

# SUMÁRIO

<b>1 - SOBRE A PSICOLOGIA .....</b>	<b>3</b>
<b>2 - A ORIGEM DA PSICOLOGIA CIENTÍFICA .....</b>	<b>4</b>
<b>3 - A ESTRUTURAÇÃO DA PSICOLOGIA NO SÉCULO XX – ESCOLAS PSICOLÓGICAS..</b>	<b>5</b>
3.1. ESTRUCTURALISMO .....	5
3.2. FUNCIONALISMO .....	5
3.3. ASSOCIACIONISMO .....	5
3.4. BEHAVIORISMO .....	6
3.5. GESTALT .....	7
3.6. A TEORIA DE CAMPO DE KURT LEWIN .....	8
<b>4 - PSICANÁLISE .....</b>	<b>8</b>
4.1. OS MECANISMOS DE DEFESA .....	10
<b>5 - A PSICOLOGIA HUMANISTA .....</b>	<b>11</b>
5.1. O MOVIMENTO COGNITIVO .....	12
<b>6 - VISÕES ATUAIS DA PSICOLOGIA MODERNA .....</b>	<b>12</b>
6.1. O PONTO DE VISTA PSICANALÍTICO .....	12
6.2. O PONTO DE VISTA NEOBEHAVIORISTA .....	12
6.3. O PONTO DE VISTA COGNITIVO .....	13
6.4. O PONTO DE VISTA HUMANISTA .....	13
<b>7 - A HEREDITARIEDADE, O MEIO AMBIENTE E O DESENVOLVIMENTO INFANTIL ..</b>	<b>13</b>
7.1. HEREDITARIEDADE E COMPORTAMENTO .....	14
7.2. O PROCESSO DE SOCIALIZAÇÃO .....	14
<b>8 - O CÉREBRO, O COMPORTAMENTO E A COGNIÇÃO .....</b>	<b>14</b>
<b>9 - PROCESSOS PSICOLÓGICOS BÁSICOS .....</b>	<b>15</b>
9.1. PERCEPÇÃO .....	15
9.2. CONSCIÊNCIA .....	16
9.3. MEMÓRIA .....	16
9.4. PENSAMENTO E LINGUAGEM .....	18
9.5. MOTIVAÇÃO .....	19
9.6. EMOÇÃO.....	20
9.7. INTELIGÊNCIA.....	21
<b>10 - TEORIAS DO DESENVOLVIMENTO HUMANO .....</b>	<b>21</b>
10.1. TEORIA DO DESENVOLVIMENTO DE PIAGET.....	22
10.2. O DESENVOLVIMENTO INFANTIL SEGUNDO VIGOTSKI .....	22
10.3. TEORIA DO DESENVOLVIMENTO DE FREUD .....	23
10.4. OS OITO ESTÁGIOS (OU IDADES) DO HOMEM, SEGUNDO ERIK ERIKSON .....	24
10.5. ROGERS E A TEORIA DA PESSOA EM PLENO DESENVOLVIMENTO.....	25
<b>11 - PERSONALIDADE .....</b>	<b>26</b>
11.1. OS DETERMINANTES DA PERSONALIDADE.....	26
11.2. TEORIA IMPLÍCITA DA PERSONALIDADE.....	27
11.3. TEORIAS PSICODINÂMICAS DA PERSONALIDADE.....	27
11.4. TEORIAS FENOMENOLÓGICAS DA PERSONALIDADE.....	29
11.5. TEORIAS DISPOSICIONAIS DA PERSONALIDADE .....	29
11.6. TEORIAS BEHAVIORISTAS DA PERSONALIDADE .....	30
<b>12 - BREVE HISTÓRIA DA LOUCURA .....</b>	<b>33</b>
12.1. DISTÚRBIOS DE PERSONALIDADE .....	34

<b>13 - ALTERAÇÕES PERMANENTES APÓS EXPERIÊNCIA CATASTRÓFICA E APÓS DOENÇA PSIQUIÁTRICA.....</b>	<b>37</b>
<b>14 - PERSONALIDADE E ORGANIZAÇÃO.....</b>	<b>37</b>
14.1. DESENVOLVIMENTO E AJUSTAMENTO DA PERSONALIDADE.....	37
14.2. AVALIAÇÃO DA PERSONALIDADE.....	38
<b>15 - MOTIVAÇÃO E COMPORTAMENTO.....</b>	<b>39</b>
15.1. A MOTIVAÇÃO HUMANA E AS ORGANIZAÇÕES.....	39
15.2. OS BEHAVIORISTAS E A MOTIVAÇÃO.....	40
15.3. OS COGNITIVISTAS E A MOTIVAÇÃO.....	40
15.4. A PSICANÁLISE.....	40
15.5. A TEORIA DAS NECESSIDADES DE MASLOW.....	41
15.6. FENOMENOLOGIA EXISTENCIAL.....	41
15.7. TEORIA DA MOTIVAÇÃO-HIGIENE.....	41
<b>16 - ESTRESSE.....</b>	<b>44</b>
16.1. SÍNDROME DE BURNOUT.....	45

# 1 - SOBRE A PSICOLOGIA

A Psicologia é tão antiga quanto o próprio homem, pois desde sempre se colocaram questões ao homem sobre si próprio e sobre o que vulgarmente se designava "alma". Até o séc. XIX a Psicologia tinha um tom especulativo e sem qualquer explicação ou base experimental, sendo sempre orientada para a metafísica, mantendo-se fortemente ligada à filosofia até aquela época.

A Psicologia Clássica ocupava-se pelo estudo da consciência, da alma, do espírito, baseando-se em crenças, fé, dogmas e convicções emocionais. Envolvia a intervenção de filósofos, padres, mediums e exorcistas.

A psicologia fazia parte da filosofia, que teve o seu início na Grécia por volta do século VI a.C., com a preocupação de entender e explicar o cosmo (período cosmológico). O método de estudo era a redução do elemento complexo ao mais simples, sendo denominado por esta razão de elementarismo, atomismo ou monismo.

A Psicologia na antiguidade ganhou consistência com Sócrates, para quem a principal característica humana era a razão, condição que permitia ao homem sobrepor-se aos instintos, a base da irracionalidade. Sócrates acreditava que o único conhecimento que podia ser obtido era do próprio "eu" – "conhece-te a ti mesmo" é o método filosófico da introspecção. A consciência da própria ignorância é o ponto de partida do conhecimento ("sei que nada sei"). As teorias da consciência foram assentadas nesta base filosófica.

Platão procurou definir no corpo físico um "lugar" para a razão (ou a alma), que seria a cabeça. Ao morrer, segundo ele, o corpo desaparecia e a alma ficava livre para ocupar outro corpo. Para Platão, o mundo material, mutável seria uma cópia imperfeita do mundo ideal (mundo das idéias), imutável e perfeito. Na sua concepção o homem é um ser dualista, composto de mente e corpo. Dessa visão dualista surgiram duas correntes filosóficas, a da essência (mundo ideal) e a da existência (mundo concreto).

Aristóteles, ao contrário, postulava que alma e corpo não podiam ser dissociados. Para ele tudo, até mesmo os vegetais, possuíam a sua psyché ou alma. A diferença é que o homem teria a alma racional, com a função pensante. Aristóteles acreditava que o indivíduo ao nascer é uma "tábula rasa", que irá adquirir conhecimento pelas experiências, por meio dos sentidos. As sensações seriam os elementos mais simples do conhecimento – empirismo. Ele foi o primeiro a escrever tratados em psicologia, sendo o mais significativo o relativo à memória.

Dois grandes filósofos representaram a Idade Média: Santo Agostinho, que considerava a alma, sede do pensamento, como uma manifestação do divino; e São Tomás de Aquino, que foi buscar em Aristóteles a distinção entre essência e existência.

O período pré-científico da psicologia teve início no Renascimento, por meio da retomada do método atomista ou elementarista, com o uso da observação, experimentação e quantificação. A fisiologia e a anatomia contribuíram para o desenvolvimento da psicologia, pelo estudo do organismo que reage frente aos estímulos, tendo o estudo do sistema nervoso ocupado grande parte do interesse dos estudiosos, especialmente o cérebro. A quantificação e a estatística colaboraram com a ciência, tornando os resultados das pesquisas mais objetivos e confiáveis.

No Renascimento Descartes postula a separação entre a mente (alma, espírito) e o corpo, afirmando que o homem possui uma substância material e uma substância pensante (dualismo mente-corpo). Descartes coloca a dúvida como ponto de partida de todo raciocínio. Seu método de estudo é a dúvida metódica ("Penso, logo existo"). Introduziu o estudo do conceito de ação reflexa, relacionado ao comportamento dos animais, dando origem as duas teorias, o dualismo psicofísico e a interpretação mecanicista do comportamento animal.

Embora a Filosofia há muito tempo se preocupasse em desvendar o humano, a Psicologia só se constituiu como campo de conhecimento científico no final no século 19, por isso houve tempo de apresentar teorias acabadas e definitivas, que permitam

determinar com maior precisão o seu objeto de estudo que, em sentido mais amplo é o homem.

Um grande problema enfrentado pela Psicologia, assim como por todas as Ciências Humanas é que, conforme a definição de homem há diferentes concepções de objeto que combine com ela. Como atualmente há uma riqueza de valores sociais que permitem várias concepções de homem, pode-se dizer que a ciência psicológica estuda os “diversos homens” concebidos pelo conjunto social, caracterizando-se, assim, pela diversidade de objetos de estudo.

Essa diversidade de objetos justifica-se porque os diversos fenômenos psicológicos não podem ser acessíveis ao mesmo nível de observação e, portanto, não podem ser sujeitos aos mesmos padrões de descrição, medida, controle e interpretação. No momento, então, não existe uma psicologia, mas ciências psicológicas em desenvolvimento.

A matéria-prima da Psicologia, então, é o homem em todas as suas expressões, visíveis e invisíveis, singulares ou genéricas. A sua contribuição específica para a compreensão da totalidade da vida humana é o estudo da subjetividade, a maneira própria de cada indivíduo experienciar o mundo, construída aos poucos, ao mesmo tempo em que o homem atua sobre o mundo e sofre seus efeitos.

## 2 - A ORIGEM DA PSICOLOGIA CIENTÍFICA

A psicologia científica veio à luz na segunda metade do século XIX, na Alemanha, tendo como expoentes Fechner e Wundt.

Em meados do séc. 19 os problemas e temas da psicologia passam até investigados pela Fisiologia e pela Neurofisiologia. Por volta de 1860 foi formulada uma importante lei no campo da Psicofísica: a Lei de Fechner-Weber, que estabelece relação entre estímulo e sensação, permitindo a sua mensuração. Essa lei teve muita importância na história da Psicologia porque instaurou a possibilidade de medida do fenômeno psicológico.

- Gustav Theodor Fechner – sua obra Elementos de Psicofísica foi um marco na história da psicologia, na qual procurava encontrar a relação existente entre o físico e o psíquico adotando a idéia do paralelismo, sendo a mente e o corpo faces da mesma moeda e a ligação entre esses dois mundo uma relação matemática quantitativa. Essa conclusão foi alcançada por meio de diversas experiências, nas quais testava os processos psicológicos com os métodos das ciências exatas. Seus métodos de pesquisa constituíram uma contribuição metodológica para a psicologia, e ainda hoje são instrumento de pesquisa psicológica, sendo Fechner considerado o precursor da psicometria.
- Wilhelm Wundt – a afirmação da psicologia como ciência autônoma e experimental foi marcada pela publicação dos livros Elementos de Psicologia Fisiológica e pela fundação, em 1875, do primeiro Laboratório de Experimentos em Psicofisiologia, em Leipzig, na Alemanha. Wundt desenvolveu a concepção de paralelismo psicofísico, segundo a qual aos fenômenos mentais correspondem fenômenos orgânicos. Em sua obra a psicologia é estruturada e normatizada, deixando de ser o estudo da vida mental e da alma para ser o estudo da consciência ou dos fatos conscientes. Para estudo dos processos mentais utilizou a observação, a experimentação e a quantificação, sem desprezar a introspecção. Para explorar a mente ou consciência do indivíduo, Wundt criou um método denominado introspeccionismo.

À medida em que se liberta da filosofia, o status de ciência da psicologia passa a atrair novos estudiosos que, com base a novos padrões de conhecimento, buscam produzir teorias a partir dos critérios básicos da metodologia científica, ou seja, buscando a neutralidade do conhecimento científico, reunindo dados passíveis de comprovação e conhecimento cumulativo que possa servir de ponto de partida para outros experimentos e pesquisas.

## 3 - A ESTRUTURAÇÃO DA PSICOLOGIA NO SÉCULO XX – ESCOLAS PSICOLÓGICAS

No início do séc. XX, as diversas tendências foram reorientadas e aglutinadas em novas ramificações, estruturando e caracterizando as chamadas “escolas psicológicas”. Nos Estados Unidos a Psicologia científica encontra campo para um rápido crescimento, com o o Estruturalismo, de Edward Titchner, o Funcionalismo, de William James, e o Associacionismo, de Edward L. Thorndike.

### 3.1. Estruturalismo

O Estruturalismo define a psicologia como ciência da consciência ou da mente, sendo esta a soma total dos processos mentais. A tarefa da psicologia seria a descoberta do verdadeiro conteúdo da mente e maneira pela qual ela se estrutura. Edward Bradford Titchener foi o seu representante máximo. Ele considerava que toda a vida psíquica é construída a partir das sensações, imagens, afeições e sentimentos, e o método empregado para chegar a esses elementos deveria ser a introspecção, sem, no entanto, desprezar a experimentação. O estruturalismo é um sistema elementarista, atomista e associacionista, procurando entender a concatenação da unidade no todo. Sua linha filosófica é o empirismo crítico, sendo uma escola mais pura que aplicada, que procurou estabelecer leis gerais, sem preocupação com as diferenças individuais e os problemas práticos.

### 3.2. Funcionalismo

O Funcionalismo foi a primeira escola exclusivamente norte-americana. Concentra seus esforços em questões de ordem prática e utilitária (“para que serve? ”, “qual a função?”), dirigindo ao estudo ao aspecto fundamental da consciência, cuja função é ajustar o homem às condições ambientais físicas e sociais. A consciência exerce uma atividade adaptativa, destina-se a ajustar a ação. O funcionalismo se enquadra no modelo filosófico do pragmatismo, em que a função da consciência não é conhecer, mas adaptar.

William James, psicólogo americano, se opunha radicalmente ao estruturalismo, e centrou seus estudos em rigorosas observações de si mesmo e dos outros, criando um “sistema” baseado no funcionamento dos processos mentais e no modo como estes operavam na adaptação dos indivíduos ao meio, assim como as diferenças individuais entre as pessoas. A introspecção informal (auto-observação e auto-relato) era o método de investigação, devendo os conhecimentos psicológicos serem aplicados a coisas práticas como educação, direito e negócios. James elege a consciência como o centro de suas preocupações e busca a compreensão de seu funcionamento, na medida em que o homem a usa para adaptar-se ao meio.

### 3.3. Associacionismo

O Associacionismo é baseado na concepção de que a aprendizagem se dá por um processo de associação das idéias, das mais simples às mais complexas. Thorndike formulou a Lei do Efeito, pela qual todo comportamento de um organismo vivo tende a se repetir se for recompensado e a ser suprimido se o organismo for castigado. Pela Lei do Efeito, haverá associação de uma situação com outras semelhantes. Edward L. Thorndike é considerado precursor do behaviorismo por sua investigação sobre a conduta animal. Formulou a lei do exercício (relação entre frequência e fixação) e estabeleceu o princípio do ensaio e erro na aprendizagem, concluindo também que a recompensa é mais eficiente que o castigo na educação, na qual seus princípios foram amplamente utilizados.

No século 20 as três consideradas como as mais importantes tendências teóricas da Psicologia são o Behaviorismo (ou Teoria S-R), a Gestalt e a Psicanálise.

### 3.4. Behaviorismo

O Behaviorismo nasce com Watson e tornou-se importante por ter definido o fato psicológico de modo concreto, a partir da noção de comportamento (behavior). Watson defendia uma perspectiva funcionalista para a Psicologia, de que o comportamento deveria ser estudado como função de certas variáveis do meio. Para ele, certos estímulos levam o organismo a dar determinadas respostas e isso ocorre porque os organismo se ajustam aos seus ambientes por meio de equipamentos hereditários e pela formação de hábitos.

Watson considera o estudo da mente e da consciência como entraves à psicologia como ciência. Nega também as tendências inatas, explicando os diversos tipos de comportamentos pelo condicionamento exercido pelo ambiente e as circunstâncias, buscando a construção de uma psicologia sem alma e sem mente, livre de métodos subjetivos, passível de previsão e controle. Assim, o behaviorismo dedica-se ao estudo das interações entre as ações do indivíduo (respostas) e o ambiente (estímulos). O homem começa a ser estudado a partir de sua interação com o ambiente, produto e produtor dessas interações. O processo de aprendizagem, portanto, termina na elaboração do comportamento e para Watson é inteiramente dependente e consequência do meio ambiente social.

Os princípios do behaviorismo foram reforçados pelos estudos dos reflexologistas russos como Sechenov, Bechterev e Ivan Pavlov, o mais conhecido por sua pesquisa sobre reflexo condicionado. Essa descoberta foi utilizada pelo behaviorismo para o estudo dos processos psíquicos e revelou-se um método objetivo na análise do comportamento, pela técnica do condicionamento, que partia das unidades reflexas (emoção, instinto, hábito) e suas associações, até chegar ao comportamento ou atividade global do organismo. O homem, neste caso, seria uma máquina orgânica, e todas as reações humanas deveriam ser analisadas no padrão estímulo-resposta. Aquelas reações que não se enquadrassem nos padrões fisiológicos seriam irreais.

O mais importante sucessor de Watson é Burrhus Frederic Skinner, cuja base de estudo está na formulação do conceito de comportamento operante que, ao contrário do comportamento reflexo ou respondente, não-voluntário, que inclui as respostas produzidas por estímulos ambientais de maneira incondicionada, pode ser aprendido ou condicionado. Skinner rejeita toda a subjetividade, considerando o adequado controle do meio e a observação do comportamento resultante, suficientes para explicar a conduta das pessoas, sem interferência de agentes externos. Do condicionamento operante foi derivada a sua tecnologia educacional, ou instrução programada, de grande aplicação da área educacional.

No caso do comportamento operante, o que propicia a aprendizagem dos comportamentos é a ação do organismo sobre o meio e o efeito dela resultante – a satisfação de alguma necessidade e a aprendizagem está na relação entre uma ação e seu efeito, sendo o estímulo reforçador chamado de reforço, considerado como toda consequência que, seguindo uma resposta, altera a probabilidade futura de ocorrência dessa resposta. O reforço pode ser positivo, quando aumenta a probabilidade da resposta que o produz, e negativo, quando aumenta a probabilidade futura da resposta que o remove ou atenua, ou seja, vai se chamar de reforçamento positivo ou negativo conforme vise provocar ou remover um determinado estímulo.

O reforçamento positivo oferece alguma coisa ao organismo; o negativo permite a retirada de algo desagradável. A função reforçadora de um evento ambiental qualquer só é definida por sua função sobre o comportamento do indivíduo. Alguns eventos tendem a ser reforçadores para toda uma espécie, como alimento e afeto (reforços primários), enquanto outros adquirem a função quando temporalmente pareados com os primários (reforços secundários).

No reforçamento negativo, dois processos merecem destaque: a esquiva, processo no qual os estímulos aversivos condicionados e incondicionados estão separados por um intervalo de tempo apreciável, permitindo que o indivíduo execute um comportamento que

previna a ocorrência ou reduza a magnitude do segundo estímulo. No processo de esquiva, após o estímulo condicionado o indivíduo apresenta um comportamento que é reforçado pela necessidade de reduzir ou evitar o segundo estímulo, igualmente aversivo. No processo de fuga, há um estímulo aversivo incondicionado que, quando apresentado, será evitado pelo comportamento de fuga.

Outros processos foram sendo formulados pela análise experimental do comportamento, como a extinção, quando uma resposta deixa abruptamente de ser reforçada; e a punição, quando há apresentação de um estímulo aversivo ou remoção de um reforçador positivo. Verificou-se, no entanto, que, embora a punição leve à supressão temporária da resposta, não altera a motivação, levando os behavioristas a questionar a validade do procedimento de punição como forma de reduzir a frequência de certas respostas.

Diz-se que se desenvolveu uma discriminação de estímulos quando uma resposta se mantém na presença de um estímulo, mas sofre certo grau de extinção na presença de outro, ou seja, somos capazes de discriminar diferentes estímulos e de nos comportarmos de maneira diferente em cada situação.

