



**ISPA** | Instituto Universitário

**Espontaneidade**

**e**

**Personalidade:**

**Um estudo correlacional**

**Ana Filipa Lameira da Rocha**

**Orientador e Coordenador do Seminário de Dissertação:**

Prof. Doutor António Gonzalez

**Tese submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:**

**MESTRE EM PSICOLOGIA**

**Especialidade em Clínica**

**2010**

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação do Prof. Doutor António Gonzalez apresentada no ISPA – Instituto Universitário para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica conforme o despacho da DGES, nº 19673 / 2007 publicado em Diário da Republica 2ª série de 26 de Setembro, 2006.

## Agradecimentos

**“Aqueles que passam por nós**

**não vão sós**

**não nos deixam sós**

**deixam um pouco de si**

**levam um pouco de nós”** (Antoine de Saint-Exupéry)

A afirmação anterior é, na minha opinião, a que melhor poderá caracterizar todo o processo de evolução e crescimento resultantes na realização deste curso, e existem pessoas que me ajudaram e a quem tenho de agradecer não apenas na realização desta tese, mas também no meu crescimento pessoal e profissional:

À minha Mãe, porque sem ela eu provavelmente ainda não teria conseguido terminar este meu percurso académico, e com quem eu posso sempre contar, e por isso, obrigada pelas palavras, pelo carinho, força, e sobretudo pela dedicação e amor.

Aos meus elementos familiares fundamentais: Pai, Francisco, Magda e Paulo, obrigada pelo vosso apoio em todos os aspectos.

Ao meu orientador Prof. Doutor António Gonzalez pela sua dedicação a este projecto, e *insights* certos quando necessário.

Ao Nuno Azevedo e Silva, pela sua colaboração e dedicação na elaboração deste estudo.

À Prof. Doutora Margarida Pedroso de Lima pela sua enorme colaboração no desenvolvimento desta investigação.

Às minhas amigas Cátia Caeiro, Sónia Gaspar, Catarina Farinha e Patrícia Belo, pelo vosso apoio incondicional ao longo destes anos académicos, e sobretudo neste último ano que foi muito importante nas nossas vidas, não apenas a nível profissional, como pessoal.

E não posso deixar de agradecer a todas as pessoas que me marcaram e que ajudaram a ser a pessoa que sou hoje, e por isso Obrigada.

## Resumo

O presente estudo tem como principais objetivos verificar, por um lado, qual será a relação existente entre a espontaneidade e duas das cinco dimensões que compõe a personalidade do indivíduo, ligada à teoria dos “*Big-Five*”, e por outro, averiguar quais serão as diferenças encontradas entre géneros nos inventários utilizados. A amostra deste estudo é composta por estudantes universitários e por trabalhadores, um total de 90 participantes que preencheram um conjunto de questionários composto por uma ficha de dados demográficos, um inventário de Espontaneidade (SAI-R), uma sub-escala de Impulsividade (N-5), e um inventário de Personalidade (NEO-FFI). Os resultados obtidos demonstram a existência de uma correlação positiva entre a espontaneidade e a dimensão de extroversão, e de uma correlação negativa entre a dimensão de neuroticismo e a espontaneidade. No que toca às diferenças de género, não se verificaram diferenças entre homens e mulheres na escala SAI-R e na sub - escala de extroversão, mas foram encontradas diferenças estatisticamente significativas na sub - escala do neuroticismo, sendo que as mulheres obtiveram valores mais elevados nesta sub – escala do que os homens na amostra do presente estudo.

**Palavras-Chave:** Espontaneidade, Personalidade, Neuroticismo, Extroversão, Impulsividade.

## Abstract

The present study has as basic purposes to check, on one hand, the kind of relationship between spontaneity and two of the five dimensions that compose the individual personality, see the “*Big-Five*” theory, and on the other, to verify the main differences between genders in the used inventories. The sample of this study is composed of university students and workers, in a total of 90 participants who answered a set of questionnaires (demographic data), a spontaneity inventory (SAI-R), a impulsivity sub – scale (N-5), and a personality inventory (NEO-FFI). Data showed a positive correlation between spontaneity and extraversion, and a negative correlation between neuroticism and spontaneity. No differences between men and women were found in the spontaneity inventory and extraversion sub-scale, but there were some statistical differences in the neuroticism sub – scale, showing that the women, of this study, had higher values in this sub-scale.

