

mentos e sentimentos efetivamente e de tratar construtivamente de tensão associam-se a um relacionamento estável. Os membros de laços de sucesso constantemente enfatizam trabalhar arduamente para manter interações positivas.

Certos tipos de similaridade e complementaridade de parceiros (o entrosamento e necessidades) parecem aumentar os relacionamentos íntimos. A semelhança de personalidade está ligada a um casamento estável, conforme vimos no Capítulo 13. Diremos mais a respeito destas condições no Capítulo 17.

APLIQUE A PSICOLOGIA

1. Seu padrão de ajustamento durante a adolescência ajusta-se a uma das categorias descritas no texto? Seus pais mostravam um estilo coerente de interação? Especule a respeito dos fatores que influenciaram seu ajustamento durante a adolescência, levando em conta a pesquisa psicológica.
2. Que carreira ou carreiras você planeja seguir? Avalie a satisfação provável de tal trabalho pelos critérios arrolados no Quadro 14-2. Você prevê problemas decorrentes do próprio cargo, de sua combinação com o cargo ou de suas características da personalidade?
3. Analise um relacionamento humano íntimo de longa duração com o qual você esteja pessoalmente familiarizado. Que problemas conjugais comuns foram perturbadores para os parceiros? Se o relacionamento foi feliz, procure especificar as características causadoras. Assegure-se de considerar os fatores mencionados no texto.

ENVELHECIMENTO E AJUSTAMENTO

Envelhecer é um processo natural inevitável. Com o passar do tempo, o corpo modifica gradualmente. A pele e os vasos sanguíneos perdem elasticidade, as células adiposas se multiplicam, o vigor muscular diminui e a produção de hormônios do sexo diminui. Mudanças complexas dentro das células nervosas, incluindo alterações químicas, privação de oxigênio e morte das células (você deve estar lembrado de que as células nervosas não regeneram), reduzem a rapidez e a eficiência do sistema nervoso central. Estes e outros processos físicos — e muitos outros — começam em diferentes idades cronológicas e prosseguem a taxas também diferentes. A ocasião varia, dependendo da hereditariedade e do ambiente do indivíduo.

As circunstâncias de vida também se modificam à medida que as pessoas envelhecem. Há novos papéis e novos problemas a enfrentar, muitas vezes somando-se aos antigos. Nesta seção, focalizamos algumas das atuais preocupações dos americanos durante seus anos intermediários e finais. Procure ter em mente que estas preocupações não estão inevitavelmente ligadas à experiência de envelhecer. Nos países orientados para a juventude, como os Estados Unidos, os indivíduos mais idosos freqüentemente se sentem inúteis e indesejados.

Conseqüentemente, ao enfrentarem as lúgubres perspectivas da idade média e avançada, a depressão e a ansiedade tendem a ser comuns. Em países tais como a China e o Japão, as pessoas idosas permanecem ativas e no centro da vida em posições honrosas; os sentimentos negativos não são salientes. (Ver Figura 14-7.) Quando as condições em nossa cultura se tornarem mais hospitaleiras (como parece que estão se tornando), novas gerações se defrontarão com atitudes e papéis radicalmente diferentes, e os desafios e interesses dos adultos mais velhos deverão mudar.

Controle do comportamento na meia-idade

“Quando há mais anos para trás do que para a frente”, disse James Baldwin, o escritor americano, “começam a ser feitas algumas avaliações, por mais relutantes e incompletas que sejam”. A pesquisa longitudinal efetuada por Bernice Neugarten sobre amostras representativas de adultos americanos confirma a observação de Baldwin. Em nossa cultura, as pessoas de meia-idade (as que estão lá pelos quarenta, cinquenta ou início dos sessenta) tornam-se cada vez mais introspectivas e reflexivas, sincronizadas para o que está se passando dentro delas. Muitas pessoas na meia-idade pensam em termos do “tempo que sobra para viver” ao invés de “tempo a partir do nascimento”. Uma percentagem apreciável reporta preocupar-se com seus corpos. A “*monitoração do corpo*” — a adoção de estratégias de proteção (como