Na generalização de estímulos, respondemos de forma semelhante a um conjunto de estímulos percebidos como semelhantes, o que faz com que possamos transferir aprendizados para diferentes situações.

### **3.5. Gestalt**

A Gestalt surge como uma negação da fragmentação das ações e processos humanos, postulando a compreensão do homem como uma totalidade (tendência teórica mais ligada à Filosofia).

O movimento gestáltico surgiu na Alemanha, tendo como ponto de partida o estudo da percepção. Max WERTHEIMER estudou a percepção visual do movimento e concluiu que a percepção era um fenômeno total, unificado, que não poderia ser considerado como a soma de elementos ou de sensações isoladas. Além da percepção foram estudados outros fenômenos psicológicos, como a aprendizagem, a memória, as reações motoras, etc. O comportamento, então, não é a soma das sensações e percepções, mas tem uma dinâmica própria, assim também os processos psicológicos são organizações de dentro para fora e são significativos.

A gestalt dá relevância ao estudo das relações entre as partes que compõem o todo, sendo a relação entre os elementos essencial para a determinação do processo psíquico. Mente e corpo devem se unificar na compreensão da realidade, pois o homem é uma totalidade, e não se estuda um fenômeno isolado, pois os fatos têm ligação entre si dentro de um contexto.

Max Wertheimer, Wolfgang Kohler e Kurt Koffka iniciaram seus estudos pela percepção e sensação do movimento, preocupados em compreender quais os processos envolvidos na ilusão de ótica, quando o estímulo físico é percebido pelo sujeito como uma forma diferente da realidade. A percepção é o ponto de partida e um dos temas centrais da teoria da gestalt.

Para os gestaltistas, entre o estímulo que o meio fornece e a resposta do indivíduo, encontra-se o processo de percepção, sendo o que o indivíduo percebe e como percebe, dados importantes para a compreensão do comportamento humano, que deve ser estudado em seus aspectos mais globais, levando em consideração as condições que alteram a percepção do estímulo: a maneira como percebemos um determinado estímulo irá desencadear nosso comportamento.

Muitas vezes os nossos comportamentos guardam relação estreita com os estímulos físicos, e outras, eles são completamente diferentes do esperado porque “entendemos” o ambiente de uma maneira diferente da sua realidade. Se nos elementos percebidos não há equilíbrio, simetria, estabilidade e simplicidade, não alcançaremos a boa-forma; assim, o elemento que objetivamos compreender deve ser apresentado em aspectos básicos, que

permitam a sua decodificação, ou seja, a percepção da boa forma. A tendência da nossa percepção em buscar a boa-forma permitirá a relação figura-fundo.

O comportamento é determinado pela percepção do estímulo e, portanto, estará submetido à lei da boa forma. O conjunto de estímulos determinantes do comportamento é denominado meio, que pode ser meio geográfico (meio físico) e meio comportamental (resultante da interação do indivíduo com o meio físico), que resulta em uma particular interpretação do meio, onde o que percebemos é uma "realidade" subjetiva, particular, criada pela mente.

O comportamento, então, é desencadeado pela percepção do meio comportamental, e a tendência a juntar os elementos é denominada pela Gestalt como resultante da força do campo psicológico, entendido como um campo de força que tende a garantir a busca da melhor forma possível em situações que não estão muito estruturadas.

Diferentemente do associativismo, a Gestalt vê a aprendizagem como a relação entre o todo e a parte, onde o todo tem papel fundamental na compreensão do objeto percebido. Em situações onde não há uma clara definição figura-fundo, pode ocorrer uma compreensão imediata sem que tenha havido um esforço especial, fenômeno denominado insight pelos gestaltistas, que usam o método fenomenológico e experimental e rejeitam a quantificação e a introspecção. Sua contribuição foi importante na área da psicologia cognitiva, onde introduziu os conceitos de estrutura e equilíbrio, adotados por Piaget.

Faz parte do neogestaltismo Kurt LEWIN, criador da dinâmica de grupo. Ele buscava estudar o comportamento individual a partir do grupo ou do todo que circunda o indivíduo, composto de fatores psicológicos e personalidades das pessoas atuantes. Seus estudos contribuíram para elaboração da teoria da motivação, da aprendizagem, da personalidade, da psicologia infantil e da psicologia social.

### **3.6. A Teoria de Campo de Kurt Lewin**

O principal conceito de Lewin é o espaço vital, definido como a totalidade dos fatos que determinam o comportamento do indivíduo num certo momento. O campo psicológico foi concebido por ele como o espaço de vida considerado dinamicamente, onde são levados em conta, além do indivíduo e o meio, a totalidade dos fatos coexistentes e mutuamente interdependentes.

Para Lewin, a realidade fenomênica não se refere apenas a percepção como fenômeno psicofisiológico, mas também a características de personalidade do indivíduo, a componentes emocionais ligados ao grupo e à própria situação vivida, assim como a situações passadas ligadas ao acontecimento, na forma em que são representadas no espaço de vida atual do indivíduo. Transportando a noção de campo psicológico para a Psicologia Social, Lewin criou o conceito de campo social, formado pelo grupo e seu ambiente.

## **4 - PSICANÁLISE**

A Psicanálise recupera a importância da afetividade e postula o inconsciente como objeto de estudo.

O movimento psicanalítico, apesar de sua influência, não tinha como objetivo contra-argumentar ou atrair adeptos. A teoria psicanalítica é apenas uma teoria psicológica que atraiu inúmeros seguidores, daí o seu status de movimento psicológico.

Sigmund Freud tratava seus pacientes tentando trazer à consciência aquilo que estava inconsciente, formulando a partir de análise minuciosa das escutas, hipóteses a respeito da personalidade das pessoas, comparando-as e testando-as com observações posteriores, procurando explicar cada fato, por mais trivial. Sua base era a motivação inconsciente como mola-mestra do comportamento.

O termo psicanálise é usado para se referir a uma teoria, a um método de investigação e a uma prática profissional. Enquanto teoria, caracteriza-se por um conjunto de conhecimentos sistematizados sobre o funcionamento da vida psíquica; enquanto método de investigação, caracteriza-se pelo método interpretativo, que busca o significado oculto daquilo que é manifesto por meio de ações e palavras ou pelas produções imaginárias, como os sonhos, os delírios, as associações livres, os atos falhos. A prática profissional refere-se à forma de tratamento, a análise, que busca o autoconhecimento ou a cura, que ocorre por meio desse autoconhecimento.

No livro *A interpretação dos sonhos*, em 1900, Freud apresenta a primeira concepção sobre a estrutura e o funcionamento da personalidade. Essa teoria refere-se à existência de três sistemas ou instâncias psíquicas: inconsciente, pré-consciente e consciente.

O inconsciente exprime o conjunto dos conteúdos não presentes no campo atual da consciência. É constituído por conteúdos reprimidos, que não têm acesso aos sistemas pré-consciente/consciente, pela ação de censuras internas. Estes conteúdos podem ter sido conscientes em algum momento e depois reprimidos, ou podem ser genuinamente inconscientes. O pré-consciente refere-se ao sistema onde permanecem aqueles conteúdos acessíveis à consciência; e o consciente é o sistema que recebe ao mesmo tempo as informações do mundo exterior e as do mundo interior.

Em seus estudos sobre as causas e o funcionamento das neuroses, Freud identificou conflitos de ordem sexual localizados nos primeiros anos de vida do indivíduo, isto é, na vida infantil estavam as experiências de caráter traumático que se configuraram como origem de sintomas na vida adulta. No processo de desenvolvimento psicosssexual, o indivíduo nos primeiros anos de vida tem a função sexual ligada à sobrevivência, portanto o prazer é erotizada, estando as zonas de excitação sexual localizadas em partes do corpo.

Freud postou as seguintes fases do desenvolvimento sexual: fase oral, quando a zona de erotização é a boca; fase anal, a zona de erotização é o ânus; fase fálica, a zona de erotização é o órgão sexual. Depois dessas fases vem um período de latência, que se prolonga até a puberdade, época em que é atingida a última fase, a fase genital, quando o objeto de erotização passa a ser externo ao indivíduo. Um dos eventos considerados mais importantes para a estruturação da personalidade do indivíduo acontece entre os 3 e 5 anos, durante a fase fálica: é o Complexo de Édipo, quando a mãe é o objeto de desejo do menino, e o pai o rival.

Para Freud, aquilo que para o indivíduo assume valor de realidade é a realidade psíquica, e é isso o que importa, mesmo que não corresponda à realidade objetiva. O funcionamento psíquico é concebido a partir de três pontos de vista, que devem ser considerados simultaneamente para a compreensão dos processos psíquicos: o econômico, quando existe uma quantidade de energia que alimenta os processos psíquicos; o tópico, onde o aparelho psíquico é constituído de um número de sistemas que são diferenciados quanto à sua natureza e modo de funcionamento, o que permite considerá-lo como "lugar psíquico"; e o dinâmico, porque no interior do indivíduo existem forças que entram em conflito e estão permanentemente ativas. A origem dessas forças é a pulsão.

A pulsão refere-se a um estado de tensão que busca, através de um objeto, a supressão deste estado. Eros é a pulsão de vida e abrange as pulsões sexuais e as de autoconservação. Tanatos é a pulsão de morte, que pode ser autodestrutiva ou manifestar-se exteriormente como agressiva ou destrutiva.

Sintoma, na teoria psicanalítica, seja um comportamento ou pensamento, é uma produção resultante de um conflito entre o desejo e os mecanismos de defesa. Ao mesmo tempo em que sinaliza, o sintoma busca encobrir um conflito e substituir a satisfação do desejo.

Posteriormente Freud introduziu na teoria do aparelho psíquico os conceitos de id, ego e superego para referir-se aos três sistemas da personalidade.

- O id constitui o reservatório da energia psíquica, onde se localizam as pulsões de vida e de morte. É regido pelo princípio do prazer.

- O ego é o sistema que estabelece o equilíbrio entre as exigências do id, a realidade e as ordens do superego. É um regulador, regido pelo princípio da realidade, cujas funções básicas são a percepção, memória, sentimentos e pensamento.
- O superego origina-se com o Complexo de Édipo, com a internalização das proibições, dos limites e da autoridade. Seu conteúdo refere-se às exigências sociais e culturais.

O id refere-se ao inconsciente, mas o ego e o superego também têm aspectos ou partes inconscientes.

#### 4.1. Os Mecanismos de Defesa

São processos inconscientes realizados pelo ego, pelos quais são excluídos da consciência os conteúdos indesejáveis. Com a finalidade de proteger o aparelho psíquico, o ego mobiliza estes mecanismos, que suprimem ou dissimulam a percepção do perigo interno, em função de perigos reais ou imaginários do mundo exterior.

- Recalque – supressão de uma parte da realidade, deformando o sentido do todo (não ver ou ouvir algo que não se deseja).
- Formação reativa – afastamento de um desejo por uma atitude oposta, visando o ocultamento das verdadeiras motivações do indivíduo (mãe superprotetora).
- Regressão – retorno a etapas anteriores do desenvolvimento, reagindo com modos de expressão mais primitivos.
- Projeção – transferência a outrem ou alguma coisa de algo de si considerado indesejável pelo indivíduo (um defeito moral, p. ex.).
- Racionalização – justificativa convincente e aceitável para encobrir deformações da consciência. O ego coloca a razão a serviço do irracional (justificativa para o preconceito ou a pena de morte, p. ex.)

A psicanálise não faz parte das psicologias experimentais, mas é elementista e também associacionista, pois busca encontrar os elementos inconscientes que provocariam a neurose e associar as causas que provocaram tal efeito, ou seja, a neurose. Os métodos usados por Freud foram o introspectivo e o da livre associação. Entre os seus representantes mais influentes estão Adler e Jung. Houve na psicanálise uma tendência culturalista nos EUA, dando ênfase ao meio ambiente, às repressões sociais como causadoras das neuroses, representados principalmente por Karen HORNEY e Erich FROM. Melanie KLEIN e Jacques LACAN estão ligados à psicanálise moderna.

Alfred ADLER – sua escola foi denominada de Psicologia do Indivíduo ou Psicologia Individual, por valorizar os fatores psicológicos individuais e sociais na formação da personalidade. Os conflitos estão centrados entre o indivíduo e o meio ambiente, sendo a raiz dos sintomas neuróticos o sentimento de inferioridade.

Carl Gustav JUNG – identificava a libido como energia vital, que poderia ser direcionada para qualquer necessidade, considerava o presente e o futuro perspectivas de vida e ajuda terapêutica. A descoberta do inconsciente coletivo foi outro aspecto relevante do seu sistema, sendo considerado por ele como a parte mais profunda do inconsciente, onde estariam armazenadas as experiências acumuladas pela espécie humana, chamadas de arquétipos. O sistema de Jung foi chamado de Psicologia Analítica ou Complexa.

COMPARAÇÃO	ESTRUTURALISMO	FUNCIONALISMO	BEHAVIORISMO	GESTALT	PSICANÁLISE
Objeto	Os processos elementares da consciência	O funcionamento dos	Estímulos e respostas observáveis,	A experiência subjetiva	A personalidade normal e

	(esp. as experiências sensoriais), suas combinações e relações com o sistema nervoso.	processos mentais, sobretudo quanto à adaptação das pessoas ao meio em que vivem.	com ênfase na aprendizagem.	humana global; ênfase na percepção, no pensamento e na resolução de problemas.	a anormal; ênfase na primeira infância e nos aspectos inconscientes.
Objetivo	O conhecimento em si.	O conhecimento e sua aplicação.	O conhecimento e a aplicação.	O conhecimento.	Serviços, conhecimentos.
Método(s)	Introspecção analítica	Introspecção informal e métodos objetivos	Métodos objetivos	Introspecção informal; métodos objetivos.	Introspecção informal (pacientes); análise lógica e observação (terapeutas).

## 5 - A PSICOLOGIA HUMANISTA

No início dos anos 60, desenvolveu-se na psicologia americana um movimento conhecido como psicologia humanista, cuja pretensão era substituir o comportamentalismo e a psicanálise. Os temas básicos, reconhecidos e defendidos anteriormente, eram: (1) ênfase da experiência consciente; (2) crença na integralidade da natureza e da conduta do ser humano; (3) concentração no livre-arbítrio, na espontaneidade e no poder de criação do indivíduo, e (4) estudo de tudo o que tenha relevância para a condição humana.

Os psicólogos humanistas acreditavam que o comportamentalismo era uma abordagem estreita, artificial e relativamente estéril da natureza humana, rejeitando a concepção de seres humanos funcionando de modo determinista em resposta a estímulos, considerando que os seres humanos não podem ser objetificados, quantificados e reduzidos a unidades de estímulo-resposta, pois os indivíduos não são organismos vazios. Além disso, o comportamentalismo não chegara a um acordo com características propriamente humanas, com as qualidades e capacidades conscientes que distinguem as pessoas dos animais de laboratório. Todos os aspectos da experiência humana são levados em consideração pela psicologia humanista: o amor, o ódio, o medo, a esperança, a felicidade, a afeição etc.

A psicologia humanista teve nos seus dois maiores representantes, Abraham Maslow e Carl Rogers, exemplos de importantes estudos sobre a natureza e a conduta humana. A hierarquia das necessidades e a teoria da auto-realização, de Maslow, ainda hoje fazem sucesso na área administrativa, educacional e médica, apesar de consideradas de baixa validade científica. Rogers criou a terapia centrada na pessoa, com base na convicção de todo ser humano possui uma tendência inata para atualizar suas capacidades e potenciais, e capacidade para alterar consciente e racionalmente seus pensamentos e comportamentos. A psicologia humanista não constituiu uma escola de pensamento propriamente dita, tendo sido avaliada pelos próprios psicólogos humanistas como “uma grande experiência. O humanismo, no entanto, reforçou a idéia de que o homem é capaz de, consciente e livremente, moldar a própria vida.

### 5.1. O Movimento Cognitivo

A fundação da psicologia cognitiva ocorreu lentamente, sem que se pudesse identificar um líder, embora dois estudiosos possam ser identificados como marcos no processo de seu desenvolvimento: George Miller e Ulric Neisser. Os psicólogos cognitivos interessam-se principalmente pela forma como se dá o processamento de informações, raciocínio e resolução de problemas na mente humana, ou seja, descobrir os “programas” que permitem ao indivíduo compreender, assimilar experiências e regras e resolver problemas. A mente humana, para o cognitivismo, é baseada no processamento de informações.

Os cognitivistas concentram-se no processo do conhecimento, com ênfase nos processos mentais, sendo as respostas comportamentais usadas como fontes para a inferência dos processos mentais que as acompanham. Interessam-se também pela forma como a mente estrutura ou organiza a experiência. Para eles, a mente dá forma e coerência à experiência mental, e o objeto de estudo da psicologia cognitiva é esse processo de organização. Na concepção cognitiva, o indivíduo organiza ativa e criativamente os estímulos recebidos do ambiente, e é capaz de participar da aquisição e do uso do conhecimento, não respondendo passivamente a forças externas.

Os psicólogos cognitivos têm estudado o efeito de drogas sobre o comportamento em termos de mudanças tanto nas respostas fisiológicas como nas experiências conscientes relatadas – aquilo que as pessoas fazem sob a influência de drogas e aquilo que elas dizem que sentem. Sob o impacto do movimento cognitivo, voltou-se a atribuir consciência aos animais. Com base em pesquisas sobre cognição animal que inferem evidências de consciência a partir de observações do comportamento que demonstram adaptabilidade à mudança de condições ambientais. Esse trabalho se concentra na capacidade dos animais de pensar sobre objetos e eventos específicos, mesmo quando esses objetos e eventos não estão presentes, e de iniciar alguma ação. O movimento cognitivista, baseado no estudo dos fenômenos e processos mentais, tem crescido e se expandido consideravelmente nos últimos anos.

## 6 - VISÕES ATUAIS DA PSICOLOGIA MODERNA

A maioria dos cientistas do comportamento identificam-se mais com um ou outro dos quatro pontos de vistas considerados mais importantes na atualidade – o psicanalítico, o neobehaviorista, o cognitivo e o humanista. Alguns preferem uma abordagem eclética, combinando-os entre si.

### 6.1. O Ponto de Vista Psicanalítico

De acordo com Erich Fromm, a essência do método psicanalista é a observação dos fatos, consistindo o método da psicanálise em tirar inferências (conclusões) dos fatos observados, formular hipóteses, compara-las com os fatos posteriores que forem encontrados e eventualmente fundir um corpo organizado de material com o fim de verificar a validade das hipóteses. O método é utilizado principalmente para estudo da personalidade, o ajustamento, a anormalidade e o tratamento de pessoas psicologicamente perturbadas.

### 6.2. O Ponto de Vista Neobehaviorista

Os behavioristas modernos investigam, além dos estímulos, respostas observáveis e a aprendizagem, fenômenos complexos que não podem ser observados diretamente, como o amor, a empatia, a tensão, a confiança e a personalidade. Sua principal característica é o uso de perguntas precisas e bem delineadas e a utilização de métodos objetivos em pesquisas meticulosas.

### 6.3. O Ponto de Vista Cognitivo

A psicologia cognitiva combina aspectos do funcionalismo, da gestalt e do behaviorismo. Têm como base de estudo os processos mentais como o pensamento, a percepção, a memória, a atenção, a resolução de problemas e a linguagem, visando a aquisição de conhecimentos precisos sobre como esses processos funcionam e como são aplicados na vida cotidiana. Consideram adequado o uso da introspecção informal para desenvolver intuições e os métodos objetivos para confirmar as impressões colhidas.

### 6.4. O Ponto de Vista Humanista

Os psicólogos humanistas querem fazer da psicologia o estudo daquilo que significa “estar vivo como ser humano”, considerando que o objetivo principal do psicólogo é ajudar as pessoas a compreender e desenvolver o seu potencial, visando o enriquecimento da vida. Os objetos principais das investigações psicológicas devem ser os problemas humanos significativos (objetivos de vida, auto-realização, criatividade etc), com foco na consciência subjetiva dos indivíduos, esforçando-se por compreender o individual, o excepcional e o imprevisível da experiência humana. Combinam métodos objetivos, estudos de caso, técnicas introspectivas informais e mesmo análise de obras literárias.