**Key-Words:** Spontaneity; Personality, Neuroticism, Extraversion, Impulsivity.

## Índice:

<b>Introdução</b> .....	<b>1</b>
<b>Revisão de Literatura</b> .....	<b>2</b>
<b>I. Espontaneidade</b>	
I.1 - Definição de Espontaneidade .....	2
I.2 - Canon Espontaneidade – Criatividade .....	3
I. 3 - Não – Espontaneidade .....	6
I. 4 - Estudos anteriores relacionados com a Espontaneidade .....	6
<b>II. Impulsividade</b>	
II. 1 – Definição .....	9
II. 2 - Causas para a Impulsividade .....	10
II. 3 - Impulsividade Funcional e Disfuncional .....	10
<b>III. Personalidade</b>	
III. 1 – Definição .....	12
III. 2 -Teoria dos Traços .....	14
III. 3 - Modelo dos Cinco Factores ( <i>Big – Five</i> ) .....	17
III. 4 - Neuroticismo e Extroversão .....	20
<b>Metodologia</b> .....	<b>25</b>
Delineamento .....	25
Participantes .....	25
Procedimento .....	27
Caracterização dos Instrumentos .....	28
<b>Resultados</b> .....	<b>30</b>
<b>Discussão</b> .....	<b>35</b>
<b>Referências</b> .....	<b>37</b>
<b>Anexos</b> .....	<b>40</b>
<b>Anexo I – Folha de Rosto (Dados Demográficos)</b> .....	<b>41</b>

<b>Anexo II</b> – Inventário de Impulsividade (NEO 5) .....	42
<b>Anexo III</b> – Inventário de Personalidade (NEO-FFI) .....	43
<b>Anexo IV</b> – Inventário de Espontaneidade (SAI-R) .....	47
<b>Anexo V</b> – Output aspectos estatísticos variável Idade .....	48
<b>Anexo VI</b> – Output Fiabilidade das Escalas (SAI-R e NEO-FFI) .....	49
<b>Anexo VII</b> – Output Correlação entre variáveis .....	52
<b>Anexo VIII</b> – Output Sensibilidade das Escalas (SAI-R e NEO-FFI) .....	53
<b>Anexo IX</b> – Output Diferenciação Género .....	54
<b>Anexo X</b> – Output Teste de Normalidade das Escalas (SAI-R e NEO-FFI) .....	55
<b>Anexo XI</b> – Output do Teste Homogeneidade de Variâncias .....	56
<b>Anexo XII</b> – Output do Teste Paramétrico ANOVA - One Way .....	57

## Introdução

Muitos têm sido os estudos sobre os temas centrais nesta investigação, **Espontaneidade e Personalidade**.

A realização do presente trabalho partiu do interesse em torno destes conceitos, pois apesar de já serem alvo de estudos há vários anos, numa perspectiva individual ou relacionada com outros conceitos (e.g. Stress, Bem-Estar, Orientação Temporal, Afectividade, entre outras), não encontramos literatura que reporte aos objectivos desta tese, i.e., entender a correlação entre duas dimensões da Personalidade (**Neuroticismo, Extroversão**), e os **níveis de Espontaneidade** de uma amostra de indivíduos. Assim, a finalidade deste estudo é tentar perceber de que modo é que estas variáveis se poderão relacionar entre si, sendo que a sua pertinência confere um maior enriquecimento aos estudos e investigações referentes tanto ao campo da Personalidade como da Espontaneidade.

Para se poder estabelecer esta correlação servimo-nos de duas escalas: o **SAI-R**, Inventário de Avaliação da Espontaneidade, e o **NEO-FFI**, baseado na teoria dos 5 grandes factores (“*Big-Five*”), uma versão reduzida do NEO-PI R, um Inventário de Personalidade.

Outro objectivo que se pretende atingir com esta investigação é o estudo da relação entre Espontaneidade e Impulsividade.