Figura 14-7. Nos países orientais, inclusive no Japão industrial, as pessoas idosas são honradas e respeitadas. Recebem a melhor roupa, as formas mais respeitadas de tratamento, a primeira entrada no banho da família e as mais profundas curvaturas em cumprimento. Cerca de 75% dos japoneses de sessenta e cinco anos de idade ou mais vivem com seus filhos. Os japoneses consideram essencial cuidar dos pais idosos. Negligenciar um pai ou uma mãe é uma desgraça. No Japão, as pessoas de idade participam dos afazeres comunitários e permanecem produtivas dentro da família. Muitas vezes se empenham em trabalhos caseiros, em cuidar das crianças, jardinando e/ou nos negócios da família. Rotineiramente são consultadas sobre as grandes decisões. Embora a existência de qualquer conexão causal não seja clara, é interessante o fato de os bebês nascidos no Japão terem maiores expectativas de vida do que os nascidos em qualquer outra nação industrializada. (Black Star.)

exercícios, dietas, uso de tintura para os cabelos ou cosméticos) a fim de ser mantida uma aparência estável e para manter o desempenho físico em um nível desejável — é bastante disseminada. (Ver Figura 14-8.) Os adultos de meia-idade ensaiam mentalmente as mudanças que esperam enfrentar. Os homens tendem a pensar muito em mudanças de saúde, especialmente em ataques cardíacos e morte. Embora as mulheres reportem certas preocupações a respeito de doenças, como câncer e morte, elas propendem a preocupar-se mais com o medo da viuvez. (A maioria das mulheres pode esperar tornar-se viúva.) Os americanos



Figura 14-8. Um executivo de New York empenha-se em uma barra no batente da porta de seu escritório. De acordo com a pesquisa de Bernice Neugarten, os homens se dão a trabalhos mais esmerados para preservação da saúde do que as mulheres. Presumivelmente, os homens têm uma preocupação especialmente forte de vulnerabilidade e manutenção física. Os americanos de meia-idade frequentemente se empenham em monitorar o corpo. As grandes empresas frequentemente remodelam os interesses de seus executivos em exercícios físicos, proporcionando-lhes ginásios, piscinas, "handball" e coisas semelhantes. (Elliott Erwitt/Magnum.)

meia-idade e mais velhos de ambos os sexos tornam-se envolvidos na "criação de herdeiros". Pensam muito nos relacionamentos com os jovens, inclusive na "necessidade de cuidar, do cuidado em não ultrapassar as fronteiras dos relacionamentos de autoridade, e as questões complicadas que se relacionam à posição e ao poder, ou falta de poder, de uma pessoa". Cuidar dos pais e, em alguns casos, dos avós, é uma outra grande preocupação de muitas pessoas de meia-idade.

Alguns americanos enfrentam crises emocionais durante os anos intermediários. Vamos considerar separadamente a pesquisa sobre as mulheres e sobre os homens.