COMPARAÇÃO	VISÃO PSICANALÍTICA	VISÃO NEOBEHAVIORISTA	VISÃO COGNITIVA	VISÃO HUMANISTA
Objeto	Personalidade normal e anormal; ênfase nos aspectos inconscientes; tratamento do comportamento normal.	Qualquer questão definida que verse sobre comportamento simples ou complexo.	O funcionamento das atividades mentais (percepção, solução de problemas, memória etc).	A pessoa integral, a experiência humana subjetiva e problemas humanos significativos.
Finalidades	Conhecimento, serviços.	Conhecimentos, aplicações.	Conhecimento	Serviços e qualidade de vida; conhecimentos
Métodos pesquisa	Introspecção informal (pacientes); análise lógica e observação (terapeutas).	Métodos objetivos	Métodos objetivos, introspecção informal.	Intuição, métodos objetivos, introspecção informal, estudos de caso, análise literária etc.

## 7 - A HEREDITARIEDADE, O MEIO AMBIENTE E O DESENVOLVIMENTO INFANTIL

A hereditariedade refere-se às características físicas transmitidas pelos pais à descendência no momento da concepção. O meio abrange muitas influências: o meio químico pré-natal e pós-natal, as experiências sensoriais constantes e variáveis e os eventos físicos traumáticos). Hereditariedade (programando as potencialidades) e meio (dentro e fora

do útero) interagem continuamente, influenciando o desenvolvimento de forma mais ou menos significativa.

### **7.1. Hereditariedade e Comportamento**

Os psicólogos conhecidos como geneticistas do comportamento estudam o grau em que a hereditariedade influencia as diferenças de comportamento e o funcionamento mental de uma dada população e os mecanismos biológicos através dos quais os genes afetam a expressão do comportamento e do funcionamento mental. Uma especial atenção é dada pelos pesquisadores ao temperamento (nível típico de atividade, sociabilidade e emotividade), mas os resultados têm mostrado que, embora parte das diferenças de comportamento sejam determinadas pela hereditariedade, a tendência é identificar também no maior fatores que exercerão influência conjunta.

### **7.2. O Processo de Socialização**

A socialização define-se como o processo de orientar a criança para comportamentos, valores objetivos e motivos que a cultura considera apropriados. A qualidade das interações sociais primárias da criança estrutura a personalidade do indivíduo de algumas formas importantes. Dois tipos de estimulação social estão associados à competência futura: a sensibilidade às necessidades e ao ritmo especial da criança e a satisfação da curiosidade. Pesquisas indicam que a sensibilidade dos pais é uma influência significativa no desenvolvimento da competência do indivíduo. Presumivelmente, a reação dos pais ensina aos bebês que os mesmos têm impacto sobre o ambiente e são capazes de lidar com experiências novas (presença de estranhos, p. ex.). Essa confiança no adulto parece traduzir-se em auto-confiança.

## **8 - O CÉREBRO, O COMPORTAMENTO E A COGNIÇÃO**

O córtex cerebral, estrutura maciça que contém cerca de três quartos dos neurônios cerebrais, é a principal estrutura utilizada no processamento de informações. Os lóbulos occipitais, na parte posterior, recebem e processam a informação visual. Os lóbulos temporais, acima das orelhas, incluem regiões que registram e sintetizam dados auditivos. Os lóbulos parietais contêm no centro regiões relacionadas com o controle da palavra, além de áreas que registram e analisam mensagens da superfície do corpo (externa e interna) sobre tato, pressão, temperatura e movimento e posição muscular. Os lóbulos frontais, na área da testa, desempenham papel particularmente importante nas atividades mentais superiores, como a formação de planos, o processamento de lembranças e a interpretação da linguagem, além de estarem relacionado com o envio de impulsos motores aos músculos.

O tálamo é uma grande coleção de corpos celulares situados no cérebro anterior, onde são processadas as informações sensoriais, além de tomar parte ativa no controle do sono e da vigília. O sistema límbico é uma coleção de aglomerados de neurônios dentro do cérebro anterior, incluindo a amígdala, o hipocampo, o septo e o giro cingulado, bem como porções do hipotálamo e do tálamo. Em combinação com o córtex, os circuitos do sistema límbico estão implicados na expressão da motivação e da emoção. São conhecidos como responsáveis por papéis essenciais na fome, sede, sono, vigília, temperatura do corpo, sexo, agressividade, medo e docilidade.

O hipotálamo parece ser a área central do sistema límbico, controlando várias funções vitais, com papel predominante na regulação do meio interno. Em nível fisiológico, o hipotálamo aciona a divisão simpática do sistema nervoso autônomo e o sistema endócrino, de modo que os recursos de energia interna possam ser redistribuídos e conservando os recursos energéticos quando estes não são necessários. Ao hipocampo são atribuídas importantes funções na memória e na organização de informações sobre a localização espacial, enquanto que a amígdala tem sido relacionada ao comportamento social.

O cerebelo, situado no cérebro posterior, atrás dos hemisférios cerebrais, também recebe informações de todo o corpo, de milhares de receptores sensoriais, mas, ao invés de entrar na consciência e evocar sensações, como no córtex, essas informações são utilizadas inconscientemente para regular a postura, o equilíbrio e o movimento. A formação reticular tem papel muito importante na ativação e no despertar do córtex, ou seja, os sinais que entram na formação reticular despertam o cérebro previamente, aumentando a probabilidade da informação causar impacto.

Cada um dos dois hemisférios cerebrais tende a se associar predominantemente a um lado do corpo no controle de movimentos e sensações, além de terem papéis distintos no processamento de informações e no funcionamento intelectual, exceto nas áreas de associações, que recebem mensagens de ambos os lados do corpo. O corpo caloso, rede maciça de cerca de 200 milhões de axônios, permite que as duas metades do cérebro dividam os seus recursos.

## 9 - PROCESSOS PSICOLÓGICOS BÁSICOS

### 9.1. Percepção

A percepção, atividade cognitiva mais fundamental, da qual emergem todas as outras, supõe numerosas atividades cognitivas, como consciência, memória, pensamento e linguagem. A atenção precede a percepção, por isso será considerada inicialmente.

**A. Atenção.** Abertura seletiva para uma pequena porção de fenômenos sensoriais. Estudos sugerem que a atenção se ativa em diversas ocasiões e pode ser caracterizada de diversas maneiras: intensidade, capacidade, direção. Necessidades, interesses e valores têm sido citados como influências importantes sobre a atenção.

O processo perceptivo complexo depende tanto dos sistemas sensórios como do cérebro. Os sistemas sensórios detectam a informação, convertem-na (ou fazem transdução) em impulsos nervosos, processam parte dela e mandam a maior parte para o cérebro via fibras nervosas. A percepção depende, portanto, de quatro operações: detecção, transdução (conversão da energia de uma forma para outra), transmissão e processamento da informação.

Nosso organismo é equipado com sistemas especiais de captação de informações, que denominamos sentidos ou sistemas sensoriais. Onze sentidos humanos foram identificados cientificamente, agrupados nos cinco sentido perceptivos: 1) visual (vista); 2) auditivo (audição); 3) somato-sensorial (tato, pressão profunda, calor, dor – mais combinações como cócegas, comichão e maciez); 4) químico (paladar, olfato); proprioceptivo (sentido vestibular, sentido cinestésico). O sentido cinestésico depende dos receptores dos músculos, tendões e articulações, e informa o posicionamento relativo das partes do corpo durante o movimento; o sentido vestibular (sentido de orientação ou equilíbrio), informa a respeito do movimento e da orientação de sua cabeça e corpo com relação à terra quando se movimentam sozinhos ou quando impulsionados. Os órgãos vestibulares estão situados nas partes ósseas do crânio em ambos os ouvidos internos.

Os sentidos detectam, realizam transdução e transmitem informações sensoriais. Cada sentido tem um elemento de detecção denominado receptor, uma única célula ou grupo de células especificamente responsável por um determinado tipo de energia. Os receptores comportam-se como transdutores, convertem a energia que entra nos sinais eletroquímicos que o sistema nervoso utiliza para a comunicação.

Muitas condições ambientais durante a infância são essenciais ao desenvolvimento de uma capacidade madura de percepção. Nos primórdios da vida, experiências negativas ou ausência de experiências necessárias podem destruir o desenvolvimento das aptidões normais, como p. ex. os efeitos da luz, de experiências visuais padronizadas e do movimento ativo. A privação sensorial afeta as pessoas de modo diferentes, dependendo de fatores como a duração, as condições durante a privação e também as características pessoais dos participantes.

A motivação pessoal, as emoções, os valores, os objetivos, os interesses, as expectativas e outros estados mentais influenciam o que as pessoas percebem. A tendência do indivíduo é dar ênfase aos aspectos dos dados de realidade que se acham em harmonia com suas crenças; as expectativas influenciam as ações que, por sua vez, afetam a conduta das pessoas percebidas. Assim também as vivências culturais podem influenciar o modo de processar a informação visual.

## 9.2. Consciência

O termo consciência tem significado múltiplo. Utilizamos a palavra para nos referirmos ao total estado de uma pessoa e/ou ao seu estado normal de vigília. A atenção parece desempenhar importante papel no direcionamento do estado de consciência. Durante as formas alteradas da consciência, a atenção pode deslocar-se automaticamente, colocando novos subsistemas no comando do comportamento.

A consciência comum em vigília está continuamente mudando, sendo influenciada pelas características pessoais persistentes e pelas circunstâncias ambientais, bem como os ritmos biológicos. As circunstâncias ambientais também estruturam o conteúdo da consciência.

## 9.3. Memória

A percepção e a consciência muitas vezes dependem de comparações entre o presente e o passado, e a aprendizagem exige a retenção de hábitos ou de novas informações, e mesmo as atividades corriqueiras dependem da capacidade de recordar.

De acordo com estudos psicológicos, três processos básicos são necessários para todos os sistemas de memória: codificação, armazenamento e recuperação. A codificação refere-se a todo o preparo de informação para a armazenagem, o que acarreta a representação do material sob uma forma com a qual o sistema de armazenagem também possa lidar. Uma vez codificada a experiência, ela será armazenada e posteriormente recuperada.

Herman Ebbinghaus publicou em 1885 a primeira investigação sistemática sobre a memória humana, com base na teoria de que a mente armazena idéias sobre as experiências sensoriais e que os acontecimentos subseqüentes no tempo e no espaço ficam ligados entre si. Assim, a memória contém milhares de impressões sensoriais interligadas. Os estudos modernos da memória baseiam principalmente em duas medidas: a recordação e o reconhecimento.

Recordação é a capacidade de lembrar-se da informação desejada quando intimados por material associado denominado sinal, sondagem, indicador ou instigação. Reconhecimento é a capacidade de escolher uma resposta que foi vista, ouvida ou lida antes, comparando-se a informação dada com a que está armazenada na memória.

**A. Memória Sensorial.** Nossos sentidos estão sendo continuamente bombardeados por grande volume de informações e, mesmo que não estejamos prestando atenção, a informação é absorvida pelos sentidos e entra em um depósito sensorial.

**B. Memória Icônica.** Refere-se à informação retida sob a forma de imagem. Devido à grande quantidade de estímulos recebidos, uma vasta proporção de informações icônicas se apaga após aprox. 250 milissegundos (processo de deterioração). Se a pessoa presta atenção ao material e/ou interpreta seu significado, a informação pode ser temporariamente preservada, transferida para o depósito a curto prazo. Quando uma nova imagem é apresentada antes que uma antiga tenha decaído, a mais recente é "sobrescrita" (mascaramento).

**C. Memória a Curto Prazo.** As pessoas podem recordar das palavras mais recentes ditas ou ouvidas por elas próprias, mesmo que tenham prestado apenas ligeira atenção, entretanto essas informações são perdidas minutos mais tarde. A memória a curto prazo tem como funções o armazenamento temporário e o armazenamento geral (selecionando material para manter momentaneamente em seu próprio depósito, transferindo experiências

para a memória a longo prazo, para um registro mais permanente, e recuperando dados dos vários sistemas de memória).

Acredita-se que os eventos são guardados no depósito a curto prazo sob a forma em que são praticados ou repetidos (a repetição pode conservar a informação por mais tempo neste depósito, retardando a deterioração). Quando uma nova informação torna difícil a recordação dos dados passados, diz-se que houve inibição retroativa. Quando o material passado interfere na retenção de novas informações, diz-se que houve inibição proativa.

**D. Memória a Longo Prazo.** Aparentemente o armazenamento na memória a longo prazo é feito por codificação, sendo o material representado por seu significado, mais do que por seu som ou aparência. Representamos provavelmente algumas experiências pelo resumo do significado e outras em formas paralelas detalhadas (imagem por imagem, som por som etc.). A recuperação da memória a longo prazo é administrada pelo sistema a curto prazo. A recuperação de fatos da memória a longo prazo também requer uma estratégia de solução de problema denominada memória de reconstrução, de reintegração, de refabricação ou criativa.

Sempre lembramos fragmentos e preenchemos as lacunas com conjecturas lógicas, surgindo com respostas precisas que muitas vezes são inexatas. Influenciadas por experiências passadas e expectativas, as reconstruções são frequentemente abreviadas, simplificadas, pré-datadas e "coladas" umas às outras de forma lógica, geralmente fabricadas de forma totalmente inconsciente. Em alguns casos, o esquecimento acontece porque o material deixa de ser representado na memória a longo prazo ou é representado de modo inexato.

A teoria da deterioração é a explicação mais racional para o esquecimento da memória a longo prazo: à medida que o tempo vai passando, a lembrança vai se desintegrando cada vez mais. Além disso, assim como nos depósitos sensórios e da memória a curto prazo, os materiais do sistema de memória a longo prazo podem interferir um no outros (inibição proativa e retroativa). As falhas de recuperação podem ser explicadas também por duas outras possibilidades prováveis: o esquecimento dependente de sinal, referente a ausência de sinais específicos no momento da codificação (ex. esquecer onde foi arquivado um documento por não tê-lo identificado de forma inequívoca); e o esquecimento motivado, que se refere à supressão consciente ou inconsciente de um pensamento ou evento perturbador. Quanto a este último, os psicólogos discordam que este tipo de esquecimento realmente exista, porque as pessoas tendem a lembrar-se mais de eventos desagradáveis do que agradáveis, além do que as lembranças que mobilizam aflição e que parecem esquecidas podem às vezes ser restauradas por métodos como a livre associação e a hipnose.

Estudos de Lee Brooks sugerem que os seres humanos têm sistemas múltiplos de memória a longo prazo que codificam, armazenam e recuperam diferentes tipos de dados sensoriais. Dados clínicos indicam que cada hemisfério do cérebro tem a aptidão de aprender materiais específicos, corroborando a idéia de que os seres humanos têm certo número de aptidões de memória fisicamente separadas.

Quando usamos o termo aprendizagem, estamos falando sobre a codificação da memória a longo prazo e sua recuperação, o que implica a transferência de dados do depósito a longo prazo para o de curto prazo. A atenção, a organização, a participação ativa, o espaçamento apropriado das sessões de aprendizagem e o emprego de reforço positivo podem melhorar a operação de codificação. Além disso, colocar novas informações na memória a longo prazo exige leitura, com busca de sentido e emprego de estratégias de processamento profundo (repetição elaborativa). O sucesso em tarefas complexas como a aprendizagem exige também a concentração de esforços e atenção focalizada.

Quando a pessoa tenta sobrecarregar a memória a longo prazo com fatos sem inicialmente ter organizado as informações, tem muita dificuldade em lembrar-se mais tarde do material. Não apenas é importante procurar a organização da matéria nova, mas também integrar as novas informações ao conhecimento já existente: quanto mais um fato estiver associado a outros na mente, melhor nossa memória o retém. A mnemônica (ou processos mnemônicos) é uma estratégia de organização para itens de difícil associação, capacitando a integração de itens sem relação mútua em agrupamentos mais significativos.

O processamento ativo é importante para a retenção da maior parte do material verbal, consistindo em volumes relativamente pequenos de informação, seguidos de teste de compreensão antes de novos volumes. Os efeitos na aprendizagem da prática massificada (aprender num único período de tempo com pouco ou nenhum descanso) e da prática distribuída (aprendizagem espaçada durante vários períodos, com pausas para descanso) foram testados por estudiosos, concluindo-se que ambas têm vantagens: a massificação é útil para ser feita às vésperas de um exame (repassar o material já estudado), enquanto que a distribuição é eficiente para trabalhar o material com maior organização e possibilita a repetição.

Pesquisas indicam que a recuperação de informações é mais fácil nas seguintes condições:

- quando a informação foi organizada durante a codificação;
- quando as condições internas durante a codificação e a recuperação são semelhantes (aprendizagem dependente do estado);
- quando as condições externas (ambiente) durante a codificação são semelhantes;
- quando a pessoa praticou a recuperação ( a prática na recuperação de dada informação torna a busca subsequente do mesmo material muito mais fácil);
- quando a ansiedade é baixa.

#### 9.4. Pensamento e Linguagem

A linguagem depende do pensamento e, até certo ponto, o pensamento depende da linguagem. Para dominar uma linguagem, uma pessoa tem que representar mentalmente alguma coisa; as palavras têm que “desfilar” em conjunto de modo ordenado. O pensamento, por sua vez, é influenciado pela linguagem, mas pode ocorrer sem ela, havendo situações em que as palavras podem até restringir ou limitar o pensamento.

O que é o pensamento? Esta palavra é utilizada para atividades mentais variadas, tais como raciocinar, resolver problemas e formar conceitos. O pensamento pode ser caracterizado por suas metas ou elementos. Durante o tempo em que estamos acordados, as idéias se misturam com lembranças, imagens, fantasias, percepções e associações. A atividade mental errante sem meta específica é chamada de pensamento não dirigido, corrente de consciência ou consciência comum de vigília. O pensamento dirigido visa a uma determinada meta, podendo ser avaliado por padrões externos: raciocínio, solução de problemas e aprendizagem são exemplos de pensamento dirigido.

Jean Piaget descobriu em suas pesquisas que as crianças pensavam de forma diferente dos adultos. Assumindo a perspectiva construcionista, afirmou que as pessoas precisam usar a imaginação para dar sentido às suas experiências, ou seja, para entender o pensamento, deve-se descobrir o que as pessoas tiram de suas experiências e o que acrescentam às suas construções. Ele acreditava que à medida que as crianças ficam mais velhas, suas capacidades para interpretar ou construir a realidade progridem em estágios até que se pareçam com as dos adultos.

Para ele, um processo de adaptação ocorre naturalmente quando os organismos interagem com seus ambientes: aprendem a enfrentar os desafios e sua capacidade mental se desenvolve automaticamente. A adaptação envolve dois subprocessos, a assimilação (recebimento e categorização de termos que já conhecem) e a acomodação (quando as situações não podem ser categorizadas em termos conhecidos, são criadas novas estratégias, modificadas ou combinadas estratégias antigas para lidar com o desafio).

Além da capacidade de adaptação, existe uma tendência de combinar dois ou mais processos físicos e/ou psicológicos em um sistema que funciona perfeitamente, chamada organização. O estilo geral do indivíduo de interagir com o ambiente, chamado esquema, se modifica continuamente por meio da assimilação e da acomodação, sempre evoluindo para padrões mais complexos. Em pontos específicos do desenvolvimento da criança, surgem esquemas característicos (estágios).

- Estágio sensório-motor (até aprox. dois anos) – desenvolvimento de capacidades cognitivas fundamentais; noção de permanência; imitação diferenciada etc – pensamento na maior parte confinado à ação.
- Estágio pré-operacional (aprox. dois a sete anos) – tornam-se capazes de pensar a respeito do ambiente pela manipulação de símbolos (inclusive palavras) que representam os ambientes: uso da linguagem, formação de conceitos simples, representação da realidade, início do aprendizado da classificação (uma dimensão de cada vez). Pensamento egocêntrico (não conseguem se colocar na posição dos outros).
- Estágio de operações concretas (aprox. 7 a 11 anos) – desenvolvimento da capacidade de usar a lógica (fazer as coisas “de cabeça”, p. ex.). Expansão da capacidade para distinguir a aparência da realidade e características temporárias de permanentes, mas ainda não são capazes de lidar racionalmente com idéias abstratas.
- Estágio de operações formais (aprox. 11 a 15 anos) – desenvolvimento da capacidade de compreensão lógica abstrata (pensar a respeito do pensamento). Conseguem checar mentalmente soluções alternativas para problemas e examinar a coerência lógica de suas crenças, bem como compreender metáforas e formular teorias.