Esta tese encontra-se dividida em 4 secções. Primeiramente será exposta uma revisão de literatura que reporta aos conceitos em estudo, sendo que no final deste capítulo são apresentados os objectivos e hipóteses definidas para esta investigação. Numa segunda secção é apresentado o Método utilizado, e feita a descrição dos participantes, procedimento, e instrumentos utilizados. De seguida, numa terceira fase, é elaborada e apresentada a análise dos dados, que tem como objectivo principal o teste das hipóteses definidas inicialmente. Numa última e quarta secção, é apresentada a discussão dos dados, anteriormente analisados, de acordo com a literatura, ao mesmo tempo que se expõem as implicações práticas e teóricas perante os resultados obtidos. Nesta secção são ainda identificadas algumas das limitações desta investigação, e também dadas algumas sugestões para estudos futuros que se interessem por esta temática.

## Revisão de Literatura:

### Capítulo I: Espontaneidade

#### I. 1 – Definição de Espontaneidade

Quando falamos de **Espontaneidade** nos dias de hoje, e em linguagem corrente, podemos estar a falar de um conceito visto como sinónimo de improvisação, impulsividade, instinto e o oposto do que se considera como rotineiro ou planeado, e onde a situação espontânea é caracterizada como aquela em que o indivíduo, sem grande reflexão prévia, responde a uma nova ou corrente situação sem restrições ou premeditações.

Devido à contínua dificuldade no que toca à sua definição, muitos tem sido os autores a estudar este conceito tão inerente à condição humana, o que em consequência leva a que existam várias definições para a Espontaneidade.

Coloquialmente a Espontaneidade é considerada enquanto uma acção que surge a partir de sentimentos inatos ou impulsivos, sem restrições ou premeditações, enquanto em linguagem científica este conceito corresponde à “ (...) noção de agir a partir de sentimentos inerentes (naturais) e/ou impulsivos, sem a presença de premeditação, mas com alguma direccionalidade e contenção (...). ” (Christoforou & Kipper, 2006).

De acordo com a Teoria Moreniana, a Espontaneidade é caracterizada como “ (...) uma energia que não pode ser conservada, isto é, que não se acumula; que se consome e/ou gasta numa actividade de “tudo ou nada”; que pode ser observada e desenvolvida através de treino (...) (Kipper, 1967, cit. por Kipper, 2000), (...) e que vai também estar associada ao um estilo de vida saudável (Blatner & Blatner, 1988 cit. por Kipper, 2000). Já o contrário de Espontaneidade, de acordo com esta Teoria, considera-se o estado de ansiedade e um estilo de vida monótono e repetitivo (Kipper, 2000).

Um dos autores que mais se destacou através dos seus estudos e aplicação do conceito nas suas práticas foi Jacob Levi Moreno, que considerou a Espontaneidade enquanto um elemento fundamental na criação do Psicodrama, e como método na intervenção clínica e terapia de grupo (Moreno, 1964, citado por Kipper, 2000). Nas suas várias obras acerca da Espontaneidade, Moreno elaborou definições que melhor pudessem caracterizar este conceito. Inicialmente, a espontaneidade era considerada para este autor enquanto “ (...) uma energia que impulsionava os indivíduos para determinadas respostas (...)” (Fox, 1987, p.42 cit. por Christoforou & Kipper, 2006), mais tarde, e segundo Kipper & Hundal (2005), a espontaneidade



para Moreno deixa de ser o elemento que impulsionava o indivíduo para determinada resposta, passando esta última, a própria resposta, a ser considerada como espontaneidade (Christoforou & Kipper, 2006). Definição que encontramos também no seu livro “*Who Shall Survive?*” de 1953, onde a espontaneidade é então caracterizada como “ (...) uma resposta adequada a uma nova situação ou uma nova resposta para uma situação conhecida (...) ”. Nos dias de hoje, a Espontaneidade é definida como “ (...) *uma resposta apropriada a uma nova situação e uma nova resposta para uma situação conhecida* (...) ”. A Espontaneidade pode surgir sob dois tipos de formas, **energia** e **resposta**, e assim, enquanto *energia* a espontaneidade corresponde (...) “a um estado psicológico de prontidão para o acto, precedendo o acto em si (...) ”, e enquanto *resposta* vai referir-se “ (...) ao acto em si (...) ” (Kipper, 2000).