Crises da meia-idade nas mulheres e nos homens

As mulheres de meia-idade no mundo inteiro sentem um aglomerado de mudanças físicas conhecidas como climatério. Durante a *menopausa*, uma das fases do climatério, os ovários param de produzir células de óvulos e a menstruação (crosta do revestimento do útero em um corrimento sangrento a intervalos mensais) cessa. Consequentemente, a capacidade de reprodução pára. Mais ou menos na mesma ocasião, os ovários começam a produzir quantidades menores de hormônios do "sexo feminino", os estrogênios e as progestinas. (Para mais informação sobre estes hormônios, veja o Capítulo 10.) Uma *deficiência de estrogênio* ocasiona numerosas mudanças físicas aflitivas que muitas mulheres (mas nem todas) sentem: ondas de calor (surto de rubor, transpiração e calor), perda de cálcio dos ossos, dores nas costas, secura do revestimento vaginal (que pode tornar desconfortável o ato do sexo e o de urinar) e espasmos do esôfago (que podem resultar em um "caroço na garganta" quase constante). A escassez de estrogênio é responsável por mudanças flagrantes também na aparência da mulher: rugas, seios flácidos. Além disso, a falta de estrogênio parece causar sentimentos negativos, inclusive ansiedade, irritabilidade e confusão. O apoio para esta idéia vem da constatação de que a terapia de reposição do estrogênio é acompanhada por um senso de bem-estar na maioria dos casos. Muitas mulheres enfrentam um outro problema. É provável que o climatério coincida com a saída dos filhos de casa. Na metade da vida, portanto, frequentemente as mulheres contendem com desconfortos físicos, ânimos desagradáveis, uma aparência mais velha e perda substancial de papel. Elas respondem de várias maneiras. Algumas mal percebem estas mudanças. Outras sentem grandes crises. A depressão parece ser mais comum entre as mulheres que foram tradicionalmente encaradas para desempenhar o papel de esposa-mãe e nenhum outro, e, para ver a si mesmas como objetos atraentes e pouco mais. Nestes casos, inevitavelmente o envelhecimento traz perda de "status" e temores de solidão, sentimento e rejeição. Como se poderia esperar, as donas-de-casa tendem mais a sentir-se deprimidas durante a meia-idade do que as mulheres que trabalham fora. Não obstante, os anos intermediários da vida de uma mulher parecem uma surpreendente compensação por todos os estresses: liberdade. Há evidência de que as mães americanas na metade da vida estão começando a apreciar esta comodidade e voltando-se para o autodesenvolvimento, vez que os filhos deixam o lar. Há também apoio para a idéia de que o "ninho vazio" tende a ser de anos felizes para as mulheres casadas.

O que acontece para os homens na idade-média? A fim de investigar este assunto, o psicólogo da Yale University Daniel Levinson e seus colaboradores estudaram quarenta americanos de meia-idade do sexo masculino: executivos, trabalhadores, biólogos e novelistas. (Note que o grupo de Levinson não usou uma amostra representativa.) Cada sujeito foi entrevistado intensivamente. Foram ministrados testes psicológicos e consultadas as memórias. Trabalhando a partir de 300 páginas de transcrições de fita por homem, aproximadamente, Levinson e seus colaboradores compilaram uma história da vida de cada indivíduo. Mais tarde, esta matéria foi analisada juntamente com a informação biográfica a respeito de homens famosos. A equipe de pesquisa de Levinson concluiu que 80% de seus sujeitos tinham tido crises de moderadas a sérias entre os quarenta e quarenta e cinco anos. No entanto, a seguir, Levinson identifica os elementos comuns desta crise:

"Comumente ocorrem numerosas mudanças ao redor dos 40 anos, que intensificam a sensação de envelhecimento. ... Uma mudança importante... é o declínio dos poderes corporais e psicológicos. No final dos trinta e no começo dos quarenta, um homem cai bem abaixo de seus níveis anteriores de pico de funcionamento. Não pode correr tão rapidamente, não levanta tanto peso, não pode dormir tão pouco como antes. A visão e a audição já não são a mesma acuidade, ele se lembra menos bem e acha mais difícil aprender massas de informação específica.

Inclina-se mais a sentir dores e a ter doenças sérias que podem causar prejuízo permanente ou até morte. Essas mudanças variam amplamente em sua seriedade e efeitos sobre a vida de um homem. A redução do vigor e da capacidade podem causar menos aflição a um contador do que a um atleta profissional...

"Normalmente o declínio é bastante moderado e deixa o homem com amplas capacidades para viver na meia-idade. Mas isso muitas vezes é sentido como catastrófico. Um homem teme perder dentro em breve as qualidades da juventude que faziam a vida valer a pena... Os lembretes da mortalidade também são dados por doenças mais frequentes, mortes e perdas dos outros...