### 9.5. Motivação

Motivo ou motivação, refere-se a um estado interno que resulta de uma necessidade e que ativa ou desperta comportamento usualmente dirigido ao cumprimento da necessidade ativante. Geralmente os motivos são estudados nas seguintes categorias:

- Impulsos básicos – visam a satisfação de necessidades relativas à sobrevivência (fome, sede, sexo, homeostase etc).
- Motivos sociais – satisfação de necessidade de sentir-se amado, aceito, aprovado e estimado.
- Motivos para estimulação sensorial – satisfação de necessidades de experiências sensoriais (modificações ambientais, atividades estimulantes, novas experiências etc).
- Motivos de crescimento – satisfação de necessidade de desenvolver competências e realizar o potencial (intimamente ligados aos motivos de estimulação, exploração e manipulação sensorial).
- Idéias como motivos – necessidade de valores, crenças e metas como guias do comportamento. A necessidade de coerência intelectual ou cognitiva frequentemente motiva comportamento, no sentido de reduzir a dissonância cognitiva (ansiedade produzida pela colisão entre conhecimentos, idéias e percepções). Nesses casos, usualmente os indivíduos procuram nova informação, mudam seu comportamento ou alteram suas atitudes. Ocorre dissonância, p.ex., quando as condições pessoais do indivíduo não são coerentes com os padrões sociais; quando uma pessoa espera uma coisa e ocorre outra; ou quando os indivíduos se empenham em comportamento que não está de acordo com suas atitudes gerais.

O psicólogo humanista Abraham Maslow propõe que os seres humanos nascem com cinco sistemas de necessidades dispostos hierarquicamente: necessidades fisiológicas, de segurança, de amor, de estima e de auto-realização. Quando um conjunto de necessidades é satisfeito, um novo conjunto o substitui. Na base da pirâmide de Maslow estão as necessidades fisiológicas (sobrevivência), que são as mais fortes e mais compulsórias, que precisam ser minimamente satisfeitas antes que as outras necessidades possam surgir. Se uma dessas necessidades não for satisfeita, ela pode dominar todas as outras.

Uma vez satisfeitas as necessidades fisiológicas, tornam-se aparentes as necessidades da pessoa sentir-se protegida, livre de perigo. Na sequência aparecem as necessidades de afeição, afiliação e pertencimento ao grupo, seguidas das necessidades de valorização e reconhecimento na comunidade, no trabalho e no lar. Quando todas as outras necessidades estão garantidas, as pessoas procuram auto-realização, esforçando-se para realizar suas capacidades potenciais e cumprir seus ideais.

## 9.6. Emoção

As emoções (ou afetos) são estados internos caracterizados por cognições, sensações, reações fisiológicas e comportamento específico expressivo, que tendem a aparecer subitamente e ser de difícil controle.

O fisiólogo americano Walter Cannon sugeriu que as respostas fisiológicas associadas às emoções proporcionam aos animais energia para o atendimento a emergências. Durante os afetos, as reações fisiológicas são geradas pelos sistemas nervosos central e autônomo e pelas glândulas endócrinas.

Sistema Nervoso Central (SNC) – os circuitos dentro do SNC despertam, regulam e integram as respostas feitas durante uma emoção. O córtex cerebral se acha envolvido na identificação, avaliação e tomada de decisões a respeito de dados sensoriais e comportamento subsequente. Os pensamentos, expectativas e percepções que surgem aqui desempenham papéis importantes em manter e dissolver afetos e o comportamento que os acompanha.

A formação reticular, uma rede de células nervosas no tronco cerebral, alerta o córtex para importante informação sensorial. Quando os dados a respeito destes eventos potencialmente despertadores de emoção filtram através deste sistema, são isolados como importantes. A formação reticular desperta o córtex, que dá à matéria sua plena atenção, pois para respondermos apropriadamente a uma emergência, temos de estar alertas.

O sistema límbico, um grupo de circuitos inter-relacionados profundamente dentro do núcleo do cérebro, desempenha um papel regulatório nas emoções e nos motivos. Uma estrutura límbica, o hipotálamo, é responsável pela ativação do sistema nervoso simpático durante emergências. O hipotálamo também está envolvido no medo e na raiva, bem como na fome, sede e sexo. Outros centros límbicos, com a amígdala e o septo, desempenham papéis na raiva, prazer, dor e medo.

- Sistema Nervoso Autônomo (SNE) – durante uma emoção intensa, muitas vezes as pessoas estão conscientes de um tumulto interno (coração acelerado, pulso mais rápido, músculos tensos, tremores etc). Estas respostas são chamadas reações autônomas porque são iniciadas pelo SNA, sistema que consiste em nervos que vão da medula espinhal e do cérebro para os músculos lisos dos órgãos internos, glândulas, coração e vasos sanguíneos. Os dois ramos do SNA, sistemas simpático e parassimpático, mantêm um ambiente interno ótimo. O parassimpático tende a ser mais ativo quando as pessoas estão calmas, e o simpático assume quando surgem emergências
- Glândulas Supra-Renais – quando ocorrem experiências despertadoras de emoções, as glândulas supra-renais liberam os hormônios adrenalina e noradrenalina. Estes mensageiros químicos estimulam muitos dos mesmos centros que o sistema nervoso simpático já ativou (incluindo os circulatórios e respiratórios). Enquanto o corpo permanecer alerta e ativo – até que a crise tenha passado ou que haja exaustão – estes hormônios são continuamente secretados.

O padrão de resposta fisiológica de uma pessoa a determinadas emoções é influenciado por idade, sexo, drogas, dieta, personalidade etc. Durante uma emoção, o comportamento, assim como os pensamentos, pode modificar as sensações. Aparentemente, as componentes variadas de uma emoção podem alterar-se mutuamente. As emoções não apenas estão misturadas umas às outras; elas também estão ligadas aos motivos. As emoções, por sua vez, geram motivos e comportamentos.

## 9.7. Inteligência

Inteligência pode ser definida como uma capacidade para atividade mental que não pode ser medida diretamente, pois consiste em muitas capacidades cognitivas distintas, inclusive as envolvidas em percepção, memória, pensamento e linguagem, cujos processos variam em eficiência. A inteligência se aplica em ajustamento em todas as esferas da vida.

Chama-se inteligência medida o desempenho em uma situação específica de teste, baseado em realizações, ou seja, hábitos e habilidades adquiridos. Francis Galton foi a primeira pessoa a pensar seriamente em testar a inteligência, mas foi o psicólogo francês Alfred Binet a criar a primeira medida prática de inteligência. O teste de Binet (ou Escala de Binet) foi criado para avaliar a equivalência entre o nível mental (em termos de habilidades) e a faixa etária da criança. As diferenças entre o nível mental e a idade cronológica serviam como o índice de inteligência.

Hoje existem centenas de testes de inteligência. A Escala de Inteligência Adulta Wechsler (EIAW), montada pelo psicólogo David Wechsler, por exemplo, é um teste atualmente usado para avaliar as capacidades mentais adultas. O QI (Quociente de Inteligência) é uma categoria que diz como um indivíduo se situa em relação a outros da mesma idade. Na verdade é uma pontuação numérica que mostra o desempenho de uma pessoa em determinado teste, em comparação com outras na mesma faixa etária. Os construtores de testes procuram produzir testes válidos que, submetidos à aplicação prática, provem que medem o que dizem medir. Neste aspecto, os testes de inteligência tradicionais, apoiados por grande quantidade de estudos e constatações práticas, são considerados válidos para determinadas situações, embora não conclusivos.

Tanto a hereditariedade quanto o ambiente influenciam as diferenças em inteligência medida, constatando-se as diferenças em ambientes empobrecidos e estimuladores da inteligência para as crianças, e também que, quanto maior a similaridade genética entre duas pessoas, tanto mais parecidos os seus escores de QI tendem a ser.

# 10 - TEORIAS DO DESENVOLVIMENTO HUMANO

O desenvolvimento humano tem sido abordado a partir de quatro aspectos básicos:

1. físico-motor – refere-se ao crescimento orgânico, maturação neurofisiológica;
2. aspecto intelectual – é a capacidade de pensamento, raciocínio;
3. afetivo-emocional – é o modo particular de o indivíduo integrar as suas experiências;
4. social – é a maneira como o indivíduo reage diante das situações que envolvem outras pessoas.

O processo de desenvolvimento biológico do ser humano é denominado maturação. Ocorre em etapas, dependendo da hereditariedade e condições ambientais adequadas.

Condições pré-natais adversas, como falta de oxigênio no útero ou uso de drogas, dificultam ou impedem a maturação. A falta de espaço físico e de alimentação adequada também interferem. A maturação biológica depende da hereditariedade, mas pode ser dificultada por fatores ambientais.

Do ponto de vista psicológico, o meio é definido como a soma de estímulos que o indivíduo recebe desde a concepção até a morte. O meio psicológico do ser humano é integrado pelos meios pré-natal (condições ambientais anteriores ao nascimento), intercelular (células somáticas circundantes e substâncias que cada célula contém) e social (grupo/sociedade onde a criança nasce e cresce).

As teorias que estudam o desenvolvimento humano consideram os quatro aspectos mencionados, mas costumam enfatizar aspectos diferentes. Algumas das principais teorias são:

### 10.1. Teoria do Desenvolvimento de Piaget

Piaget divide os períodos do desenvolvimento humano de acordo com o aparecimento de novas qualidades do pensamento:

- Período Sensorio-Motor (0 a 2 anos) – no início a vida mental é reduzida ao exercício dos movimentos reflexos. Por volta dos 2 anos, a criança evolui do estado passivo para maior participação e integração no ambiente.
- Período Pré-Operatório (2 a 7 anos) – aparecimento da linguagem. Passa a procurar a razão de tudo (fase dos porquês). Primazia do próprio ponto de vista. Surgimento ao uma escala própria de valores, pela qual passa a avaliar suas próprias ações.
- Período das Operações Concretas (7 a 12 anos) – capacidade de estabelecer relações, cooperar com os outros, trabalhar em grupo. Autonomia crescente em relação ao adulto e sentimento de pertencimento ao grupo (do mesmo sexo) mais forte.
- Período das Operações Formais (11 ou 12 anos em diante) – passagem do pensamento concreto para o abstrato (no plano das idéias). Desenvolvimento de conceitos, crescente capacidade de abstração, generalização e formulação de hipóteses. Começa a estabelecer sua moral individual, referenciada à moral do grupo.

De acordo com Piaget, a personalidade começa a se formar no final da infância, entre 8 e 12 anos, com a organização autônoma das regras, dos valores e afirmação da vontade.

### 10.2. O Desenvolvimento Infantil Segundo Vigotski

Para Vigotski, o desenvolvimento infantil é visto a partir de três aspectos:

1. Instrumental – não apenas respondemos aos estímulos ambientais, mas os alteramos e os usamos suas como um instrumento de nosso comportamento.
2. Cultural - envolve os meios socialmente estruturados pelos quais a sociedade organiza os tipos de tarefa que a criança enfrenta, e os tipos de instrumentos que ela dispõe para dominar aquelas tarefas, sendo a linguagem um dos principais.
3. Histórico - funde-se com o cultural, pois os instrumentos usados para dominar o ambiente foram criados e modificados ao longo da história social da civilização.

As crianças, desde o nascimento, estão em constante interação com os adultos, e é através dessa mediação que os processos psicológicos mais complexos tomam forma: primeiramente são interp-síquicos (partilhados), depois, à medida que a criança cresce, tornam-se intrapsíquicos.

O desenvolvimento está alicerçado sobre o plano das interações. Por meio da fala a criança começa a fazer distinções para si mesma e vai adquirindo a função de auto-direção..

As relações sociais são consideradas como constitutivas das funções psicológicas do homem, o que caracteriza o caráter interacionista da visão de Vigotski, que deu ênfase ao processo de internalização como mecanismo que intervêm no desenvolvimento das funções psicológicas complexas, fundado nas ações, nas interações sociais e na linguagem.

Vigotski considera que é no plano intersubjetivo, na troca entre as pessoas, que têm origem as funções mentais superiores.

### 10.3. Teoria do Desenvolvimento de Freud

Freud considera o desenvolvimento sexual como o núcleo em torno do qual toda a personalidade é moldada. Segundo ele a energia sexual, ou libido, é o impulso para viver e para reproduzir e está envolvida em todos os aspectos do desenvolvimento.

Ele identificou conflitos de ordem sexual nos primeiros anos de vida do indivíduo. A personalidade, assim, é moldada pelas experiências iniciais, quando as crianças passam por uma seqüência de fases psicosssexuais. Se as crianças têm concessões em excesso ou são frustradas em uma determinada fase, o desenvolvimento é interrompido.

A estrutura da personalidade, para Freud, é constituída em três instâncias: ID, EGO e SUPEREGO.

- O Id é a instância primitiva, de onde partem os impulsos, desejos e instintos primários.
- O Ego emerge nas crianças em desenvolvimento a fim de tratar de suas transações diárias com o ambiente. É controlado, realístico e lógico, atuando segundo o princípio da realidade.
- O Superego é formado do modo como as crianças se identificam com os pais e internalizam suas restrições, valores e costumes, sendo essencialmente uma "consciência moral".

Na tentativa de enfrentar o Id, o Superego e a realidade, o Ego desenvolve mecanismos de defesa, modalidades de comportamento que aliviam a tensão, Esses mecanismos de defesa são processos inconscientes pelos quais são excluídos da consciência os conteúdos indesejáveis.

Os principais Mecanismos de Defesa psicológicos descritos são repressão, negação, racionalização, formação reativa, isolamento, projeção, regressão e sublimação. Estes mecanismos podem ser encontrados em indivíduos saudáveis, mas a sua presença excessiva é indicação de possíveis sintomas neuróticos.

- Repressão - A Repressão consiste em afastar uma determinada coisa do consciente, mantendo-a à distância (no inconsciente). A repressão afasta da consciência um evento, idéia ou percepção potencialmente provocadores de ansiedade, entretanto, o material reprimido continua fazendo parte da psique, apesar de inconsciente, e continua causando problemas.
- Negação - Negação é a tentativa de não aceitar na consciência algum fato que perturba o Ego. Os adultos têm a tendência de fantasiar que certos acontecimentos não são, de fato, do jeito que são, ou que na verdade nunca aconteceram. O indivíduo recorda-se de um acontecimento de forma vívida, depois pode lembrar-se do incidente de maneira diferente e dar-se conta de que a primeira versão era uma construção defensiva.
- Racionalização - Racionalização é o processo de achar motivos lógicos e racionais aceitáveis para pensamentos e ações inaceitáveis. É um modo de disfarçar verdadeiros motivos e tornar o inaceitável mais aceitável. Usa-se a Racionalização para justificar comportamentos quando as razões para esses atos não são recomendáveis. A afirmação cotidiana de que "eu só estou fazendo isto para seu próprio bem" pode ser a racionalização do sentimento ou pensamento.
- Formação Reativa - Esse mecanismo substitui comportamentos e sentimentos que são opostos ao desejo real. Trata-se de uma inversão clara e, em geral, inconsciente do verdadeiro desejo. Não só a idéia original é reprimida, mas qualquer vergonha ou auto-reprovação que poderiam surgir ao admitir tais pensamentos em si próprios também são excluídas da consciência. Certas posições puritanas e moralistas de algumas pessoas podem ser indicativas desse processo psicológico.
- Projeção - É um mecanismo pelo qual os aspectos da personalidade de um indivíduo são deslocados de dentro deste para o meio externo. A pessoa pode,

então, lidar com sentimentos reais, mas sem admitir ou estar consciente de que a idéia ou comportamento temido é dela mesma. Sempre que caracterizamos algo de fora de nós como sendo mau, perigoso ou imoral, sem reconhecermos que essas características podem também ser verdadeiras para nós, é provável que estejamos projetando. As pessoas que negam ter um determinado traço de personalidade são sempre mais críticas em relação a este traço quando o vêem nos outros.

- Regressão - Regressão é um retorno a um nível de desenvolvimento anterior ou a um modo de expressão mais simples ou mais infantil. É um modo de aliviar a ansiedade escapando do pensamento realístico para comportamentos que reduzem a ansiedade. A regressão é um modo de defesa bastante primitivo e, embora reduza a tensão, freqüentemente deixa sem solução a fonte de ansiedade original.
- Sublimação - A energia associada a impulsos e instintos socialmente e pessoalmente constrangedores é, na impossibilidade de realização destes, canalizada para atividades socialmente meritosas e reconhecidas.
- Deslocamento - É o mecanismo psicológico de defesa onde a pessoa substitui a finalidade inicial de uma pulsão por outra diferente e socialmente mais aceita. Durante uma discussão, por exemplo, a pessoa tem um forte impulso em socar o outro e acaba deslocando tal impulso para um copo, o qual atira ao chão.

#### **10.4. Os Oito Estágios (ou Idades) do Homem, Segundo Erik Erikson**

Para Erikson o que chamamos de "personalidade" resulta da interação de 3 grandes sistemas: o biológico, o social e o individual, interdependentes e inseparáveis. O ser humano psicologicamente saudável é aquele que desenvolveu um "firme sentido de identidade", significando o reconhecimento de que ele é uma pessoa única, com passado, presente e futuro particulares.

A identidade, para Erikson, é algo que está sempre mudando e se desenvolvendo. É um processo de diferenciação crescente e cada vez mais abrangente à medida que o indivíduo se torna cada vez mais consciente das interações com outros indivíduos. Cada estágio da vida apresenta ao indivíduo um desafio característico (conflitos nucleares), desde o nascimento até a morte. Cada conflito ou crise deixa sua marca no indivíduo e na sociedade, sublinhando a continuidade das experiências humanas.

- 1º. Estágio: Confiança Básica X Desconfiança Básica – Nesta fase o bebê depende dos outros para a satisfação de suas necessidades, e sua "confiança" depende da regularidade e consistência da resposta aos seus apelos. Neste período a criança aprende a "contar" ou não com as outras pessoas. A confiança do bebê é um precursor da fé na vida adulta.
- 2º. Estágio: Autonomia x Vergonha e Dúvida - Nesta fase (aprox. 18 meses a 1 ano) a criança já experimenta seu desejo de autonomia, mas duvida quanto à sua própria capacidade e quanto à firmeza de seus pais. A vontade de fazer as coisas é evidenciada na criança, demandando dos pais a introdução de um respeito saudável, não opressivo, às regras e regulamentos.
- 3º. Estágio: Iniciativa X Culpa – (entre 2 e 5 anos) - aumenta a consciência das diferenças entre a sua própria autonomia e a dos outros. O sentimento de culpa origina-se agora da idéia de ter feito alguma coisa errada, em função de sua impulsividade. Sem culpa excessiva nem iniciativa descontrolada, esta fase pode resultar num sentimento de equilíbrio entre o permissível e as possibilidades.
- 4º. Estágio: Produtividade X Inferioridade - (aprox. 6 a 12 a) - a criança começa a adquirir as habilidades para o trabalho na sociedade, o que requer certo grau de disciplina. O sentimento de produtividade competirá com um sentimento de inferioridade, em função de comparação de desempenho no grupo e da maneira como a criança é tratada. Este estágio está relacionado à auto-estima e competência futuras.

- 5º. Estágio: Identidade X Confusão de Papéis - adolescência, começo da formulação de uma identidade (identificação de características comuns em relação a outras pessoas e particulares). O adolescente é pressionado familiar e socialmente, inclusive sobre suas possibilidades profissionais, podendo sentir-se desorientado e confuso.
- 6º. Estágio: Intimidade X Isolamento - no romance adolescente, em razão da insegurança, há uma projeção recíproca de auto-imagens, na tentativa de definição de uma identidade pessoal. A identidade às vezes é procurada por meios destrutivos no relacionamento grupal e no isolamento. A capacidade para o amor e o trabalho na vida adulta requer o equilíbrio entre essas duas tendências (intimidade e isolamento).
- 7º. Estágio: Generatividade X Estagnação - Estágio maduro da vida, necessidade de dar continuidade à espécie através da procriação. Este impulso para a paternidade pode ser dirigido também para outros interesses. Aqueles que "fazem por fazer", podem experimentar mais tarde um sentimento de estagnação.
- 8º. Estágio: Integridade X Desesperança - fase da velhice, na qual costuma-se fazer uma avaliação do que foi feito e o que se conseguiu realizar no decorrer da vida. Pode ocorrer a desesperança, em razão das limitações físicas e restrições sociais predominar o sentimento de integridade, de dever cumprido, sem lamentações e sem inquietações quanto ao futuro).

### 10.5. Rogers e a Teoria da Pessoa em Pleno Desenvolvimento

Em cada um de nós há um impulso inerente em direção a sermos competentes e capazes. Assim como uma semente contém dentro de si impulso para se tornar uma árvore, também uma pessoa é impelida a se tornar uma pessoa total, completa e auto-atualizada.

As forças positivas em direção à saúde e ao crescimento são naturais e inerentes ao organismo e os indivíduos têm a capacidade de experienciar e de se tornarem conscientes de seus desajustamentos. Os obstáculos também são aspectos normais do desenvolvimento.