Blatner & Blatner (1988), vêem a espontaneidade como um importante elemento associado à saúde mental, e para Moreno (1964) o indivíduo espontâneo vai ser considerado como melhor orientado na sua vida, com maiores níveis de inspiração e inteligência, e menor ansiedade. Assim, podemos considerar que a ocorrência frequente de episódios de espontaneidade é considerado como um benefício em termos mentais e/ou psicológicos (Kipper, 2000).

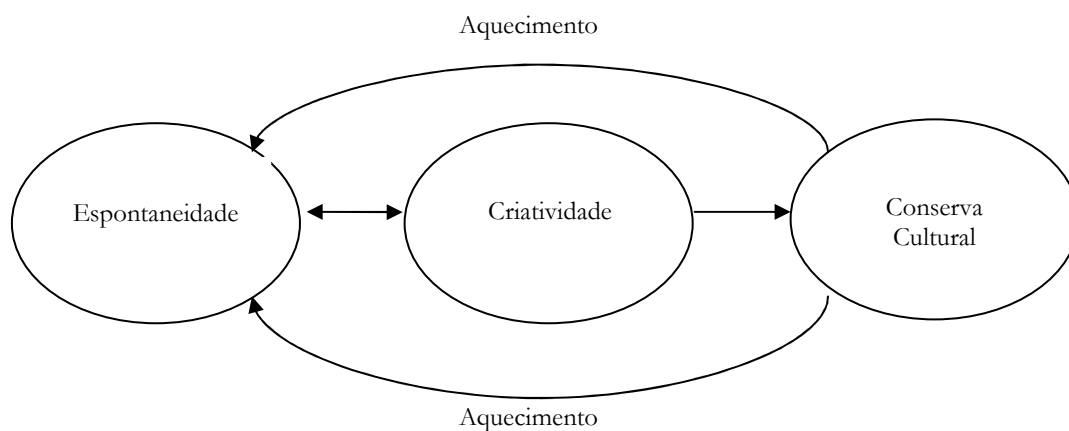
A espontaneidade é também vista enquanto uma qualidade que pode ser treinada ao longo dos anos, o que leva à ideia de que se for alvo de treino (através de elementos como idade e experiência) a espontaneidade pode ser aprendida e adquirida. Outra característica que podemos encontrar associada à Espontaneidade é o facto de esta se poder encontrar no indivíduo quando ele está a pensar, a sentir, quando está em descanso, e da mesma forma quando se encontra em acção (Moreno, 1946, citado por Kipper 2005).

Em resumo, e segundo as várias descrições apresentadas por Moreno, a Espontaneidade é vista enquanto um estado mental positivo; marcada por uma atitude que apresenta a preparação para responder apropriadamente, de forma não premeditada a situações inesperadas; que se encontra envolvida em actividades com fim criativo; tratando-se também de uma experiência cognitiva e emocional (Kipper & Buras, 2009).

## I. 2 - Canon Espontaneidade – Criatividade

Moreno (1993), propôs o **Canon** da Espontaneidade – Criatividade, no qual apresenta elementos que permitem caracterizar a vida dos indivíduos em termos de produtividade e satisfação. Para Moreno este *canon* caracteriza um ciclo que é experienciado pelo indivíduo, onde a **espontaneidade** leva à **criatividade**, o que conseqüentemente resultava em **conserva cultural**