"Por que o reconhecimento de nossa mortalidade teria de ser tão doloroso? ... Uma razão principal, para eu, é o desejo da imortalidade. Um homem se aterroriza à idéia de estar morto, de não existir mais como uma determinada pessoa. ... Além da preocupação com a sobrevivência pessoal, há uma preocupação com significado — muito mau sentir que minha vida em breve se acabará. É até pior sentir que minha vida não tem tido — e nem tem — valor suficiente para mim e para o mundo. (Um homem pode preocupar-se com o fato de que ele) não se utilizou suficientemente e não contribuiu o bastante para o mundo... Quando ele procura modificar e enriquecer sua vida, sente dúvidas que, na intensidade, vão desde o pessimismo brando até o máximo de pânico." Na amostragem de Levinson, muitos dos homens acabaram procurando novas fontes de vitalidade interior, reorientados para o futuro e começaram a planejar uma nova fase de vida.

As crises da meia-idade são comuns nos homens? Os cientistas comportamentais não podem responder autoritadamente a esta pergunta. Alguns psicólogos consideram a crise da meia-idade de Levinson equivalente ao climatério masculino e especulam que a ansiedade e o desespero podem ser alimentados pelo declínio nos níveis dos hormônios do sexo. (Em contraste com as mulheres, os homens não sofrem uma redução drástica em seu principal hormônio do sexo, a testosterona.) Alguns cientistas comportamentais entendem que a crise da meia-idade de Levinson pode ser um fenômeno cultural relativamente confinado que é principalmente perturbador para as primeiras gerações dos homens da classe média americana, que cresceram em uma sociedade que cultuava a juventude e a realização mundana. Os surtos extensos de dúvida e insatisfação não parecem afligir os homens de meia-idade em todas as culturas.

O controle do comportamento na idade avançada

A idade de sessenta e cinco anos, que é a tradicional para a aposentadoria em nossa sociedade, assinala o começo do que muitas vezes se considera *idade avançada*. Tradicionalmente, o período da idade avançada foi dividido em dois segmentos: a *idade avançada jovem* e a *idade avançada velha*. As faixas não estão rigidamente estabelecidas. Os velhos jovens são geralmente os que se acham na faixa dos sessenta e cinco aos setenta e cinco anos, têm uma grande quantidade de tempo livre e se preocupam em usá-lo de modo significativo. Eles geralmente estão mentalmente alerta. A saúde pode melhorar depois da aposentadoria. O moral pode ser elevado — especialmente se as pessoas vivem em comunidades de aposentados (ver Figura 14-9.) Depois de setenta e cinco anos, mais ou menos, o começo da idade avançada velha, a maioria das pessoas se defronta com um novo conjunto de desafios. Quase todos precisam preparar-se para enfrentar doença e muitas vezes capacidades marcadamente reduzidas. Muitos precisam enfrentar sua própria morte. Descrevemos algumas das principais tarefas e desafios dos dois períodos da idade avançada.

Em nossa cultura, a *renúncia*, ou desistência, é um desafio importante na idade avançada. Os velhos precisam deixar de trabalhar, precisam deixar talvez um cônjuge e precisam perder competência e autoridade pessoais. Bernice Neugarten e colegas constatam que a experiência do americano mais velho é de um conflito (que poderia ser rotulado "aproximação da morte"). Eles desejam permanecer ativos e reter um senso de identidade e valor. Ao mesmo tempo, desejam retirar-se, ou *desengajar-se* dos compromissos sociais e seguir uma vida de lazer e contemplativa. Existem diversas pressões para o desengajamento social:

1. Quando começa a aposentadoria e as circunstâncias se modificam, as pessoas podem perder contato com os papéis e atividades sociais anteriores.
2. As doenças e as capacidades físicas e mentais reduzidas levam à autopreocupação.
3. As pessoas mais jovens da comunidade tendem a se afastar delas.
4. E, à medida que a morte se torna iminente, os mais velhos desejam pôr de lado matérias que não são extremamente importantes.