Aceitar-se a si mesmo é um pré-requisito para uma aceitação mais fácil e genuína dos outros. Em compensação, ser aceito por outro conduz a uma vontade cada vez maior de aceitar a si próprio. Este ciclo de auto-correção e auto-incentivo, é a forma principal pela qual se minimizam obstáculos ao crescimento psicológico.

O amor é tão importante para a criança que ela acaba por ser guiada, não pelo caráter agradável ou desagradável de suas experiências e comportamentos, mas pela promessa de afeição que elas encerram. A criança começa a agir da forma que lhe garante amor ou aprovação, sejam os comportamentos saudáveis ou não para ela. As crianças podem agir contra seu próprio interesse, tentando agradar os outros.

Comportamentos ou atitudes que negam algum aspecto do Self (Eu) são chamados de condições de valor. Essas condições de valor são os obstáculos básicos à exatidão da percepção e à tomada de consciência realista. Na medida em que essas atitudes e ações são idealizadas, elas constituem áreas de incongruência pessoal. De forma extrema, as condições de valor são caracterizadas pela crença de que "preciso ser respeitado ou amado por todos aqueles com quem tenho contato".

O crescimento é impedido na medida em que a pessoa nega impulsos diferentes do auto-conceito artificialmente "bom". Para sustentar a falsa auto-imagem a pessoa continua a distorcer experiências: quanto maior a distorção maior a probabilidade de erros e da criação de novos problemas.

A terapia centrada no cliente de Rogers esforça-se por estabelecer uma atmosfera na qual condições de valor prejudiciais possam ser postas de lado, permitindo, portanto, que as forças saudáveis de uma pessoa retomem sua dominância original. Uma pessoa recupera a saúde reivindicando suas partes reprimidas ou negadas.

# 11 - PERSONALIDADE

O vocábulo personalidade se origina de persona ou personare, que na língua latina significava “soar através”, expressão que se referia à máscara que os atores do antigo teatro grego utilizavam para caracterizar as personagens que representavam. Assim, no senso comum, permanece a idéia de que personalidade é aquilo que é refletido, que é mostrado por meio dos papéis sociais que as pessoas desempenham.

O estudo sistemático da personalidade e do caráter (traços de personalidade com sentido ético ou social) começou com Hipócrates, o primeiro a elaborar uma teoria de tipos. Considerando o temperamento o aspecto mais importante da personalidade, ele agrupou os homens em quatro tipos: coléricos, sanguíneos, fleumáticos e melancólicos. Essa tipologia foi adotada por Pavlov, com a diferença de atribuir ao constituinte nervoso (teoria fisiológica) a base para a classificação dos tipos. Atualmente as tipologias baseadas em morfologia e temperamento têm valor bem limitado.

Uma definição hoje amplamente aceita de personalidade é como um conjunto de traços e características singulares, típicas de uma pessoa, que a distinguem das demais. Esse conjunto abrange, necessariamente, a constituição física, alicerçada nas disposições hereditárias, os modos de interação do indivíduo com o mundo; seus hábitos, valores e capacidades; suas aspirações; seus modos experimentar afetos e de se comportar em sociedade e maneira peculiar de lidar com o mundo, incluindo as defesas para se proteger das pressões e ajustamento ao contexto social, constituindo um estilo de vida próprio.

Assim sendo, a personalidade diz respeito à totalidade daquilo que somos, não apenas hoje, mas do que fomos e do que aspiramos ser no futuro. Implica, também, que esse modo de ser só pode ser entendido dentro de um contexto sócio-histórico, geográfico e cultural.

## 11.1. Os Determinantes da Personalidade

Em que se alicerça essa totalidade dinâmica que é a personalidade, e como se processa a sua formação? Uma das principais controvérsias da psicologia diz respeito aos considerados dois grandes fatores na formação da personalidade: hereditariedade x meio.

- Hereditariedade: estudos feitos com gêmeos univitelinos em casos de psicoses (Breuler) e práticas criminosas (Lange). Os estudos de Galton sobre genialidade com militares e artistas, a partir de árvores genealógicas, reforçaram a concepção de que a hereditariedade tem peso decisivo na formação da personalidade.
- Meio ambiente: casos como o de Vítor, o selvagem de Aveyron (século XVIII) e de Amala e Kamala, de 2 e 7 anos, chamadas “meninas-lobo”, que viviam numa caverna em companhia de lobos, quanto à aprendizagem de condutas tipicamente humanas, serviram aos cientistas partidários da idéia de preponderância decisiva das influências ambientais na configuração da personalidade.

Hoje já não há dúvidas de que tanto a hereditariedade quanto meio são decisivos para a formação da personalidade, e que a sua constituição dependerá das interações entre um e outro fator. Por exemplo, nem o meio mais favorável poderá tornar um gênio uma pessoa cuja constituição genética tenha-lhe reservado um déficit intelectual, assim como o processo de maturação, próprio da espécie humana, pode sofrer alterações importantes, favoráveis ou desfavoráveis ao indivíduo, em função da influência do meio.

A maneira como se processam as influências ambientais têm sido alvos de vários estudos psicológicos mais recentes, principalmente no início da vida da criança. Freud considera as primeiras experiências infantis, principalmente nos cinco primeiros anos, decisivas para as interações pessoais do indivíduo e para o tipo de personalidade a ser formada, bem como para a formação de neuroses, no caso de relações afetivas negativas.

Erikson, em seus estudos sobre a formação da identidade, afirma que os primeiros períodos de desenvolvimento do indivíduo são marcados pelo tipo e qualidade das interações entre a criança e o meio, daí dependendo a maior ou menor intensidade de sentimentos de

segurança, confiança, autonomia, iniciativa etc. Para ele, do nascimento à morte, o que acontecer na vida de uma pessoa pode provocar modificações em sua personalidade. Alport endossa essa afirmação, apontando a dinamicidade como um dos princípios fundamentais para a constituição da personalidade.

## 11.2. Teoria Implícita da Personalidade

A maioria das pessoas tem uma "teoria implícita" a respeito da personalidade humana, isto é, um conjunto de crenças e inferências acerca da personalidade dos outros. Em geral, a partir de um traço atribuído, faz-se inferência de muitos outros, sem qualquer informação a respeito. Por exemplo, ao inferir que uma pessoa é inteligente, possivelmente outros atributos como "competente", "criativo", "eficiente" e outros traços não necessariamente relacionados serão atribuídos ao indivíduo. Essa tendência de alastrar a positividade ou negatividade é chamada pelos estudiosos de efeito de halo.

Supõe-se que as categorias que compõem a teoria implícita da personalidade se formam em função das características que cada um julga importantes, estando implicada neste caso a questão da complexidade cognitiva. Ou seja, quanto mais maduro e complexo o indivíduo, ou mais sofisticado cognitivamente, possivelmente mais apto estará para apreciar as muitas dimensões e paradoxos da personalidade individual.

A teoria implícita da personalidade pode ser constatada pela existência de idéias largamente compartilhadas a respeito de grupos étnicos (negros, índios, japoneses etc), grupos profissionais (advogados, médicos etc) ou outros tipos de grupos. Trata-se de uma supergeneralização de uma característica para toda uma categoria ou grupo de pessoas, provavelmente vinculada aos sistemas de crenças e valores dominantes, denominada estereótipo. Em se tratando de uma generalização, o estereótipo se constitui em uma grande fonte de erros na percepção social, utilizado, no entanto, por muitas pessoas para perceber as outras.

Por personalidade, então, enfatiza Davidoff, podem ser entendidos os padrões relativamente constantes e duradouros de perceber, pensar, sentir e comportar-se de cada indivíduo. Personalidade é um constructo sumário que inclui pensamentos, motivos, emoções, interesses, atitudes, capacidades e fenômenos semelhantes.

Freud acreditava que as pessoas continuamente projetam percepções, emoções e pensamentos no mundo externo sem estarem conscientes disso. Os testes projetivos foram criados para revelar este mundo inconsciente de sentimentos e impulsos. Tais como os testes, as teorias da personalidade também surgiram de observações e experimentos controlados, frequentemente apoiadas em estudos de um grande número de pessoas. As teorias da personalidade são inclinadas a associar-se às perspectivas psicanalíticas, cognitivas, behavioristas e humanistas.

## 11.3. Teorias Psicodinâmicas da Personalidade

### A. A Teoria Psicanalítica de Sigmund Freud.

Enquanto tratava de seus pacientes neuróticos, Freud observava tudo cuidadosamente e buscava "insights" que lhe permitissem entender a personalidade humana, elaborando gradualmente uma teoria que chamou de psicanálise, na qual ele explicava a sua percepção de normalidade e anormalidade psicológica, assim como o tratamento do indivíduo "anormal".

Para ele, as pessoas estão conscientes apenas de um pequeno número de pensamentos, memórias, sentimentos e desejos. Outros são pré-conscientes, enterrados logo abaixo da percepção, de onde são fáceis de recuperar, e a vasta maioria é inconsciente. Este material inconsciente entra na consciência de forma disfarçada, em sonhos, lapsos de linguagem, enganos, acidentes e durante a livre associação (neste processo a pessoa fala a respeito de tudo que lhe vier à mente, sem inibições). Os impulsos, lembranças de experiências de infância, conflitos psicológicos e alguns componentes da personalidade tendem a ser inconscientes.

Os impulsos sexuais desempenham um papel importante nas formulações de Freud, os quais geram uma quantidade de energia psíquica chamada libido para comportamento e atividades mentais. A energia psíquica é paralela, mas diferente da energia física. Se os impulsos sexuais não forem satisfeitos, a energia psíquica acumula pressão que, se não puder ser reduzida ou descarregada, aparecerá em forma de comportamento anormal.

De acordo com Freud, a personalidade consiste em três componentes importantes, id, ego e superego, que concorrem continuamente pela energia psíquica disponível. O id encontra-se no núcleo primitivo da personalidade e é o domínio dos impulsos; não tem organização lógica, por isso os impulsos contraditórios podem existir lado a lado. Os impulsos e experiências reprimidas (forçadas para fora da consciência) podem permanecer inalterados indefinidamente no id porque neste há falta de sentido de tempo. O id não tem valores morais e é dominado pelo princípio do prazer, pressionando continuamente o indivíduo pela satisfação imediata dos impulsos, pois não pode tolerar acumulação de energia. Para reduzir a tensão, o id usa o pensamento de processo primário, formando uma imagem de um objeto desejado associada à satisfação do impulso e, ao usar este tipo de pensamento, não pode distinguir entre imagens e o mundo externo. O sonho e as alucinações (experiências sensoriais sem base em realidade) são exemplos de pensamento de processo primário.

O ego emerge nas crianças em desenvolvimento a fim de tratar de suas transações diárias com o ambiente, à medida que aprendem que há uma realidade à parte de suas próprias necessidades e desejos. Sendo uma parte do id que foi modificada por sua proximidade com o mundo externo, uma das principais tarefas do ego é localizar objetos reais para satisfazer as necessidades do id, logo tem de tratar tanto das exigências do meio como arranjar transigências. Diferentemente do id, o ego é controlado, realístico e lógico, atuando segundo o princípio da realidade, adiando a gratificação dos desejos do id até que seja encontrada uma situação ou objeto apropriado. O ego usa o pensamento de processo secundário: cria estratégias realísticas para satisfazer os impulsos do id. Devaneio é um exemplo de processo secundário, pois raramente as pessoas confundem fantasias com realidades.

O superego é formado do modo como as crianças se identificam com os pais e internalizam suas restrições, valores e costumes, sendo essencialmente uma consciência. Originário do ego, funciona de modo independente, recompensando o ego por comportamento aceitável e criando sentimento de culpa quando as ações e pensamentos se colocam contra princípios morais. Assim como o id, o superego trabalha para atender a metas morais, não simplesmente realísticas, e forçar o id a inibir impulsos primitivos.

Segundo Freud, o ego tem que fazer o melhor para conciliar as exigências do id, do superego e da realidade, e quanto mais intensos os conflitos, tanto mais energia psíquica é necessária para resolvê-los, sobrando menos energia para as funções mentais superiores, como pensamento racional e criatividade. Reconhecendo o perigo de expressar impulsos primitivos, ele sente ansiedade quando pressionado pelo id e, para reduzir a ansiedade, o ego pode banir os impulsos da percepção e redirigi-los para canais aceitáveis ou expressá-los diretamente. Todas as vezes que o ego cede ao id, o superego pune o ego gerando um senso de culpa e inferioridade, assim, na tentativa de enfrentar o id, o superego e a realidade, o ego desenvolve mecanismos de defesa, modalidades de comportamento que aliviam a tensão.

Freud acreditava que a personalidade é moldada pelas experiências iniciais, quando as crianças passam por uma sequência de fases psicosssexuais. Segundo ele, a libido (energia sexual) centra-se em diferentes regiões do corpo à medida que prossegue o desenvolvimento psicológico. Três áreas – boca, ânus e órgãos genitais – conhecidos como zonas erógenas, são intensamente sensíveis à estimulação prazerosa. Em cada fase do desenvolvimento, uma zona predomina: as pessoas procuram objetos ou atividades que produzam essas experiências agradáveis. Se as crianças têm concessões em excesso ou são privadas e frustradas de modo indevido em uma determinada fase, o desenvolvimento é interrompido e a libido se fixa lá. A fixação envolve deixar uma parte da libido – a quantidade varia com a seriedade do conflito – permanentemente instalada nesse nível do desenvolvimento. Assim, o comportamento adulto do indivíduo será caracterizado por

modalidades de obter satisfação ou reduzir tensão ou por outros traços ou atitudes que são típicos da fase em que ocorreu a fixação.

#### **11.4. Teorias Fenomenológicas da Personalidade**

Concentram-se em procurar compreender os “eus” e suas perspectivas únicas da vida. Seus teóricos supõem que as pessoas sejam organismos integrados que não podem ser compreendidos pelo estudo das partes componentes. O eu é usualmente definido como um modelo interno (imagem, conceito ou teoria), formado através de interações com o mundo. Este modelo do eu influencia as ações que, por sua vez, afetam o modelo do eu. Lutar pela auto-realização é considerado como o principal motivo humano, sendo diminuída a importância dos impulsos fisiológicos inferiores.

##### **A. A Teoria do EU de Carl Rogers.**

Rogers define o “eu” ou “autoconceito” como um padrão organizado, coerente, de características percebidas do “eu” ou “mim”, juntamente com os valores concedidos a esses atributos. Esse autoconceito é desenvolvido pelas crianças pela observação do seu próprio comportamento e do comportamento dos outros, atribuindo a si mesmas traços específicos e valores negativos ou positivos às autodescrições. Os autoconceitos evoluem lentamente, à medida em que as crianças interagem com outras e com seus ambientes.

Rogers supõe que os seres humanos lutam para manter coerência entre experiências e auto-imagem, permitindo que as situações que concordam com o autoconceito penetrem a consciência e sejam percebidas com exatidão, enquanto que as experiências conflitantes tendem a ser impedidas de entrar na consciência e a ser percebidas inexatamente.

A infância é tida como uma fase crucial para o desenvolvimento da personalidade, enfatizando os efeitos duradouro dos primitivos relacionamentos e da satisfação da necessidade de consideração positiva, calor e aceitação. As crianças, segundo ele, farão sempre qualquer coisa para satisfazer estas necessidades, e muitas vezes, buscando obter aprovação parental, distorcem ou negam suas próprias percepções, emoções, sensações e pensamentos, o que resulta posteriormente em problemas.

As pessoas que negam ou distorcem seus próprios aspectos importantes têm auto-imagens incompletas, irrealísticas e julgam-se ameaçadas pelas experiências que conflitam com estes autoconceitos. Para deixarem de fora eventos inquietadores, as pessoas desajustadas tendem a construir defesas rígidas e não podem realizar seu próprio potencial porque não o compreendem e porque se afastam de muitos tipos de experiências. Por outro lado, os indivíduos bem ajustados são abertos a experiências e confiam em si mesmos para decisões e escolhas. Para Rogers a incongruência – discrepância entre a autopercepção e o eu ideal, jaz no núcleo de todas as perturbações psicológicas.

Mesmo reconhecendo que a hereditariedade e o ambiente limitam a personalidade de determinadas maneiras, Rogers focaliza os limites auto-impostos que usualmente podem ser dilatados. A fim de promover o crescimento, o indivíduo precisa ser aceito e valorizado no seu ambiente, o que vai facilitar a auto-aceitação e a abertura para a auto-realização.

#### **11.5. Teorias Disposicionais da Personalidade**

Tipificar as pessoas, colocá-las em categorias de personalidade, é uma outra maneira de descrever as disposições da personalidade. Tipificar supõe que os traços de personalidade geralmente se aglomeram. Jung classificava as pessoas como predominantemente introvertidas (acanhadas, preocupadas com os próprios sentimentos) ou extrovertidas (sociáveis, expansivas). As teorias disposicionais formais da personalidade procuram descrever e classificar as pessoas pelos traços ou tipos (aglomerados de traços). Elas retalham uma personalidade em componentes específicos, supondo-se que cada característica seja relativamente duradoura no decorrer da amplitude de vida a através de diferentes situações.

##### **A. A Teoria dos Traços de Raymond Cattell.**

Cattell acreditava que uma teoria da personalidade deveria permitir a predição do que uma certa pessoa faria em situação específica, dedicando-se à construção de um estudo das influências genéticas e culturais sobre a personalidade. Começou definindo e medindo os principais componentes da personalidade, compondo após vários anos de pesquisa dezesseis agrupamentos (traços) como dimensões básicas da personalidade (traços-fonte). Estes traços ou características básicas parecem ser influenciados por dotação genética e são relativamente estáveis ao longo da vida (p. ex. tímido, sério, conservador, confiante, submisso, etc). A fim de prever como um indivíduo responderia a um determinado ambiente, Catell criou a equação de especificação, onde os traços da pessoa são ponderados por sua importância para a situação de interesse (os mais relevantes recebem mais peso). A equação de especificação permite combinar a personalidade de um indivíduo com um requisito do cargo p. ex.

**B. A Teoria dos Tipos de William Sheldon.**

Sheldon defendia que as pessoas com um determinado tipo de corpo tendem a desenvolver tipos específicos de personalidade. Os corpos masculinos foram caracterizados segundo a extensão em que possuíam três componentes físicos: endomorfia, mesomorfia e ectomorfia, correspondendo a estes três tipos de personalidade: viscerotonia (tipo endomórfico mole, arredondado – apreciador de conforto, sociável, glutão, bom temperamento); somatotonia (tipo mesomórfico duro, forte, atlético – afirmativo, agressivo, direto, corajoso, dominante) e cerebrotonia (alto, magro, frágil, sistema nervoso sensível – inibido, temeroso, auconsciente).

## **11.6. Teorias Behavioristas da Personalidade**

**A. O Behaviorismo Radical de B. F. Skinner.**

Na opinião de Skinner, a personalidade é essencialmente uma ficção, pois as pessoas vêem o que as outras fazem e inferem características subjacentes (motivos, traços, capacidades) que existem principalmente na mente do observador. Para ele o comportamento pode ser explicado por forças genéticas e ambientais, sendo a conduta de um indivíduo em qualquer ambiente, controlada por muitas circunstâncias essencialmente independentes, dependendo de sua história de aprendizagem e das condições correntes. Skinner vê as pessoas como essencialmente organismos passivos, lócus onde as coisas acontecem.

O behaviorismo radical insiste em que apenas os comportamentos observáveis deveriam ser incluídos numa teoria científica. Para Watson, os comportamentos habituais, que são modificados e expandidos ao longo da vida, constituem a personalidade. As mudanças da personalidade ocorrem por meio da aprendizagem, que é mais rápida no começo da vida, quando os padrões de hábitos estão se formando.

A abordagem comportamental preocupa-se com a natureza funcional do comportamento, ou seja, o modo como o comportamento interage com o meio. A experiência subjetiva é considerada apenas na medida em que se manifeste sob a forma de um comportamento observável. O behaviorismo supõe que as ações das pessoas são determinadas por fatores externos, e não por forças internas ao indivíduo. A posição determinista dos behavioristas suscitou longos debates com os humanistas, que advogam a liberdade de escolha e ação do indivíduo.

**B. O Enfoque da Aprendizagem Cognitiva Social de Walter Mischel e Albert Bandura.**

Acreditando, como Skinner, que o comportamento é em geral específico a determinada situação, Mischel vê os seres humanos, por outro lado, como solucionadores de problemas conscientes, organizados de modo único, complexos e ativos, capazes de tirar proveito de experiências e capacidades cognitivas, ou seja, construtores ativos de seus próprios mundos. Para ele, a aprendizagem é uma determinante poderosa do comportamento: todos os seres humanos têm algumas coerências internas, mas cada pessoa é organizada de um

modo único, motivo pelo qual é quase impossível generalizar questões relativas a personalidade.