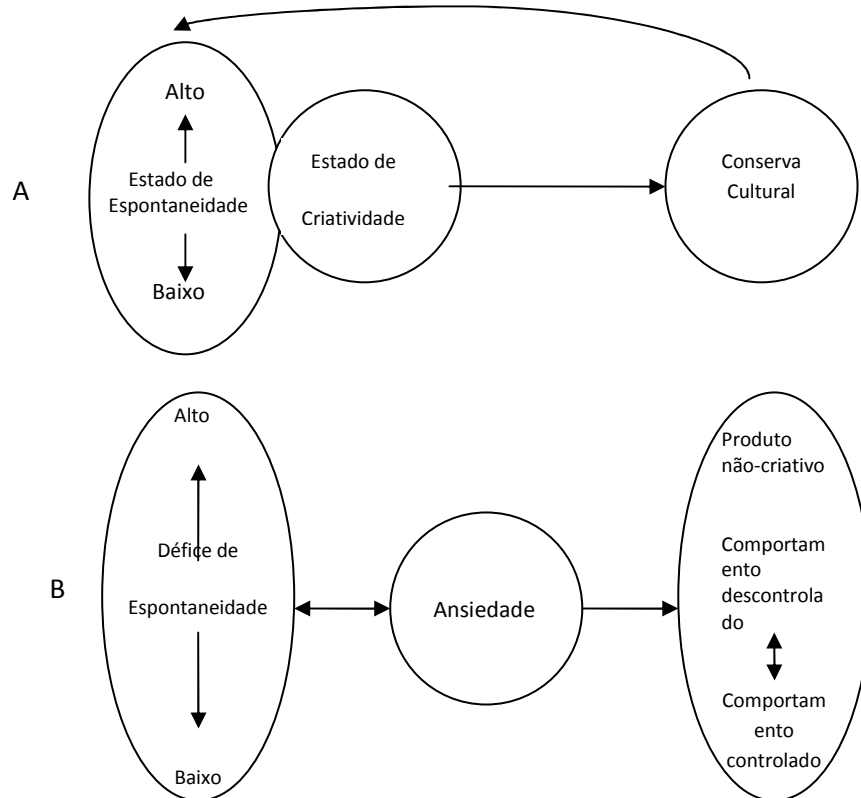
(ver **FIGURA 1**). Uma vez criada, a conserva cultural iria impulsionar o surgimento de mais episódios de espontaneidade, através do processo de aquecimento, o que levava a que o ciclo se repetisse novamente. Assim, esta sequência é composta por 4 passos, onde o acto criativo tem início a partir do **processo de aquecimento**, tratando-se de um estado primário que produz entusiasmo e preparação para o indivíduo ser espontâneo, que leva à **espontaneidade** ou estado espontâneo, que por sua vez, impulsiona o **estado criativo**, que se caracteriza por um estado metal interno onde uma série de ideias surgem na mente do indivíduo, na sua maioria de forma caótica, que surge sob a forma de acto criativo e que termina na forma de **conserva cultural** (Kipper & Buras, 2009). Por outras palavras, estas 4 fases vão criar a acção, ajudando o indivíduo a gerar ideias, e a produzir o produto final, que se apresenta sob a forma de comportamento. Quando se fala neste processo de criação de ideias, tem de se fazer referência a um facto anteriormente referido por Moreno, acerca da hipótese de a Espontaneidade poder tratar-se de uma característica que pode ser treinada, e que este treino, deveria ser acompanhado por um treino na criação de ideias alternativas, aquando de situações rotineiras e/diárias. Ainda acerca do treino da Espontaneidade, não existe literatura que permita desvendar se os diferentes níveis de espontaneidade apresentados pelos indivíduos, são fruto das suas características de personalidade ou se serão resultado das suas próprias habilidades e treino (Kipper, 2006).



**FIGURA 1** - Cânon da espontaneidade - criatividade (adaptado de Moreno, 1993)

Actualmente, Kipper apresenta uma revisão do Canon inicialmente proposto por Moreno, começando por dividi-lo em duas partes (ver **FIGURA 2**). A primeira corresponde a uma sequência saudável de espontaneidade – criatividade e que deverá seguir ideias preconizadas no Canon de Moreno. A segunda é uma nova sequência, adicionada ao Canon anterior, correspondendo ao seguimento patológico da espontaneidade – criatividade, caracterizando um deficit no estado de espontaneidade ou sequência de um comportamento mal - adaptado. Ambas