Os americanos mais velhos resolvem este conflito de diferentes maneiras que refletem hábitos, valores e autoconceitos de toda uma vida. Neugarten e colegas identificaram diversos padrões adaptáveis entre os adultos com diversos tipos de personalidade. As pessoas maduras, flexíveis, com vidas interiores ricas, fazem três tipos satisfatórios de ajustamento. Os *reorganizadores* substituem as velhas atividades por novas, muitas vezes envolvendo-se na igreja e na comunidade. Os *focalizados* se especializam, concentrando energias em um ou mais papéis e atividades, talvez sendo um cônjuge amoroso ou pintando quadros. O terceiro grupo, o dos *desengajados*, deliberadamente abandona os compromissos sociais, embora mantenha interesse pelo mundo e por si próprios — talvez sentados em suas cadeiras de balanço.

Embora os desafios da idade avançada — principalmente para os de idade avançada — possam parecer avassaladores para uma pessoa jovem, os velhos muitas vezes enfrentam esses problemas com sucesso. O psicólogo Richard Kalish sugeriu numerosas razões para esta capacidade:

1. Os declínios muitas vezes surgem gradualmente, de modo que o adulto de mais idade pode adaptar-se às pequenas mudanças sem o perceber.
2. Os outros da mesma idade mostram os mesmos infortúnios, de modo que raramente os velhos se sentem sós.
3. Quando as dificuldades são crônicas, os indivíduos podem ajustar-se um pouco de cada vez aos problemas que inicialmente lhes podem ter parecido catastróficos.



Figura 14-9. No início da década de 60, a Suécia, entre outros países industrializados, foi pioneira no estabelecimento de projeto de habitação para os aposentados. Nos Estados Unidos, a habitação pública para os velhos inclui unidades habitacionais subsidiadas e asilos para os velhos pobres e vilas de aposentadoria (cidades em miniatura) para aqueles de mais posses. As pessoas que aqui aparecem estão em uma aula de pintura em uma vila de aposentados em Croton-On-Hudson, Nova York. Aproximadamente uma em cada dez pessoas aposentadas tem posses para passar a aposentadoria em uma comunidade como esta. Embora algumas pessoas idosas achem repugnantemente o isolamento da vila de aposentados, os residentes muitas vezes gostam da realidade. Frequentemente encontram instalações convenientes para saúde, recreação e educação. As pessoas podem empenhar-se em atividades estimulantes e cumprir as necessidades sociais sem sentirem que estão sendo um fardo para suas famílias. (Miriam Reinhart/Photo Researchers.)

4. As perdas afetam aspectos limitados da vida. Muitas vezes permanecem encontrados substitutos.
5. Conforme foi observado antes, as pessoas ensaiam os papéis que mais tarde irão desempenhar. Conseqüentemente, os indivíduos mais velhos podem ter pré-estabelecido planos para certos desconfortos.

