para a melhoria da qualidade de vida de muitos pacientes. No entanto, é frequente que tanto os pacientes como os terapeutas tenham crenças – erróneas – que levam com que a hipnose clínica não seja tão utilizada como era esperado.

Paralelamente ao que foi mencionado anteriormente, à fase de indução segue-se a fase de aplicação, na qual o hipnotizador sugestiona o paciente. Estas sugestões podem ser referidas como o que o paciente experimenta: mudanças em processos sensoriais ou cognitivos, na fisiologia (por exemplo, ritmo cardíaco) ou na conduta (Green e tal., 2004). Por exemplo, são comuns na literatura as sugestões para reduzir a dor e o stress e para incrementar a vitalidade e a sensação de eficácia pessoal.

As induções por relaxamento não devem ser consideradas como o único modo de se iniciar uma sessão de hipnotismo. De facto, existe uma variedade de induções e todas elas apresentam o mesmo grau de êxito. Pode dar-se o exemplo de que uma indução fisicamente activa, como pedalar numa bicicleta estática, pode ser eficaz (Bányai, Zseni & Túry, 1993; Malott, 1984). Isto significa que a indução pode ser adaptada a uma ampla variedade de quadros clínicos: por exemplo, poderia sugerir-se energia e vitalidade a um paciente deprimido ou cansado; apetite a um paciente com repugnância à comida ou alívio de dor a um paciente que tenha sido operado.

A eficácia da hipnose foi o assunto posteriormente abordado.

Actualmente, a hipnose é uma área de investigação activa e dinâmica. Como já foi dito, a hipnose é utilizada como um adjunto a outros tratamentos para controlar tanto sintomas físicos como psicológicos, demonstrando ser um meio eficaz para melhorar a qualidade de vida de muitos pacientes.

Talvez a melhor evidência da sua eficácia provenha da literatura sobre a dor. A hipnose, chamada hipnoanalgesia, tem demonstrado de forma consistente reduzir, e em alguns casos eliminar, tanto a dor induzida experimentalmente como na clínica (Montgomery e tal., 2000). Numa meta-análise centrada no uso da hipnose para o controlo da dor encontrou-se uma média de 75% de pacientes que beneficiaram, em comparação com os de controlo. Ainda que a evidência do controlo da dor mediante hipnose seja a mais sólida em contextos agudos como a dor que se segue após a cirurgia, está a crescer a evidência de que a hipnose é também eficaz para o manejo da dor crónica. Além da sua eficácia no manejo da dor, a hipnose também tem mostrado ser um componente de tratamento eficaz para problemas como náuseas em pacientes de

cancro tratados com quimioterapia (Redd e tal., 2001) e em pacientes obesos (Kirsch e tal., 1995), no âmbito físico, e em problemas como ansiedade, mal-estar e depressão, no âmbito psicológico (Byrant, Guthrie, Moulds, Nixon, & Felmingham, 2003; Ellsmore, 2001; Evans & Coman, 2003; German, 2004; Montgomery e tal., 2002; Montgomery e tal., 2002; Schoenberger, 2000; Yapko, 2001).

### **10.5 Algumas características individuais associadas a diferenças individuais em sugestibilidade e hipnotizabilidade**

- 1) Absorção
- 2) Capacidade Dissociativa
- 3) Crenças e atitudes face à hipnose
- 4) Tendências para fantasiar/imaginar

#### 1. Individualismo/diferenças individuais:

“A rebelião das massas” de Ortega y Gasset

“A Era do vazio” de Gilles Lipovetsky

2. O Projecto do Genoma Humano: consequências para a Psicologia, nomeadamente, para o estudo e compreensão das diferenças individuais. Neste artigo poderão ser encontradas, também, diversas referências e fontes de informação.

3. A arte a partir de um paradigma da variação individual/afirmação da autonomia pessoal.

4. “A busca de sensações” de Marvin Zuckerman.

5. Diferenças individuais em psicopatologia.

Em jeito de conclusão, a hipnose não é aceite em todos os sistemas de saúde públicos. É o caso da Espanha. Contudo, não é por isso que a hipnose deixa de ser um assunto estudado e explorado. Para o efeito, existem grupos universitários dinâmicos que estão envolvidos na geração de um grande número de investigações inovadoras. Apesar deste esforço, ainda existe um longo caminho a percorrer, visto que os hipnoterapeutas leigos e a comunicação social têm uma grande influência sobre a sociedade espanhola.

## CONCLUSÃO

Por este trabalho pôde constatar-se o quão vasto e rico este ramo da Psicologia – Psicologia Diferencial –, de facto, é. Olhemos para a sua história, para os factos, para os nomes das pessoas que ajudaram na sua construção e que vão perpetuar-se na sua história e, também, para tudo o que foi construído, descoberto e estudado.

Neste trabalho, tentei fazer jus a este ramo da Psicologia e, para tal, foi de minha intenção cobrir todos os temas que considero imprescindíveis para a sua correcta e completa abordagem. Para tal, baseei-me em informação que pesquisei em fontes sobre o tema, entre elas, em livros, em artigos e, também, na palestra do ilustre Dr. Capafons, decorrida na Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra e, por último, mas não menos importante, as aulas do Doutor Carlos M. Lopes Pires, um entendido na disciplina, especialmente no que toca à Hipnose, que nos transmitiu o seu conhecimento, naquele que foi o nosso primeiro contacto com a já mencionada Psicologia Diferencial.



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aline. (2007). Obtido em 23 de Junho de 2007, de Factos científicos que contrariam a teoria da existência das classes: <http://www.vestibulareconcursos.com.br/modules/smartsection/item.php?itemid=426&page=1>

Anastasi, A. (1979). *Psicologia diferencial*. Spain: Aguilar.

Association, A. P. (2002). *Manual de diagnóstico e estatística das perturbações mentais* (4<sup>a</sup> ed.). (C. Editores, Ed.) Lisboa: American Psychiatric Association.

Ceccarelli, P. (1999). Obtido em 22 de Junho de 2007, de Diferenças sexuais...! Quantas existem?: <http://www.ceccarelli.psc.br/artigos/portugues/html/diferencas.htm>

Cris. (2007). Obtido em 22 de Junho de 2007, de Classes sociais: <http://www.infoescola.com/sociologia/classes-sociais/>

Eysenck, Michael W., Eysenck, J. Hans (1987). *Personalidad y diferencias individuales*. Spain: Plenum Press.

Eysenck, H. J. (1976). *A desigualdade do homem*. Rio de Janeiro: Zahar Editores.

Hansenne, M. (2004). *Psicologia da personalidade*. Lisboa: Climepsi Editores.

Informações, R. d. (2007). (C. Editores, Ed.) Obtido em 23 de Junho de 2007, de Saúde e Natureza: Sinónimos de vida: [http://www.saudeinformacoes.com.br/materias\\_ver\\_materia.asp?id=253](http://www.saudeinformacoes.com.br/materias_ver_materia.asp?id=253)

Lapas, H. (2001). Obtido em 20 de Junho de 2007, de Fitness: [www.hoops.pt/desporto/saudedesp.htm](http://www.hoops.pt/desporto/saudedesp.htm)

Mealey, Linda (2000). *Sex differences: Development and an evolutionary strategies*. Minnesota: Academic Press.

Ψ Miranda, M. J. (2001). Obtido em 20 de Junho de 2007, de A inteligência humana: contornos de pesquisa: <http://sites.ffclrp.usp.br/paideia/artigos/23/02.doc>