as partes vão ter em comum três componentes importantes: motivação, processo, e resultados. Esta revisão surge com base nos resultados dos estudos de Kipper & Jones (2005), Kipper & Hundal (2005), e de Christoforou & Kipper (2006), onde é enunciada a necessidade de separar cada sequência (saudável e não saudável) correspondente do Canon, pois cada uma vai correlacionar-se com variáveis diferentes, nomeadamente a espontaneidade que se correlaciona positivamente com o bem-estar, enquanto o deficit de espontaneidade se correlaciona com dimensões da ansiedade, o que dá conta que estas duas sequências correspondem a dois *continua* separados. Novos elementos deste canon denotam-se no estado de espontaneidade, que pode surgir sob diferentes intensidades, todas consideradas enquanto motivações saudáveis; e no facto de o estado de espontaneidade e de criatividade, embora se constituam como estados mentais diferentes, partilham características neste Canon revisto, sendo que no canon anterior Moreno defendia a ideia de que estes dois estados mentais eram distintos. A conserva cultural, neste novo Canon, continua vista enquanto resultado do acto criativo, e o processo de aquecimento é ainda considerado enquanto elemento impulsionador do estado de espontaneidade (Kipper, 2006).



**FIGURA 2 - Cânon da espontaneidade - criatividade revisto (adaptado de Kipper, 2006)**

### I. 3 – Não – Espontaneidade

Segundo a Teoria Moreniana a Espontaneidade é um estado psicológico desejável, que pode surgir sob três formas (criativa, estereotípica e patológica), que vão coexistir num *continuum*, onde a espontaneidade **criativa** e **patológica** correspondem aos seus extremos, e no centro encontra-se a espontaneidade **estereotípica**. Já a ausência de episódios de Espontaneidade dão conta da presença de patologia (Moreno, 1964, cit. por Kipper, 2000). Assim, a espontaneidade correlaciona-se negativamente com a ansiedade, sendo que “ (...) *a espontaneidade e a ansiedade são funções correlacionadas, quando a espontaneidade aumenta, a ansiedade baixa e vice-versa. (...)* ” (Moreno et al. 2000, p.12, cit. por Kipper, 2000). Actualmente a espontaneidade é considerada enquanto estado mental de qualidade positiva, ao mesmo tempo que a ausência de episódios de espontaneidade não significa automaticamente a presença de patologia, pois na opinião de Kipper (2000) ao longo de um dia, as experiências de não - espontaneidade do indivíduo perduram durante mais tempo do que as de espontaneidade, e assim, o conceito de **não - espontaneidade** não se refere a uma experiência específica e/ou particular, mas a uma grande variedade de atitudes e sentimentos comuns, que não podem ser considerados enquanto elementos espontâneos, mas antes actividades diárias que fazem uso de memória e lógica, i.e., enquanto meios de resposta primários.

De acordo com Kipper & Hundal (2005) a diferença entre os conceitos de espontaneidade e de não – espontaneidade, é de que o primeiro conceito corresponde a estados mentais variados que se encontram associados à preparação para actuar perante uma nova situação, enquanto a não – espontaneidade vai corresponder às variadas características do indivíduo associadas a comportamentos rotineiros e/ou diários. Assim, de acordo com as ideias anteriores poderíamos pensar que estes dois conceitos não poderiam coexistir de forma simultânea num determinado momento, mas, e ainda segundo os autores anteriores, o indivíduo que é espontâneo numa determinada situação não vai obrigatoriamente ser espontâneo noutra situação diferente, i.e., o indivíduo que não se caracterize enquanto uma pessoa espontânea, não significa que não vá actuar espontaneamente quando for necessário.

### I. 4 – Estudos Anteriores relacionados com a Espontaneidade

Vários tem sido os estudos que tentaram encontrar associações entre os níveis de espontaneidade no indivíduo e outros conceitos, nomeadamente Kipper & Shemer (2006), onde os investigadores hipotetizaram, por um lado, que os níveis de espontaneidade obtidos na escala SAI-R vão encontrar-se positivamente correlacionados com as dimensões de bem-estar, e por

outro, a existência de uma relação negativa entre a espontaneidade e o stress. Os resultados vieram demonstrar que existe de facto uma correlação positiva entre a Espontaneidade e o Bem-Estar, mas uma correlação negativa com o Stress, o que surge em convergência com a teoria moreniana, já que, segundo Moreno, a espontaneidade encontra-se relacionada positivamente com a saúde mental, mas negativamente com elementos como ansiedade ou depressão, relacionados com o stress.