Parece ser muito importante um senso de controle para ajustamento na idade avançada. Embora os adultos mais velhos talvez tenham de apoiar-se nos outros, é provável que precisem sentir que têm um certo poder e responsabilidade. Um estudo efetuado pelas psicólogas Ellen Langer e Judith Rodin suporta esta noção. Elas dividiram noventa e um residentes de asilos (de sessenta e cinco a noventa anos) em dois grupos por meio de um procedimento aleatório. Os adultos em um grupo receberam um discurso vigoroso que enfatizava a importância de assumir mais responsabilidade no tratamento de si mesmos para melhoria da qualidade de suas vidas. Os membros deste grupo de alta responsabilidade escolheram uma planta viva que eles mesmos manteriam. Os pacientes em um segundo grupo — de baixa responsabilidade — foram informados de que a assessoria lá estava para prestar um bom serviço. Cada indivíduo neste grupo recebeu uma planta que seria cuidada pelas enfermeiras. O que aconteceu? Os membros do grupo de alta responsabilidade mostraram significativamente mais sinais de estarem alerta, de participação ativa e de sentimentos positivos do que o grupo de baixa responsabilidade. Dezoito meses mais tarde, as diferenças ainda eram evidentes. Mais notável foi a constatação de que um senso de controle parecia ter afetado a amplitude de vida. Na ocasião do seguimento, somente 15% dos pacientes do grupo de alta responsabilidade tinham morrido. Cerca de 30% dos que estavam no grupo de baixa responsabilidade, em contraste, já haviam morrido. Há evidência de que uma mestria na abundância à vida tende a tornar-se algo mais importante para as mulheres e algo menos importante para os homens na meia-idade ou idade avançada. Neste estágio da vida, os dois grupos podem sentir-se mais livres para expressar qualidades pessoais que foram suprimidas anteriormente na vida durante a criação dos filhos.

Em nossa cultura, os indivíduos de idade muitas vezes se orientam para o passado, enfocando o que foram e o que realizaram. Supõe-se que esta "revisão da vida" reflita uma necessidade de redefinir a identidade, já que restam poucas opções e as pessoas se sentem "postas de lado". Frequentemente os adultos de mais idade procuram explicações para eventos que previamente não eram compreendidos e trabalham para se reconciliarem com realizações e fracassos anteriores. Em alguns casos, escrever uma história da vida pode ser motivado pela necessidade de entrar em acordo com a vida passada.

Por fim, as pessoas idosas têm de enfrentar a morte. (Ver Figura 14-10). Os psicólogos sabem relativamente pouco a respeito deste tópico. Embora as pessoas de mais idade pareçam pensar mais na morte do que os adultos mais jovens, parecem assustar-se menos com isso. Muitas vezes as pessoas mais idosas estão preocupadas com o desejo de deixar algum traço seu, alguma contribuição para as gerações futuras. A psiquiatra Elisabeth Kubler-Ross, pioneira nos estudos dos que estão morrendo, descreveu estágios pelos quais seres humanos passam durante doenças fatais, como o câncer final (Capítulo 2). Será que a morte segue um padrão? Numerosos psicólogos questionam esta suposição. O morrer, dizem eles, é influenciado por numerosos fatores: modo de vida, condição terminal, cuidados, relacionamentos humanos, ambiente. Para compreender uma morte, portanto, tem de levar em conta o determinado indivíduo e as circunstâncias específicas. Para compreender



Figura 14-10. Nas vilas isoladas das montanhas do Cáucaso no sul da Rússia (onde foi feita esta fotografia), no Paquistão e Equador, os habitantes vivem longo tempo. Entretanto, precisamente quanto tempo é questionável porque não existem certidões de nascimento confiáveis e as pessoas exageram suas idades para terem mais prestígio. Ainda assim, a pesquisa recente sugere que estas comunidades têm grande número de pessoas centenárias — em uma vila no Equador, 300 vezes mais do que nos Estados Unidos. O que contribui para a longevidade? A. Butka (à direita), que se gaba dos seus cento e vinte anos, diz que ele é vivaz porque sua jovem esposa Marusia tem apenas cento e nove anos. O psicólogo Richard

sugere que muitos fatores ambientais contribuem para a longevidade: uma ingestão relativamente baixa de calorias, uma dieta com falta de gorduras animais, ausência de toxinas (como pesticidas), não fumar cigarros, uma grande quantidade de trabalho estafante desde a infância até a idade avançada e uma quantidade mínima de competição e estresse emocional. A hereditariedade também influencia significativamente a duração da amplitude de vida. (John Ludin/Black Star.)