Propôs que o estudo da personalidade olhasse para além do indivíduo sem descartar sua singularidade, questionando em que medida as situações e a personalidade contribuem para o comportamento. Mischel contestou o conceito de traços de personalidade como predisposições amplas, discordando da idéia do comportamento similar em várias situações (coerência situacional). Para ele o comportamento é específico da situação, e depende das conseqüências (recompensas e punições) que ele produz. Espera-se coerência apenas quando o mesmo comportamento é reforçado numa variedade de situações ou se uma pessoa é incapaz de discriminar as situações.

A idéia é que as pessoas têm padrões distintos para a relação entre situação e comportamento, ou seja, é a relação situação-comportamento e não o comportamento em geral que define os traços. Relações coerentes situação=comportamento são características de tipos de personalidade e de indivíduos. De acordo com Mischel, a variação situacional não deveria ser considerada um problema para a teoria da personalidade, pois a capacidade de discriminar entre situações indica boa adaptação, enquanto que um comportamento coerente (similar) em diferentes situações significa má adaptação.

Em lugar dos traços de personalidade, Mischel propõe que sejam considerados no estudo da personalidade vários processos psicológicos que se desenvolvem no interior do indivíduo e permitem sua adaptação ao meio, que seriam as variáveis cognitivas. Mischel considerava que, ao invés de avaliar a coerência da personalidade com base em comportamentos similares em várias situações, a pessoa comum procura a coerência ao longo do tempo em comportamentos característicos de um determinado traço (prototípicos). Um protótipo é um exemplo típico de uma categoria, ou representações abstratas de determinados tipos de personalidade como, p. ex., introvertidos e extrovertidos. Os protótipos podem ser ordenados em categorias amplas ou estreitas, e incluem estereótipos sociais.

O que uma pessoa pode (sabe ou é capaz de) fazer ou pensar é avaliado em termos de competência de construção comportamental e cognitiva, que podem gerar comportamentos diversos sob condições apropriadas, e variam bastante de pessoa a pessoa. O comportamento da pessoa vai depender não apenas de saber como fazer (competência) mas também de suas expectativas internas, subjetivas, que vão determinar o seu desempenho.

Assim como Mischel, Albert Bandura enfatiza os conceitos de personalidade que reconhecem a importância do contexto social. A proposta de Bandura é que os seres humanos aprendem observando. Contrariando o pressuposto tradicional de que a aprendizagem só ocorre se existir reforço, Bandura afirma que o reforço fornece os incentivos para o desempenho mas não é imprescindível para a aprendizagem.

Bandura explorou o papel da modelagem no desenvolvimento infantil por meio de investigações de uma grande variedade de comportamentos. Segundo ele, a exposição a modelos adultos pode provocar uma variedade de efeitos, inclusive a elevação do nível de raciocínio moral ou um aumento do comportamento agressivo. Os modelos também podem influenciar o desenvolvimento de padrões de comportamento nas crianças. Um contexto social que transmite valores positivos para padrões elevados, leva à interiorização desses padrões nas crianças.

A modelagem como estratégia para produzir mudanças pode ter efeitos importantes sobre o comportamento: a função informativa dos resultados observados; aprendizagem de discriminação; efeitos de incentivo motivacional; condicionamento vicariante e extinção de excitação; modificação do status do modelo. Bandura afirma que nada que não for observado será aprendido, ou seja, dá ênfase aos processos de atenção, que são influenciados também pelas características do observador, como capacidades sensoriais, nível de excitação, motivação, conjunto perceptivo e reforços passado.

A retenção ocorre por meio de representações imaginadas, como imagens de lugares ou pessoas familiares e pela codificação verbal. A codificação simbólica facilita a retenção. O comportamento que está sendo modelado tem que ser reproduzido a partir de sua

codificação memorizada (processo de reprodução motora). Não se pode emitir nenhuma resposta que esteja além das capacidades físicas do indivíduo.

Os processos motivacionais foram considerados por Bandura como fator importante para a aprendizagem. Segundo ele, a não ser que esteja motivada, uma pessoa não produzirá um comportamento aprendido, e essa motivação provém de reforços externos ou baseados na observação de modelos que são recompensados. As pessoas são capazes de interiorizar os processos motivacionais, tornando-se auto-reguladas e fornecendo auto-reforço para grande parte de seu comportamento.

Bandura propôs o conceito de determinismo recíproco, o qual se refere à influência que a pessoa, o meio e o comportamento exercem uns sobre os outros, enfatizando que o meio não é apenas causa, mas também um efeito do comportamento. Dependendo de suas personalidades, as pessoas escolhem de modo diferente as situações. Uma compreensão plena da personalidade requer o reconhecimento das influências mútuas entre personalidade, situação e comportamento, observando-se também que o comportamento pode ser uma causa e não simplesmente um efeito, uma vez que em alguns casos os próprios comportamentos predizem outros comportamentos melhor do que o faria a personalidade ou a situação.

Para ele, as pessoas têm um controle significativo sobre seu próprio comportamento, variando a eficiência com que esse controle é exercido. Há casos em que as pessoas protelam a realização de projetos, ou se empenham em dificultar sua própria vida; e situações em que o indivíduo explora ao máximo seu potencial. A auto-eficiência é específica para cada comportamento e pode ser mudada pela aprendizagem. Bandura considerava a auto-eficiência especificamente para domínios particulares do comportamento, podendo uma pessoa ter uma auto-eficiência elevada para um comportamento e baixa para outro, portanto as medidas de eficiência que se referem a uma situação particular predizem melhor do que as medidas globais. Bandura faz uma distinção entre auto-eficiência (a crença de que se tem a capacidade para desempenhar o comportamento) e expectativa de resultados. Este último conceito refere-se à crença de que, se for bem feito, o comportamento produzirá os resultados desejados. Ambos os tipos de expectativa tem que ser altos para que uma pessoa realize um determinado comportamento.

Um sentimento de auto-eficiência leva a persistência diante dos contratemplos na realização de uma tarefa. A persistência, por sua vez, acaba provocando um sucesso maior. A eficiência aumenta quando os sujeitos adquirem um domínio progressivo da tarefa, melhorando gradualmente o seu desempenho. Essa eficiência, por sua vez, melhora as futuras tomadas de decisão. Além da eficiência individual, Bandura propõe que um senso de eficiência coletiva ocorre quando os grupos acreditam que eles, enquanto grupo, conseguem fazer o que tem que ser feito. O seu modelo de determinismo recíproco sugere que a eficiência pessoal e a coletiva teria, por sua vez, efeitos adicionais sobre o comportamento e as situações.

Segundo Bandura, "é dentro do quadro do determinismo recíproco que o conceito de liberdade ganha sentido. Pelo fato de as concepções, o comportamento e as ambições das pessoas serem determinantes recíprocos uns dos outros, os indivíduos nem são objetos impotentes controlados por forças ambientais, sem agentes inteiramente livres que podem fazer o que bem entenderem." A liberdade é definida como a possibilidade de Ter opções de escolhas, sendo afetada, no nível pessoal, por fatores como um aumento de competência e, no nível da sociedade, por opções e resultados comportamentais. As forças sociais podem incentivar ou impedir o desenvolvimento individual e podem estimular ou desestimular as ações desejáveis.

Mischel e Bandura ampliaram o papel da cognição como uma importante variável da personalidade humana. Mischel indicou a incoerência da teoria de traços da personalidade, mostrando que o comportamento varia muito mais em função das situações, propondo a existência de variáveis cognitivas pessoais para explicar os comportamentos diferenciados. Mischel investigou também a capacidade de adiar a gratificação nas crianças, ou seja, o desenvolvimento de estratégias para evitar os comportamentos impulsivos. Bandura demonstrou a influência dos modelos no comportamento infantil. O seu conceito de determinismo recíproco descreve as influências mútuas entre a pessoa, o meio e o

comportamento. Seu conceito de auto-eficiência indica a crença do indivíduo na própria capacidade de realização, e esta crença pode ser ampliada pela terapia.

## 12 - BREVE HISTÓRIA DA LOUCURA

No Renascimento (séc. 16) a loucura significava ignorância, ilusão, desregramento de conduta, desvio moral. É vista como oposição à razão, esta entendida como instância de verdade e moralidade.

Na Época Clássica ( sécs. 17 e 18) a designação de louco ainda não dependia da ciência médica e sim da percepção de instituições como a igreja , a justiça e a família tinham do indivíduo, por critérios baseados em transgressão da lei e da moralidade.

No final do séc. 17 foi criado em Paris o Hospital Geral, uma instituição assistencial onde não havia tratamento e os loucos integravam um composto por todos os segregados da sociedade. O critério de exclusão baseava-se na inadequação do indivíduo à vida social.

Na segunda metade do séc. 18, iniciaram-se reflexões médicas e filosóficas que situavam a loucura como alienação. Criou-se então a primeira instituição destinada exclusivamente à reclusão dos loucos, o asilo, assumindo o médico o papel de autoridade máxima e sendo a ação da Psiquiatria de cunho moral e social. A cura da doença mental ocorreria a partir de uma liberdade vigiada e no isolamento.

A Psiquiatria clássica considera os sintomas como sinal de um distúrbio orgânico, ou seja, a doença mental tem origem endógena (dentro do organismo), seja de natureza anatômica ou fisiológica. Nessa abordagem os quadros patológicos são tratados com químicos com administração intensiva e controlada.

Para a Psicanálise (Freud), o que distingue o normal do anormal é uma questão de grau e não de natureza, pois tanto nos indivíduos "normais" quanto nos "anormais" existem as mesmas estruturas de personalidade e de conteúdo que, mais ou menos ativados, são responsáveis pelos distúrbios no indivíduo (estruturas neuróticas e psicóticas). Os quadros clínicos são assim definidos por Freud:

Neurose – os sintomas – distúrbios do comportamento, das idéias ou dos sentimentos) são a expressão simbólica de um conflito psíquico que tem suas raízes na história infantil do indivíduo. As neuroses podem ser subdivididas em:

- Neurose obsessiva – este tipo de conflito leva a comportamentos compulsivos (como lavar-se exaustivamente) ou ter idéias obsedantes de perseguição. Ao mesmo tempo ocorre uma luta contra esses pensamentos e dúvidas quanto ao que faz ou fez.
- Neurose fóbica ou histeria de angústia – a angústia é fixada num objeto exterior; sendo a fobia o sintoma central.
- Neurose histérica ou histeria de conversão – o conflito psíquico é simbolizado em sintomas corporais ocasionalmente (em crises), em forma, p. ex. de crises de choro, paralisias, úlcera etc.
- Neurose traumática – caracteriza-se pelo pensamento obsessivo no acontecimento traumatizante, ocasionando perturbações no sono, p. ex.
- Psicose – refere-se a uma perturbação intensa do indivíduo na relação com a realidade, ocorrendo uma ruptura entre o ego e a realidade, com posterior reconstrução do ego de acordo com os desejos do id. Subdividem-se em:
- Paranóia – caracterizada por um delírio mais ou menos sistematizado, articulado sobre um ou vários temas (ex. delírios de perseguição, de grandeza). Não há deterioração da capacidade intelectual.
- Esquizofrenia – caracteriza-se por afastamento da realidade. O indivíduo entra num processo de centramento em si mesmo, no seu mundo interior, progressivamente enredando-se em suas próprias fantasias. Manifesta incoerência ou desagregação do pensamento, das ações e da afetividade. Os delírios são acentuados e mal

sistematizados. É um quadro progressivo, que leva à deterioração intelectual e afetiva;

- Mania e melancolia ou psicose maníaco-depressiva – caracteriza-se pela oscilação entre o estado de extrema euforia (mania) e estados depressivos (melancolia).

A abordagem psicológica encara os sintomas e, portanto, a doença mental, como desorganização da personalidade. As doenças mentais definem-se a partir do grau de perturbação da personalidade, isto é,, do grau de desvio do que é considerado padrão ou normal. As psicoses são assim consideradas como distúrbios da personalidade total, envolvendo o aspecto afetivo, de pensamento, de percepção de si e do mundo. As neuroses referem-se a distúrbios de aspectos da personalidade, permanecendo íntegras a capacidade de pensamento, de estabelecimento de relações afetivos.

### 12.1. Distúrbios de Personalidade

Um transtorno da personalidade representa uma variação dos traços de caráter de um indivíduo, variação esta que vai além da faixa encontrada na maioria dos indivíduos. Os pacientes com transtorno da personalidade apresentam padrões entranhados e mal-ajustados de relacionamento e não sentem ansiedade acerca de seu comportamento mal-adaptativo. Assim, não percebem a dor causada pelo que a sociedade percebe como sendo seus sintomas. É importante salientar que os transtornos de personalidade não impedem a vida social, apesar de torná-la mais difícil. (Cf. Manual Diagnóstico e Estatístico de Doenças Mentais – DSM IV)

Os fatores genéticos contribuem na gênese dos transtornos da personalidade, assim como fatores temperamentais têm sido identificados na infância e podem estar associados com transtornos da personalidade na idade adulta. Por exemplo, crianças com comportamento medroso podem desenvolver personalidades esquivas. Um fraco ajuste entre temperamento e práticas de criação infantil (p.ex. criança ansiosa criada por mãe ansiosa), bem como disfunção no Sistema Nervoso Central (visível nas personalidades anti-social e borderline) também podem levar a transtornos de personalidade. Dentre os fatores biológicos pode-se citar a influência dos níveis hormonais, como testosterona (relacionado à agressividade), endorfina e serotonina (associados à depressão) e a eletrofisiologia (condutividade elétrica do sistema nervoso relacionada a alterações comportamentais).

**A. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE PARANÓIDE** - caracteriza-se por suspeitas constantes e desconfiança quanto às pessoas em geral, ciúme patológico, tendência a interpretar ações alheias como humilhantes ou ameaçadoras, projeção de impulsos e pensamentos que são incapazes de aceitar em si nos outros indivíduos, frieza emocional, seriedade, discurso lógico e objetivo baseado em premissas falsas.

**B. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE ESQUIZÓIDE** - os pacientes com transtorno da personalidade esquizóide apresentam retraimento social, introversão, não toleram o contato visual direto, têm afeto limitado ou inadequadamente sério, discurso objetivo e podem revelar um sentimento de injustificada intimidade com pessoas que mal conhecem ou a quem não vêem há muito. Têm empregos não-competitivos e solitários, com pouco contato humano ( ex.: operador noturno de computador, vigia noturno) e vida sexual no plano da fantasia. Alguns investem muita energia afetiva em interesses não-humanos, como matemática e astronomia.

**C. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE ESQUIZOTÍPICA** - os pacientes com transtorno da personalidade esquizotípica são mais esquisitos e excêntricos do que os esquizóides (p.ex.: vestem-se de forma diferente da comum). Têm idéias extravagantes, havendo uma perturbação do seu pensamento e comunicação. Os pacientes não conhecem seus próprios sentimentos mas são extremamente sensíveis aos sentimentos dos outros; podem ser supersticiosos ou declarar poderes de clarividência; têm relacionamentos imaginários vívidos, são isolados e têm poucos amigos. 10% dos esquizotípicos cometem suicídio.

**D. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE ANTI-SOCIAL** - Os pacientes mostram-se altivos e dignos de credibilidade, até mesmo agradáveis, alguns apresentando características

exuberantes e sedutoras. Entretanto, sob a máscara de sanidade, existe tensão, hostilidade, irritabilidade e cólera. Na infância mentem, faltam à escola, fogem de casa, furtam e na idade adulta continuam mentindo, são promíscuos, abusam do cônjuge e têm outros comportamentos inadequados. São incapazes de conformar-se às normas e têm ausência total de remorso e culpa: justificam com muita tranquilidade seus atos delituosos. Com frequência, exibem eletroencefalogramas anormais e leves sinais neurológicos sugestivos de um dano cerebral mínimo na infância.

Os psicopatas, como são chamados os de personalidade anti-social, não têm noção do tido socialmente como certo e errado desde pequenos, sendo característico o fato dessas pessoas, pela ausência de convicções morais, fazerem tudo para obterem o que querem, sem qualquer consideração pelos direitos ou sentimentos alheios. Como as crianças, os psicopatas tendem a viver no presente, agindo em vista de uma gratificação imediata de impulsos momentâneos. Raramente se preocupam em esconder seus erros e parecem esquecer as consequências, podendo cometer o mesmo erro já punido muitas vezes.

Têm sido notadas nos psicopatas várias deficiências biológicas, ondas cerebrais específicas e irregularidades cardíacas que levam a crer que seu sistema nervoso não permite os tipos de censura que geralmente impedem as más ações. As respostas autônomas dos psicopatas tendem a ser muito fracas, o que indica serem eles relativamente imunes à estimulação sensorial, podendo as ações impulsivas ser uma tentativa para obter tal estimulação, tendo em conta observações em jovens delinquentes psicopatas, de necessidade relativamente alta de experiências sensoriais. O pesquisador Lee Robins, em estudos longitudinais com crianças de alto risco de psicopatia até a idade adulta, observou três condições precocemente aprendidas que podem influenciar um comportamento psicopático posterior:

- Em geral os pais são anti-sociais. Os jovens podem observar o comportamento manipular, emocionalmente distante, impulsivo e/ou auto-indulgente de seus pais;
- Tendem a receber disciplina escassa ou inconsistente durante a infância, por isso não aprendem (ou internalizam) uma conduta socialmente aceita;
- Têm desde cedo uma série de problemas de comportamento (brigas, desordens, desleixo, desobediência etc). Desenvolvem, então, táticas manipuladoras para lidar com essas situações.

**E. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE BORDERLINE** - está no limite entre neurose e psicose, caracterizando-se por oscilações comuns de humor, comportamento altamente imprevisível, atos autodestrutivos repetidos (automutilações) e impulsividade (incapacidade de controlar sua raiva). Seus relacionamentos pessoais são tumultuados, marcados por excessiva dependência, intolerância à solidão e cólera intensa contra seus amigos íntimos ; dividem os indivíduos como inteiramente bons ou inteiramente maus.

**F. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE HISTRIÔNICA** - os pacientes histriônicos são geralmente cooperativos e anseiam por fornecer uma história detalhada. Seu discurso é dramático, cheio de exibição afetiva; quando pressionados a reconhecerem sentimentos como cólera e desejos sexuais, ficam surpresos, indignados ou negam. Esses pacientes buscam atenção através do exagero dos seus pensamentos e sentimentos, fazendo com que tudo soe mais importante do que realmente é, o que reflete sua necessidade de reassseguramento. Seus relacionamentos são muito superficiais.

**G. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE NARCISISTA** - os pacientes com esse transtorno apresentam um senso grandioso de sua própria importância, fantasias de sucesso ilimitado, são ambiciosos e egoístas, o que esconde sua baixa auto-estima. São muito exploradores dos seus relacionamentos interpessoais e sentem inveja das pessoas que têm tudo aquilo que eles acham que têm. Lidam com dificuldade com as críticas e tendem à depressão ( quando percebem que não são tudo aquilo que pensam ser).

**H. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE ESQUIVA** - o paciente esquivo tem hipersensibilidade à rejeição, inibição social e timidez. Apresentam vida social muito limitada: desejam a interação social, mas têm medo de ser rejeitados. Optam por ocupações secundárias, sem destaque ou grandes responsabilidades.

**I. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE DEPENDENTE** - os indivíduos com esse transtorno apresentam um padrão generalizado de comportamento dependente e submisso. São incapazes de tomar decisões sem um excesso de aconselhamento e tranquilização por outras pessoas, evitam posições de responsabilidade e ficam ansiosos se solicitados a assumirem um papel de liderança. São inseguros e vão a extremos para obter carinho e apoio de outros (ao ponto de voluntariar-se para fazer coisas desagradáveis). São incapazes de se conduzir a si próprios.

**J. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE OBSESSIVO-COMPULSIVA** O transtorno de personalidade obsessivo-compulsiva é caracterizado por constrição emocional, organização, perseverança, obstinação e indecisão. A característica principal deste transtorno é um padrão generalizado de perfeccionismo e inflexibilidade. As personalidades obsessivo-compulsivas podem apresentar maneiras rígidas, formais e tensas. Esses indivíduos preocupam-se muito com regras, normas, organização, detalhes e com o atingir a perfeição. Estes traços respondem por uma constrição geral de toda a personalidade. Tais indivíduos são formais e sérios, desprovidos, freqüentemente, de senso de humor. Insistem na obediência rígida às regras, sendo incapazes de tolerar o que percebem como infrações. Por conseguinte, faltam-lhes flexibilidade e tolerância. São capazes de realizar trabalhos prolongados, desde que sejam rotinizados e não requeiram alterações às quais não conseguem se adaptar.