Já no estudo de Christoforou & Kipper (2006), os investigadores hipotetizaram, por um lado, uma correlação negativa entre os valores obtidos na escala SAI e variáveis como o estado ansioso e/ou ansiedade traço, e comportamentos obsessivos (e.g. compulsão), e uma correlação positiva entre os resultados obtidos na escala SAI e a orientação temporal. Por outro lado, hipotetizaram uma correlação positiva entre os valores obtidos no SDI (Spontaneity Deficit Inventory) e variáveis como estado ansioso e/ou ansiedade traço; comportamentos compulsivos e orientação temporal passada. Os resultados vêm na direcção das hipóteses formuladas, na medida em que se confirma a existência de uma correlação negativa entre a espontaneidade e a ansiedade traço ou estado ansioso. No entanto, os investigadores afirmam que apesar de não se encontrarem relacionadas, as duas variáveis (espontaneidade e não – espontaneidade) não são consideradas como opostas entre si, na medida, em que podem coexistir no indivíduo, mas não ao mesmo tempo ou em uma situação semelhante. A espontaneidade encontra-se também negativamente correlacionada com as tendências obsessivo – compulsivas, e para Moreno (1964, cit. por Christoforou & Kipper, 2006), vão existir diversos tipos de espontaneidade, nomeadamente a espontaneidade estereotípica, e é este tipo de espontaneidade que mais se encontra relacionada com as tendências obsessivo – compulsivas. No que toca ao deficit de espontaneidade, os resultados demonstram que este se vai encontrar associada à ansiedade, tanto traço como estado, e também com as tendências obsessivo – compulsivas. Assim, quanto maior for o deficit de espontaneidade, mais evidentes serão as tendências ansiosas e obsessivo – compulsivas. No que toca à orientação temporal, os resultados sugeriram que a espontaneidade se encontra positivamente correlacionada com a orientação temporal, principalmente a orientada para o momento presente, o que leva Kipper (1967, cit. por Christoforou & Kipper, 2006), a caracterizar os indivíduos espontâneos como sujeitos “ com uma maior tendência para o enfoque sobre comportamentos, sentimentos, e pensamentos relacionados com o contexto presente, e que (...) evitam remexer o passado”, e esta caracterização encontra-se de acordo com a teoria moreniana, quando Moreno define a espontaneidade enquanto um estado que se gasta num momento e que não ser conservado. Já o deficit de espontaneidade (SDI) encontra-se correlacionado com a orientação temporal mas com incidência no passado, o que segundo Jones

et. al., se deve ao facto de os indivíduos com orientação no passado “(...) pensarem muito no passado e parecem querer a experiência anteriormente vivida (...)” (Christoforou & Kipper, 2006).

Kipper & Hundal (2005), propuseram-se estudar a espontaneidade e a não – espontaneidade, enquanto dois estados mentais separados e não enquanto dois estados mentais opostos entre si no mesmo *continuum*. Para estes autores, a espontaneidade trata-se de um *continuum* que remete para vários níveis de estados mentais associados com a preparação para a acção numa nova situação, e a não – espontaneidade corresponde a um *continuum* que re – envia para vários níveis associados a características do comportamento rotineiro. Por definição, estes vão tratar-se de estados mentais que não poderão coexistir na mesma situação ou momento, mas para estes autores a capacidade de um indivíduo ser espontâneo, numa situação, não prediz obrigatoriamente a sua não - espontaneidade numa outra situação. Os resultados deste estudo vem em conformidade com as hipóteses formuladas, na medida em que os sujeitos não vão caracterizar-se enquanto indivíduos espontâneos, mas, antes, com a capacidade de serem espontâneos, quando é necessário e apropriado, mas que também poderão agir de forma não – espontânea em muitas situações.