Em vez de uma reação difícil de um indivíduo velho enfrentando a morte, uma pessoa jovem poderia tentar responder às seguintes perguntas (sugeridas pelo psiquiatra Avery Weisman):

1. Se você tivesse de morrer no futuro próximo, o que importaria mais?
2. Se você fosse muito velho, quais seriam os seus problemas mais cruciais? Como você os resolveria?
3. Se a morte fosse inevitável, que circunstâncias a tornariam aceitável?
4. Se você fosse muito velho, como poderia viver mais efetivamente e com o mínimo de danos para seus ideais e padrões?
5. O que uma pessoa pode fazer a fim de preparar-se para sua própria morte ou a de uma pessoa muito próxima?
6. Que condições e eventos poderiam fazer você sentir que seria melhor estar morto? Quando você tomaria providências para morrer?
7. Na idade avançada, todos têm de se apoiar nos outros. Quando este ponto chegar, com que espécie de pessoa você gostaria de lidar?

QUALIDADE DE VIDA E O AJUSTAMENTO

Neste capítulo analisamos como os indivíduos enfrentam os desafios de viver e morrer. Como que as pessoas são criaturas limitadas que não sucedem sem condições favoráveis, as circunstâncias também fazem uma grande contribuição para o ajustamento. Elas proporcionam condições que podem fazer o comportamento de controle relativamente fácil ou quase impossível. Que condições têm mais probabilidade de melhorar a qualidade de vida humana? Embora até certo ponto as respostas dependam da idade e da personalidade, há bastante

acordo. Quando as necessidades são atendidas nas áreas de conforto material, assistência à saúde, trabalho compensador e oportunidades para recreação ativa, aprendizagem e expressão criativa, é provável que as pessoas reportem um senso de bem-estar geral. Um número cada vez maior de psicólogos que reconhecem que o ajustamento depende das condições de vida está trabalhando para ajudar as pessoas a melhorarem suas comunidades: reduzindo fontes de estresse e tensão e estabelecer recursos que promovem saúde física e mental. No Capítulo 16, descrevemos o movimento comunitário de saúde mental e alguns dos esforços iniciais para melhorar a qualidade de vida dos americanos.

APLIQUE A PSICOLOGIA

Arrole as preocupações características dos americanos de meia-idade e mais velhos que foram descritas no texto. Depois, encontre uma pessoa de meia-idade e uma idosa para entrevistar. Esteja certo de que estes indivíduos desejam discutir suas experiências pessoais em diferentes pontos da vida. Pergunte a seus sujeitos o quanto a meia-idade ou a idade avançada difere da juventude ou da meia-idade conforme o caso. Se essas pessoas não responderem às preocupações que figuram em sua lista, use a do texto.

ROTEIRO DE ESTUDO PARA O CAPÍTULO 14

Conceitos básicos. Modelo de controle (Lazarus), mecanismo de defesa (Freud), comportamento de controle *versus* mecanismos de defesa (Haan), teoria adulta e pontos de vista alternativos (Erikson, outros), crítica à tradição de "uma vida-uma carreira" (Samantha), mudança de ideais do casamento (os O'Neills), atividade *versus* desengajamento, um modelo da idade avançada (Neugarten, outros), explicação para a comodidade de enfrentar a idade avançada (Kalish), as diferenças individuais no modelo da morte.

Questionário

1. Sob que condições o termo *frustração* é mais apropriadamente usado?
 - a) Todas as vezes que um organismo tem de enfrentar um desafio.
 - b) Todas as vezes que um obstáculo impede a satisfação de uma necessidade ou desejo.
 - c) Todas as vezes que uma experiência estressante não pode ser tratada por estratégias de controle anteriores.
 - d) Todas as vezes que a auto-estima é ameaçada por algum estresse.
2. Aralia não pode decidir se visita ou não o avô, que às vezes é agradável e amoroso, mas frequentemente irritável e rejeitador. Qual o tipo de conflito que ela está sentindo?