As habilidades interpessoais dos indivíduos obsessivo-compulsivos são extremamente limitadas. Eles afastam os outros, são incapazes de se comprometer e insistem para que os outros se submetam às suas necessidades. São, entretanto, ávidos por agradar aqueles a quem vêem como mais poderosos do que eles próprios e atendem a seus desejos de modo autoritário. Em razão de seu medo de cometer erros, são indecisos e relutam em tomar decisões.

Qualquer coisa que ameace a rotina da vida dessas pessoas ou sua estabilidade pode precipitar muita ansiedade que, de outro modo, é contida pelos rituais que impõem às suas vidas e tentam impor aos outros. Os indivíduos com este transtorno podem sair-se bem em posições que exigem trabalho metódico, dedutivo ou detalhado, mas são vulneráveis a mudanças inesperadas, e suas vidas pessoais podem permanecer estéreis.

**L. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE PASSIVO-AGRESSIVA** – é caracterizado por uma obstrução velada, procrastinação, teimosia e ineficiência. Os pacientes com esse transtorno não são auto-afirmativos nem diretos acerca de suas próprias necessidades; entretanto, queixam-se de serem incompreendidos, criticam os outros e são mal-humorados. Sendo mais ligados ao seu ressentimento do que à própria satisfação, jamais conseguem sequer formular o que desejam para si mesmos. Têm inveja das pessoas bem-sucedidas e se consideram infelizes. São negativistas por excelência.

**M. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE DEPRESSIVA** - as pessoas com esse transtorno caracterizam-se por sentir apenas uma pequena parte da alegria normal de viver e tendem à solidão e solenidade, a ser sombrios, submissos, pessimistas e autodepreciativos. São perfeccionistas e excessivamente preocupados com o trabalho, sentindo a responsabilidade de uma forma aguçada e sendo facilmente desencorajados sob novas condições. São cronicamente infelizes.

**N. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE SADOMASOQUISTA** - o sadismo é o desejo de causar dor a outras pessoas mediante abuso sexual ou abuso físico ou psicológico para sentir prazer sexual. Já o masoquismo é a obtenção de gratificação sexual infligindo dor a si próprio. Mais comumente, o chamado masoquista moral procura a humilhação e o fracasso, em vez da dor física. Elementos de comportamento tanto sádico quanto masoquista estão presentes na mesma pessoa.

**O. TRANSTORNO DA PERSONALIDADE SÁDICA** - os indivíduos com este transtorno da personalidade apresentam em padrão generalizado de comportamento cruel, humilhante e agressivo, onde a crueldade ou violência física é usada para infligir dor a outrem. Em geral, as pessoas com esse transtorno são fascinadas pela violência, armas, ferimentos ou torturas. Não derivam excitação sexual de seu comportamento. Gostam de humilhar, subjugar, têm dificuldade de estabelecer vínculos afetivos positivos. Os sádicos maltratam

tentando fugir da ansiedade de castração que lhe traz dor; por isso causam dor a outro (psicanaliticamente falando).

**P. ALTERAÇÃO DA PERSONALIDADE DEVIDO A UMA CONDIÇÃO MÉDICA GERAL**  
Caracteriza-se por uma acentuada mudança no estilo e traços de personalidade, a partir de um nível anterior de funcionamento. Uma lesão estrutural do cérebro geralmente é a causa da alteração da personalidade, cujas mudanças incluem uma exacerbação de características anteriores de personalidade, instabilidade emocional, impressão de vazio e riso fácil, indiferença e apatia (especialmente na síndrome do lobo frontal) e diminuição da capacidade para prever as consequências das próprias ações.

## **13 - ALTERAÇÕES PERMANENTES APÓS EXPERIÊNCIA CATASTRÓFICA E APÓS DOENÇA PSIQUIÁTRICA**

Caracterizam-se por alterações da personalidade significativas e associadas a um comportamento inflexível e mal-adaptativo que não estava presente antes da experiência patogênica. Pode seguir-se a experiência de um estresse catastrófico, como tortura, desastres ou exposição prolongada a circunstâncias de ameaça à vida. A alteração da personalidade pode ser vista como seqüela crônica e irreversível do transtorno de estresse. A alteração também pode desenvolver-se após a recuperação clínica de um transtorno mental que deve ter sido vivido como extremamente estressante do ponto de vista emocional e destrutivo para a auto-imagem do paciente. A alteração leva a problemas duradouros no funcionamento interpessoal, social ou ocupacional.

## **14 - PERSONALIDADE E ORGANIZAÇÃO**

Para Aguiar, o comportamento do indivíduo resulta de uma interação de suas características psicológicas (forma própria de organização) com o meio externo, observando-se que determinados traços psicológicos de um indivíduo mostram-se mais relevantes em situações específicas, e que a organização desses traços pode ser modificada na interação com o meio. O indivíduo possui diferentes traços que predominam em determinadas situações, o que faz ressaltar a importância do contexto social no qual este está inserido, considerando, ainda, que alguns traços são considerados positivos ou negativos conforme o seu grupo social. As próprias características psicológicas do indivíduo podem ser modificadas e desenvolvidas, conforme influência do meio.

### **14.1. Desenvolvimento e Ajustamento da Personalidade**

Embora relativamente estável, a personalidade sofre a influência e interage com o meio.

Os traços psicológicos podem ser desenvolvidos, reorganizados e modificados a partir do contexto em que vive o indivíduo.

O meio pode favorecer ou impedir o ajustamento emocional do indivíduo.

Podem ser distinguidos três tipos principais de barreiras ao ajustamento do indivíduo:

- situacionais: impedimentos/obstáculos que dificultam a ação do indivíduo em dado momento/contexto.
- interpessoais: obstáculos/impedimentos criados por pessoa(as) ao desenvolvimento de uma ação do indivíduo.
- intrapessoais: podem estar relacionados a uma condição física (deficiência, p. ex.) ou a um conflito pessoal que o indivíduo esteja experimentando.

As condições que produzem frustração combinam motivos e desejos em direção a um objetivo, com incapacidade de perceber os meios para alcançar os objetivos.

As reações psicológicas às frustrações são geralmente manifestadas por raiva e agressividade. O medo e a ansiedade são também reações à situação de frustração, e provocam um outro tipo de dificuldade: o indivíduo sente que sua integridade psicológica, auto-estima e competência estão em risco e canaliza suas energias para se proteger. Ocorre neste caso, segundo Freud, a elaboração inconsciente de formas de diminuição da ansiedade, chamadas por ele de mecanismos de defesa. Quando a situação de estresse é muito intensa, os mecanismos de defesa não conseguem operar e o indivíduo é levado ao desajustamento e até mesmo a um colapso psicológico.

As características de personalidade dos membros da organização influenciam a estrutura da organização, tanto mais fortemente quanto a posição que esses indivíduos ocupem na hierarquia organizacional. De acordo com Merton (citado por Aguiar), as organizações com estrutura burocrática exercem uma constante pressão para tornar seus membros metódicos e disciplinados, exigindo alto grau de conformidade com os padrões de comportamento estabelecidos, observando-se o desenvolvimento de características conformistas desses indivíduos: os indivíduos mais comprometidos com o poder e o status conformam-se mais, pois seus valores e motivos básicos os levam a adaptar seus sentimentos, pensamentos e ações às demandas do contexto social.

A influência da estrutura organizacional sobre a personalidade dos indivíduos será maior ou menor, dependendo de suas próprias características de personalidade, sendo o impacto das forças da estrutura social na personalidade menos significativo quando os indivíduos centram seus objetivos e valores individuais na independência intelectual, auto-realização e liberdade pessoal. Essas forças internas, que emanam da personalidade, representam a tentativa do indivíduo para estruturar sua realidade social e definir dentro dela o seu lugar.

## **14.2. Avaliação da Personalidade**

A avaliação e caracterização da personalidade de um indivíduo é tarefa complexa, e só pode ser inferida a partir de suas interações em diferentes contextos, devendo-se ter em conta, ainda, que os traços psicológicos assumem diferentes dimensões e relevância dependendo da situação que o indivíduo vivem em cada momento.

Formas de identificação de traços de personalidade foram desenvolvidas, sendo os, inventários de personalidade (questionários e entrevistas) e testes projetivos resultantes dessa tentativa. Os testes de personalidade, muito usados nas organizações de trabalho, são métodos de provocar comportamentos em situações mais ou menos controladas

- Entrevistas psicológicas – possibilitam o estabelecimento de uma relação amigável e permitem a observação das reações do indivíduo, mas podem ser contaminadas por valores e pelo estado emocional do observador.
- Questionários – permitem o estabelecimento de normas e comparação de indivíduos e grupos, no entanto possibilita ao indivíduo a camuflagem de suas respostas, dando a si uma imagem diferente. Deve ser considerada também a tendência de algumas pessoas em concordar ou discordar, independentemente do conteúdo da questão.
- Testes projetivos – são baseados na idéia de que o indivíduo revela mais de si mesmo quando não sofre limitações em seu comportamento, sendo bastante úteis para revelar motivação, aprendizagem e diagnóstico de desajustamentos mais profundos. Como instrumentos de predição de comportamento, no entanto, são falhos.

As avaliações de personalidade são muito utilizadas nas organizações como um instrumento discriminatório e/ou manipulatório, prática leviana e eticamente condenável, uma vez que a avaliação psicológica serve mais como um indicativo de aspectos clínicos de cada indivíduo, não sendo capaz de revelá-lo em sua complexidade.

# 15 - MOTIVAÇÃO E COMPORTAMENTO

A motivação é geralmente descrita como um estado interior que induz uma pessoa a assumir determinados tipos de comportamento. Vista por uma perspectiva, ela tem a ver com a direção, intensidade e persistência de um comportamento ao longo do tempo. A direção refere-se à escolha de comportamentos específicos dentro de uma série de comportamentos possíveis. A intensidade está relacionada ao esforço empenhado na realização de uma tarefa, e a persistência diz respeito à continuidade de um determinado tipo de comportamento ao longo do tempo.

O comportamento humano orienta-se basicamente para a consecução de objetivos, dos quais nem sempre as pessoas têm consciência. Os impulsos que determinam nossos padrões comportamentais são em grande parte inconscientes, conseqüentemente, muitas vezes apenas uma pequena parte da motivação é claramente visível até mesmo para o próprio indivíduo.

Para Blanchard, a motivação das pessoas depende da intensidade dos seus motivos. Os motivos podem ser definidos como necessidades, desejos ou impulsos oriundos do indivíduo e dirigidos para objetivos, conscientes ou inconscientes. Os motivos são os porquês do comportamento, determinando a sua orientação geral e constituindo a sua mola propulsora.

Os motivos (ou necessidades, no sentido de predisposição a agir), são as razões subjacentes ao comportamento, que pode num dado momento ser determinado pela sua necessidade mais intensa. As pessoas em geral têm muitas necessidades, todas elas em constante competição pelo seu comportamento, em diferentes proporções e intensidades. Segundo Maslow, os motivos predominantes são aqueles que ainda não estão satisfeitos, o que sugere aos administradores uma pergunta básica: o que os trabalhadores realmente desejam do seu trabalho?

## 15.1. A Motivação Humana e as Organizações

As teorias da motivação tratam das forças propulsoras do indivíduo para o trabalho e estão normalmente associadas à produtividade e ao desempenho, pela possibilidade de atender à vontade dos dirigentes de criar um motor propulsor, um combustível que mantenha o homem trabalhando, conforme as expectativas da organização. A motivação do empregado só se tornou uma questão organizacional porque o próprio trabalho, pela excessiva fragmentação, perdeu o sentido.

As teorias de motivação podem ser identificadas em grande correntes, que se diferenciam quanto à visão do que seria a força propulsora para o trabalho. Estas correntes seriam os etologistas, que sugerem ser a conduta instintiva de cada espécie animal e a busca por adaptação ao meio a maior motivação para a ação, inclusive dos homens; os behavioristas, que acreditam que a força propulsora são os estímulos externos através do processo de aprendizagem; os cognitivistas, que acreditam que a motivação depende da representação que os indivíduos possuem do meio, o que inclui um conjunto complexo de fatores como percepção, pensamento, valores, expectativas e aprendizagem; a psicanálise, que enfatiza as motivações inconscientes derivadas de pulsões biológicas e experiências passadas, principalmente durante a infância; e um grupo de teóricos que procuram compreender o ser humano na sua vivência concreta, a exemplo dos fenomenologistas.

Em suma, os teóricos da psicanálise concentraram suas preocupações na área dos processos inconscientes. Os cognitivistas para os processos do pensamento. Os humanistas interessaram-se pela tomada de decisão, porém com preocupação maior voltada para a totalidade da pessoa, do ponto de vista das forças inatas e experiências vividas. Já os teóricos comportamentistas pelos laços associativos desenvolvidos entre estímulos e respostas.

## 15.2. Os Behavioristas e a Motivação

Tanto os behavioristas quanto os cognitivistas desenvolveram uma teoria na qual a motivação fundamenta-se no princípio do hedonismo, que afirma que os indivíduos buscam o prazer e afastam-se do sofrimento. Acreditam que as pessoas se comportam de forma a maximizar certos tipos de resultados de suas ações, ou seja, dão ênfase à aprendizagem. Sua abordagem é histórica porque o que motiva o comportamento são as consequências dos efeitos produzidos pelo comportamento passado dos indivíduos.

O pressuposto fundamental dos behavioristas dos cognitivistas, é que a força que conduz o comportamento motivado está fora da pessoa, nasce de fatores extrínsecos que são soberanos à sua vontade. Desta forma, para os behavioristas existe uma ligação necessária entre o estímulo externo e a resposta comportamental. Trata-se de uma espécie de acomodação do organismo vivo às modificações operadas no meio ambiente.

Assim, pelo reforço, ou recompensa, a motivação passa a ser vista como um comportamento reativo, que leva ao movimento. Conforme apontado por Bergamini (1990 : 26):

"a motivação passa a ser compreendida como um esquema de ligação Estímulo-Resposta (...) e que o homem pode ser colocado em movimento por meio de uma sequência de hábitos que são o fruto de um condicionamento imposto pelo poder das forças condicionantes do meio exterior".

A teoria behaviorista pode representar, de certa forma, um perigo, ao se chegar indevidamente à percepção de que o homem está verdadeiramente motivado, quando na verdade está apenas alterando seu comportamento, reagindo ao meio exterior. Assim, para os adeptos do behaviorismo, existe a crença de que se pode dirigir o comportamento das pessoas, independente de suas vontades, a partir de uma programação controlada.

## 15.3. Os Cognitivistas e a Motivação

Os cognitivistas, ao contrário dos behavioristas, acreditam que os indivíduos possuem valores, opiniões e expectativas em relação ao mundo que os rodeia e que assim também são direcionados em seus comportamentos, baseados nas representações internas. Isto é, os indivíduos possuem representações internalizadas do seu ambiente, que envolvem os processos de percepção, pensamento, e aprendizagem. De acordo com estas representações os indivíduos formam objetivos e lutam para atingi-los. Segundo Motta (1986 : 124):

"Os indivíduos possuem objetivos e expectativas que desejam alcançar e agem intencionalmente, de acordo com suas percepções da realidade. (...) As intenções dependem das crenças e atitudes que definem a maneira de um indivíduo ver o mundo, ou seja, suas percepções."

Em oposição aos behavioristas, que acreditavam que é possível e necessário aprender a motivar os outros, os cognitivistas acreditam que ninguém jamais pode motivar quem quer que seja, uma vez que as ações humanas são espontâneas e gratuitas, tendo como origem suas impulsões interiores. Todavia, não podemos esquecer que os indivíduos tendem a buscar o prazer e se afastar do sofrimento, mas desta vez "a escolha feita em determinada situação é ocasionada pelos motivos e cognições próprios do momento em que faz a escolha", conforme indica Aguiar (1992 : 256).

## 15.4. A Psicanálise

Para Freud, expoente máximo da psicanálise, a motivação se baseia em forças internas, que direcionam o comportamento. Estas forças internas seriam os instintos (libido) que fornecem uma fonte fixa e contínua de estímulo, sendo algumas vezes conscientes e outras inconscientes. As pessoas em alguns momentos estão conscientes das motivações de suas ações, só que muitas vezes são comandadas pela necessidade de liberação e satisfação dos instintos.

Segundo Aguiar (1992 : 257) a principal contribuição da teoria psicanalítica está na ênfase que Freud dá à dependência que o comportamento adulto mantém em relação às experiências da infância. "A ênfase no passado do indivíduo e nos instintos como forças motivadoras realmente caracteriza a abordagem histórica e o determinismo biológico da teoria psicanalítica.(...) O determinismo biológico deve-se ao fato de que os instintos são herdados e determinam o comportamento humano."

Assim, a principal contribuição de Freud encontra-se no fato de considerar o homem prisioneiro de sua hereditariedade, de seu passado e de seu meio.

### **15.5. A Teoria das Necessidades de Maslow**

A teoria da motivação humana de Maslow é a essência de uma hierarquia das necessidades humanas, constituída pelas necessidades biológicas, psicológicas e sociais. Sua teoria considera o ser humano na sua totalidade, dando ênfase à integração dinâmica dos aspectos biológicos, psicológicos e sociais.

Maslow vê o ser humano como eternamente insatisfeito e possuidor de uma série de necessidades, que se relacionam entre si por uma escala hierárquica na qual uma necessidade deve estar razoavelmente satisfeita, antes que outra se manifeste como prioritária. Nesta hierarquia, o indivíduo procura satisfazer suas necessidades fisiológicas, fundamentais à existência, e necessidades de segurança, antes de procurar satisfazer as necessidades sociais, as necessidades de estima e auto-realização.

O conceito de auto-atualização tem relevante papel na teoria de Maslow que o definiu como o uso e a exploração plena de talentos, capacidades, potencialidades etc. Para Maslow, auto-atualizar significa fazer de cada escolha uma opção pelo crescimento, escolha esta que depende de o indivíduo estar sintonizado com sua própria natureza íntima, responsabilizando-se por seus atos, independentemente da opinião dos outros.

### **15.6. Fenomenologia Existencial**

Para a fenomenologia existencial, o homem está condenado a ser livre, e por não encontrar prontas no mundo as respostas de que necessita, o homem é obrigado a fazer suas próprias escolhas, construir-se a si próprio e dar um sentido para a sua existência, sem nunca receber garantias e tendo sempre que se responsabilizar pelas suas escolhas.

Se o homem não é pronto e determinado, ele pode se determinar. Se a vida parece absurda e sem sentido, ele pode para ela construir um sentido. Se a vida não oferece certezas, oferece infinitas possibilidades de ser. O homem se torna autêntico. "quando escolhe a si mesmo, quando decide encontrar-se e conquistar-se, quando faz suas próprias escolhas, quando corre os seus próprios riscos, quando encontra amparo e segurança em si mesmo, quando procura conhecer-se em profundidade, quando assume total responsabilidade pela própria existência e quando luta pela liberdade, pela autonomia e pela autodeterminação" (Lessa, 1999).

Entendendo o homem desta maneira, um ser inacabado, capaz de significar o seu próprio ser, os filósofos e psicólogos existencialistas ou por eles influenciados, respeitadas suas diferenças, vêem justamente na ausência de respostas definitivas e de um sentido acabado, a principal motivação humana. Se o homem não encontra fora de si, no mundo, um sentido pronto para a sua vida ele precisa estar sempre construindo um sentido novo para ela. Segundo Viktor Frankl, "o esforço para encontrar um sentido para a vida é a força motivacional fundamental no homem" (1962 : 97).

### **15.7. Teoria da Motivação-Higiene**

Uma teoria de motivação no trabalho de grandes implicações para a administração foi desenvolvida por Frederick Herzberg, que começou a levantar dados sobre atitudes em relação ao trabalho que permitissem deduzir hipóteses sobre o comportamento humano. A teoria da motivação-higiene foi constituída a partir de um estudo com trabalhadores de onze

indústrias de Pittsburgh, no qual os entrevistados eram questionados sobre que tipo de coisas os deixava infelizes ou insatisfeitos e aquelas que os satisfaziam no trabalho.

Na análise dos dados, Herzberg concluiu que as pessoas têm duas categorias diferentes de necessidades, essencialmente independentes entre si e que influenciam o trabalho de maneira diferente. Observou que, quando as pessoas se sentiam insatisfeitas com o seu trabalho, estavam preocupadas com o ambiente em que trabalhavam, e quando estavam bem, tratava-se do trabalho em si. Herzberg chamou a primeira categoria de necessidades de fatores de higiene ou manutenção (higiene porque descrevem o ambiente das pessoas e manutenção porque precisam ser continuamente mantidas). À segunda categoria de necessidades chamou motivadores, porque motivavam as pessoas a um desempenho superior.

A política e a administração das empresas, a supervisão, as condições de trabalho, as relações interpessoais, o dinheiro, o status e a segurança podem ser considerados como fatores de manutenção. Não fazem parte intrínseca do trabalho em si, mas estão relacionadas com as condições em que ele é realizado. Os fatores de higiene ou manutenção (no sentido preventivo e ambiental), não produzem um aumento na capacidade de produção do trabalhador, apenas impedem perdas em seu desempenho.

Os fatores de satisfação que envolvem sentimentos de realização, de crescimento profissional e de reconhecimento que se podem experimentar num trabalho desafiante e pleno de sentido chamam-se motivadores, porque parecem capazes de provocar um efeito positivo sobre a satisfação no trabalho, resultando num aumento da capacidade produtiva.

Assim, a satisfação no trabalho está relacionada com as condições em que o trabalho é realizado - supervisão, relações interpessoais, condições físicas, salários, benefícios etc. Estas condições podem ser chamadas de fatores higiênicos, pois estão relacionados com a necessidade de se afastarem de condições desagradáveis.

Já as necessidades de motivação no trabalho estão diretamente relacionadas com a tarefa ou o trabalho, e tratam das necessidades de desenvolvimento do potencial humano e da realização de aspirações individuais - liberdade, criatividade e inovação.

"Herzberg toma o meio social, a organização, como a fonte motivadora do indivíduo. Toma o indivíduo como meio e transforma os seus desejos na necessidade da organização. A organização através dos fatores motivacionais manipula o indivíduo, motiva-o. Reduz a auto-realização à realização da tarefa. O indivíduo se motiva no trabalho pelos fatores que se relacionam diretamente com o trabalho." (Aguiar, 1992)

Bowditch e Buono (1997) falam em três grandes classificações das teorias motivacionais:

- 1) as teorias de conteúdo estático, que observam o que energiza o comportamento humano;
- 2) as teorias de processo, que analisam os fatores que dirigem o comportamento; e
- 3) as teorias baseadas no ambiente, que enfocam genericamente a sustentação ou manutenção do comportamento ao longo do tempo.

No primeiro grupo as mais significativas são: a hierarquia das necessidades, de Maslow, que defende a ideia de que as necessidades subjacentes a toda a motivação humana podem ser organizadas em cinco níveis básicos (consecutivamente necessidades fisiológicas, necessidades de segurança, necessidades sociais, necessidade do ego ou da auto-estima e necessidade de realização pessoal), propondo ainda que as necessidades do nível mais baixo (de sobrevivência) precisam estar satisfeitas para que ele possa se interessar pelas de nível superior. A teoria das necessidades adquiridas, de McClelland, fala em três necessidades básicas: realização, poder e afiliação, propondo que cada indivíduo, em momentos diferentes, será influenciado por necessidade de poder, realização ou afiliação, o que variará de acordo com a situação, influenciando o comportamento. Esta teoria sugere que a motivação é mutável, mesmo na idade adulta. A teoria da Motivação-Higiene, de Herzberg, é outra classificada neste grupo (citada mais adiante).

No grupo das teorias de processo estão a teoria das expectativas, que oferece um esquema para se entender como a motivação funciona: para que um indivíduo esteja motivado, ele precisa dar valor ao resultado ou à recompensa, precisa acreditar que um esforço adicional o levará a um desempenho melhor, que resultará em recompensas ou resultados maiores. Assim, os administradores, em tese, podem se concentrar nos aspectos da situação de trabalho que possam assegurar o bom desempenho. A falha dessa teoria, no entanto, é considerar que todas as pessoas vão se comportar de maneira racional e pesar as alternativas propostas. A teoria do estabelecimento de metas pressupõe que as intenções conscientes (metas) de uma pessoa são os principais determinantes da motivação relacionada à tarefa. No entanto, observam os críticos, nem todas as metas levam necessariamente ao desempenho, visto que uma meta pode entrar em conflito com outras ou ser inadequada para dada situação.

Uma teoria bastante conhecida dentre as teorias da motivação baseadas no ambiente é a teoria do condicionamento operante, de Skinner, que sustenta que o comportamento humano é determinado e mantido pelo ambiente em que o indivíduo está inserido. À medida que o indivíduo explora e reage ao seu ambiente, certos comportamentos serão reforçados e subsequentemente repetidos. Assim, se uma pessoa for recompensada por certo comportamento, fará a ligação entre o comportamento apropriado e a recompensa e repetirá o comportamento. A teoria do reforço, do ponto de vista gerencial, sugere que a manutenção ou eliminação de determinado comportamento no trabalho pode ser manipulada por meio de reforço positivo, encorajando a repetição, ou negativo (punição), com o propósito de moldar o comportamento inadequado.

Outra abordagem voltada ao ambiente é a teoria da comparação social, que enfoca as variáveis que cercam o indivíduo que precisa ser motivado, examinando como as pessoas vêem a realidade com base em suas próprias experiências. Esta teoria sugere que as atitudes em relação a um trabalho em particular serão construídas com base tanto na situação atual do trabalho, como de comportamentos passados, ligados ao trabalho atual. Existe uma tendência a justificar ou racionalizar certos comportamentos, explicando como as pessoas usam de comparações internas e externas para determinar a propriedade de certo comportamento, podendo ser usada para entender os níveis de desempenho e satisfação dos funcionários.

Minicucci identifica algumas formas de motivação usadas comumente pelas empresas:

- Seja forte. Esse método, muito tradicional, dá ênfase à autoridade, e consiste em forçar as pessoas ao trabalho sob ameaça de serem despedidas se não o fizerem. A base dessa abordagem está na suposição de que ganhar dinheiro é a única razão que leva as pessoas ao trabalho e que, como ninguém gosta de trabalho, a tendência é que as pessoas vão sempre fazer o menos que puderem.
- Seja bom. Nessa filosofia as empresas procuram elevar o moral do empregado, proporcionando boas condições de trabalho, benefícios adicionais, salários elevados etc. No método do administrador "bom", predominam o paternalismo, considerando que, se a administração for boa para os empregados, eles trabalharão eficientemente por lealdade e gratidão; e a administração higiênica, sustentada pela ideia de que benefícios liberais, boas condições de trabalho e uma supervisão amigável produzem empregados satisfeitos e produtivos.
- Barganha implícita. Nesse caso a administração encoraja os empregados a um volume razoável de trabalho em troca de uma supervisão mais amigável, traduzida em certos privilégios, como maior intervalo para o café, saída mais cedo, uso do telefone etc. Ou seja, o supervisor não pressiona os empregados se eles não restringirem a produção, e pode terminar com a indulgência se não obtiver a cooperação dos subordinados, como esses podem não cooperar se o supervisor não for indulgente.
- Competição. É a motivação induzida com o aumento de salários, promoções etc, mais comumente trabalhada entre grupos. O incentivo à competitividade numa organização tem sido criticado por seus efeitos indesejáveis e limitações, como: o fato de nem todos serem ambiciosos e motivados para competição; a dificuldade de

identificar a produção ou a eficácia de cada empregado; o encorajamento à competição ser considerado como pressão, etc.

- **Motivação interiorizada.** Nessa abordagem procura-se proporcionar oportunidades de satisfação de necessidades por meio da execução do próprio trabalho e, assim, interiorizar a motivação de modo que as pessoas apreciem fazer um bom trabalho, dando ênfase à satisfação do indivíduo na execução da tarefa.

As abordagens apresentadas dão idéia da variedade de estruturais conceituais relacionadas à motivação humana, e da dificuldade de escolha de um modelo apropriado a cada organização, ou mesmo a cada situação que se apresente no contexto administrativo. Na opinião de Bowditch, talvez a medida mais útil seja ver essas teorias como complementares, ao invés de exclusivas, procurando desenvolver uma filosofia gerencial que permita incorporar o material teórico ao estilo gerencial e à necessidade emergente na organização.

## 16 - ESTRESSE

Estresse é uma alteração global do organismo para se adaptar a uma situação nova ou às mudanças de um modo geral. Do ponto de vista funcional, o estresse é um mecanismo normal, necessário e benéfico ao organismo, pois faz com que o indivíduo fique mais atento e sensível diante de situações de perigo ou dificuldade, além de fazer com que o organismo se esforce no sentido de vencer obstáculos e situações. Mudanças ocorrem em nossas vidas continuamente e temos que nos adaptar a elas, e nesses casos, o estresse funciona como um mecanismo de sobrevivência e adaptação, necessário para estimular o organismo e melhorar sua atuação em situações novas.

O excesso de estresse é que é patológico. O quadro leigamente conhecido como estresse é uma reação emocional do organismo classificada juntamente com as dificuldades da adaptação, e seus sintomas serão os mesmos observados na pessoa que padece de uma ansiedade crônica, duradoura e exagerada, como tremores ou sensação de fraqueza; tensão ou dor muscular; inquietação; fadiga fácil; falta de ar ou sensação de fôlego curto; palpitações; sudorese, mãos frias e úmidas; boca seca; vertigens e tonturas; náuseas e diarreia; rubor ou calafrios; polaciúria (aumento de número de urinadas); bolo na garganta; impaciência; resposta exagerada à surpresa; dificuldade de concentração ou memória prejudicada; dificuldade em conciliar e manter o sono; irritabilidade etc;

No início do quadro, quando a pessoa toma consciência da situação à qual terá que se adaptar, damos o nome de Reação de Alarme, que subdivide-se em dois estados: a fase de choque e a fase de contra-choque. As alterações orgânicas que o organismo manifesta na fase de choque são: 1) aumento da frequência cardíaca e pressão arterial; 2) contração do baço; 3) o fígado libera glicose para ser utilizado como alimento e energia para os músculos e cérebro; 4) redistribuição sanguínea, proporcionando diminuição do sangue dirigido à pele e vísceras e aumentando o fluxo para músculos e cérebro; 5) aumento da frequência respiratória e dilatação dos brônquios; 6) dilatação das pupilas para aumentar a eficiência visual; 7) aumento do número de linfócitos (glóbulos brancos) na corrente sanguínea. Desaparecendo os agentes estressores, todas essas alterações tendem a se interromper e regredir. Se, no entanto, por alguma razão o organismo é continuamente submetido à estimulação estressante e, portanto, é obrigado a manter seu esforço de adaptação, uma nova fase acontecerá. Trata-se da Fase de Resistência.

A Fase de Resistência se caracteriza pela hiperatividade da glândula supra-renal (aquela da adrenalina e da cortizona). Se os estímulos estressores continuarem, toda essa resposta orgânica começa a diminuir de intensidade. É como se a pessoa comesse a se acostumar com os estressores mas, não obstante, ela pode também manifestar toda reação de estresse mesmo diante apenas da perspectiva ou expectativa de deparar-se com o estímulo estressor. Caso o agente estressor continue a persistir, o organismo vai para a terceira fase, a Fase de Exaustão. Aqui, os mecanismos de adaptação começam a falhar, e faltam também, as reservas de energia do organismo. Essa fase é muito grave, podendo levar à morte de alguns organismos.

As causas do estresse podem ser divididas em dois tipos; as causas pessoais e as causas ambientais. Entre as causas pessoais está uma certa predisposição emocional pessoal e a qualidade psíquica atual da pessoa que se estressa. Por outro lado, nas causas ambientais teremos os agentes estressores ocasionais, que são as situações estressantes que a vida cotidiana coloca à nossa frente. O termo Disposição Pessoal se refere ao tipo perfil emocional com que a pessoa atua na realidade. Esse tipo perfil emocional é da natureza ou da personalidade de cada um. Há pessoas que reagem aos agentes estressores e situações adversas com mais ansiedade que os outros. Esse traço que exalta a ansiedade pode ser herdado ou pode ser adquirido com a experiência. A ansiedade é a mola mestra para o desencadeamento do estresse.

Outra causa pessoal para o desenvolvimento do estresse são as Condições Emocionais Atuais. Essas, ao contrário dos traços de personalidade, não caracterizam uma maneira da pessoa ser, mas sim, dela estar agora, nesse momento ou nessa fase da vida. É evidente que uma pessoa, ainda que não tenha traços tão marcantes de ansiedade, terá mais facilidade de estressar-se caso esteja passando por uma fase, por exemplo, de doença grave ou depois de ter perdido um ente querido. Essa é a condição emocional atual que favorecerá o estresse. Pela mesma razão, nos períodos depressivos de nossa vida a probabilidade do estresse é maior que em outras épocas.

Atualmente fala-se numa certa predisposição constitucional que tornaria a pessoa mais vulnerável ao estresse. Há um tipo de personalidade, inicialmente descrita pelos cardiologistas, chamada de "Personalidade tipo A", que facilitaria o desenvolvimento das patologias que acompanham o estresse. As pessoas com esse tipo de personalidade teriam as seguintes características: intensa motivação para atingir objetivos freqüentemente definidos; envolvimento em múltiplas atividades diferentes ao mesmo tempo; intensa atitude competitiva; envolvimento constante com o tempo (doença da pressa); alta necessidade de reconhecimento e progresso pessoal; personalidade agressiva que pode se transformar em hostil; personalidade facilmente irritável.

O desgaste emocional a que as pessoas são submetidas nas relações com o trabalho é fator muito significativo na determinação de transtornos relacionados ao estresse, como é o caso das depressões, ansiedade patológica, pânico, fobias, doenças psicossomáticas, etc. Em nosso ambiente de trabalho os estímulos estressores são muitos. Podemos experimentar ansiedade significativa (reação de alarme) diante de desentendimentos com colegas, diante da sobrecarga e da corrida contra o tempo, diante da insatisfação salarial e, dependendo da pessoa, até com o tocar do telefone. Fatores intrapsíquicos (interiores) relacionados ao serviço também contribuem para a pessoa manter-se estressada, como é o caso da sensação de insegurança no emprego, sensação de insuficiência profissional, pressão para comprovação de eficiência ou, até mesmo, a impressão continuada de estar cometendo erros profissionais.

### **16.1. Síndrome de Burnout**

A chamada Síndrome de Burnout é definida por alguns autores como uma das conseqüências mais marcantes do estresse profissional, e se caracteriza por exaustão emocional, avaliação negativa de si mesmo, depressão e insensibilidade com relação a quase tudo e todos (até como defesa emocional).

O termo Burnout é uma composição de burn=queima e out=exterior, sugerindo assim que a pessoa com esse tipo de estresse consome-se física e emocionalmente, passando a apresentar um comportamento agressivo e irritadiço.

Essa síndrome se refere a um tipo de estresse ocupacional e institucional com predileção para profissionais que mantêm uma relação constante e direta com outras pessoas, principalmente quando esta atividade é considerada de ajuda (médicos, enfermeiros, professores).

Esta síndrome foi observada, originalmente, em profissões predominantemente relacionadas a um contacto interpessoal mais exigente, tais como médicos, psicanalistas, carcereiros, assistentes sociais, comerciários, professores, atendentes públicos, enfermeiros, funcionários de departamento pessoal, telemarketing e bombeiros. Hoje, entretanto, as

observações já se estendem a todos profissionais que interagem de forma ativa com pessoas, que cuidam e/ou solucionam problemas de outras pessoas, que obedecem técnicas e métodos mais exigentes, fazendo parte de organizações de trabalho submetidas à avaliações.

Definida como uma reação à tensão emocional crônica gerada a partir do contato direto, excessivo e estressante com o trabalho, essa doença faz com que a pessoa perca a maior parte do interesse em sua relação com o trabalho, de forma que as coisas deixam de ter importância e qualquer esforço pessoal passa a parecer inútil.

Entre os fatores aparentemente associados ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout está a pouca autonomia no desempenho profissional, problemas de relacionamento com as chefias, problemas de relacionamento com colegas ou clientes, conflito entre trabalho e família, sentimento de desqualificação e falta de cooperação da equipe.

Os autores que defendem a Síndrome de Burnout como sendo diferente do estresse, alegam que esta doença envolve atitudes e condutas negativas com relação aos usuários, clientes, organização e trabalho, enquanto o estresse apareceria mais como um esgotamento pessoal com interferência na vida do sujeito e não necessariamente na sua relação com o trabalho. Entretanto, pessoalmente, julgamos que essa Síndrome de Burnout seria a consequência mais depressiva do estresse desencadeado pelo trabalho.

Os sintomas básicos dessa síndrome seriam, inicialmente, uma exaustão emocional onde a pessoa sente que não pode mais dar nada de si mesma. Em seguida desenvolve sentimentos e atitudes muito negativas, como por exemplo, um certo cinismo na relação com as pessoas do seu trabalho e aparente insensibilidade afetiva. Finalmente o paciente manifesta sentimentos de falta de realização pessoal no trabalho, afetando sobremaneira a eficiência e habilidade para realização de tarefas e de adequar-se à organização.

Esta síndrome é o resultado do estresse emocional incrementado na interação com outras pessoas. Algo diferente do estresse genérico, a Síndrome de Burnout geralmente incorpora sentimentos de fracasso.

O quadro clínico da Síndrome de Burnout costuma obedecer a seguinte sintomatologia:

- Esgotamento emocional, com diminuição e perda de recursos emocionais
- Despersonalização ou desumanização, que consiste no desenvolvimento de atitudes negativas, de insensibilidade ou de cinismo para com outras pessoas no trabalho ou no serviço prestado.
- Sintomas físicos de estresse, tais como cansaço e mal estar geral.
- Manifestações emocionais do tipo: falta de realização pessoal, tendências a avaliar o próprio trabalho de forma negativa, vivências de insuficiência profissional, sentimentos de vazio, esgotamento, fracasso, impotência, baixa autoestima.
- É freqüente irritabilidade, inquietude, dificuldade para a concentração, baixa tolerância à frustração, comportamento paranóides e/ou agressivos para com os clientes, companheiros e para com a própria família.

**A. Manifestações físicas:** Como qualquer tipo de estresse, a Síndrome de Burnout pode resultar em Transtornos Psicossomáticos. Estes, normalmente se referem à fadiga crônica, freqüentes dores de cabeça, problemas com o sono, úlceras digestivas, hipertensão arterial, taquiarritmias, e outras desordens gastrintestinais, perda de peso, dores musculares e de coluna, alergias, etc.

**B. Manifestações comportamentais:** probabilidade de condutas aditivas e evitativas, consumo aumentado de café, álcool, fármacos e drogas ilegais, absenteísmo, baixo rendimento pessoal, distanciamento afetivo dos clientes e companheiros como forma de proteção do ego, aborrecimento constante, atitude cínica, impaciência e irritabilidade, sentimento de onipotência, desorientação, incapacidade de concentração, sentimentos depressivos, freqüentes conflitos interpessoais no ambiente de trabalho e dentro da própria família.

O quadro evolutivo tem 4 níveis de manifestação:

**1º NÍVEL** - Falta de vontade, ânimo ou prazer de ir a trabalhar. Dores nas costas, pescoço e coluna. Diante da pergunta o que você tem? normalmente a resposta é "não sei, não me sinto bem".

**2º NÍVEL** - Começa a deteriorar o relacionamento com outros. Pode haver uma sensação de perseguição ("todos estão contra mim"), aumenta o absenteísmo e a rotatividade de empregos.

**3º NÍVEL** - Diminuição notável da capacidade ocupacional. Podem começar a aparecer doenças psicossomáticas, tais como alergias, psoríase, picos de hipertensão, etc. Nesta etapa se começa a automedicação, que no princípio tem efeito placebo mas, logo em seguida, requer doses maiores. Neste nível tem se verificado também um aumento da ingestão alcoólica.

**4º NÍVEL** - Esta etapa se caracteriza por alcoolismo, drogadicção, idéias ou tentativas de suicídio, podem surgir doenças mais graves, tais como câncer, acidentes cardiovasculares, etc. Durante esta etapa, ou antes dela, nos períodos prévios, o ideal é afastar-se do trabalho.

Considera-se a Síndrome de Burnout como provável responsável pela desmotivação que sofrem os profissionais da saúde atualmente. Isso sugere a possibilidade de que esta síndrome esteja implicada nas elevadas taxas de absenteísmo ocupacional que apresentam esses profissionais. Há uma preponderância do transtorno nas mulheres, possivelmente devido à dupla carga de trabalho que concilia a prática profissional e a tarefa familiar.

<b>BIBLIOGRAFIA BÁSICA</b>
LÉVY, André. Psicossociologia – Análise Social e Intervenção. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2001.
BAKER, Mark W. Jesus, O Maior Psicólogo Que já Existiu. Rio de Janeiro: Editora SEXTANTE, 2001.