## Capítulo II: Impulsividade

### II.1 – Definição de Impulsividade

Relacionada, e muitas vezes confundida, com a Espontaneidade encontramos a **Impulsividade**, que já desde há algumas décadas tem sido alvo de estudo por parte dos investigadores, que até aos dias de hoje tem intentado descrever este conceito, que já passou por várias designações e/ou descrições, nomeadamente a de William James, que descrevia o papel da impulsividade enquanto reacção à expressão comportamental voluntária (Enticott & Ogloff, 2006). Já para os investigadores psicodinâmicos a impulsividade é encarada dentro do contexto de impulsos baseados no *Id* e controlo egóico (Pulkkinen, 1986, cit. por Enticott & Ogloff, 2006).

A dificuldade que surge no que toca à caracterização da Impulsividade poderá dever-se ao facto de ser um conceito que se pode aplicar: ao indivíduo, a um comportamento ou acção específica, a um processo cognitivo, e a um estado disposicional. E por ter uma aplicação numa variedade de áreas a impulsividade é considerada enquanto um “*constructo multidimensional*” (White et al., 1994 cit. Enticott & Ogloff, 2006). Apesar das diferentes visões acerca de como pode compor-se, existem elementos convergentes que vão caracterizar a Impulsividade enquanto “ (...) *uma conduta rápida, espontânea, não – planeada, excessiva, e potencialmente mal – adaptada* (...) ” (Das-Smaal & Kwakman, 1996, cit. por Enticott & Ogloff, 2006). Já para Dickman (1990) a impulsividade é vista enquanto “ (...) *tendência para uma menor deliberação, do que a maioria da população na mesma situação, antes de agir* (...) ”, sendo que esta falta de deliberação, no que toca ao funcionamento cognitivo, vai ser considerada como negativa. Farmer & Golden (2009) caracterizam a Impulsividade enquanto um conceito que corresponde a um conjunto heterogéneo de comportamentos que poderá variar em termos de forma e de função, na medida em que cada caracterização feita acerca da Impulsividade poderá focar-se nas suas qualidades adaptativas, ou no seu contrário, no que concerne ao resultado do comportamento impulsivo.

Moeller e col. (2001, cit. por Congdon & Canli, 2008), por sua vez, caracterizam a impulsividade enquanto “ (...) *uma predisposição para responder a estímulos internos ou externos, sem que se tenha em conta as suas potenciais consequências negativas tanto para o indivíduo como para os outros.*”. Para Lin e col., (2009), a *decisão impulsiva* pode ser vista a partir de duas perspectivas: uma, que se caracteriza pela avaliação emocional com o objectivo de procura do prazer, e outra que consiste numa avaliação mais racional e de longo - termo com o objectivo de procura de realidade. Poderão surgir conflitos no que toca à escolha do tipo de

impulsividade, pois o indivíduo poderá perceber as recompensas e/ou o prazer ganho mais rapidamente como mais atractivas, do que as recompensas recebidas mais tardiamente.

Ao fazer a descrição e caracterização do conceito de Impulsividade faz também sentido apresentar a designação sobre a **pessoa impulsiva** e de acordo com Personality Research Form Manual, o indivíduo impulsivo é o “ (...) *que actua no pico do momento, sem planeamento e/ou deliberação, de forma entusiasmada e que pode ser volátil no que toca à sua expressão emocional (...)*.” (Jackson, 1974, cit. por Emmons & Diener, 1986). Para Ainslie (1975) a pessoa impulsiva não gosta de esperar pelas suas recompensas, e já Davids, Kidder & Reich (1962) referem-se ao indivíduo impulsivo como uma pessoa com uma percepção incompleta sobre o seu futuro (Lin e col., 2009).

## II.2 – Causas para a Impulsividade

A impulsividade tem sido um assunto muito estudado por parte dos investigadores, mas no que toca a fazer a elaboração das causas que poderão estar por detrás deste conceito, este torna-se num assunto, segundo Enticott & Ogloff (2006), algo controverso, na medida em que não existe um consenso sobre quais poderão ser os elementos que irão dar origem à impulsividade.

Para Linnoila et al., (1983) a impulsividade é o resultado de um complexo neurobiológico (Enticott & Ogloff, 2006), e na mesma linha de pensamento para Carver & Miller, 2006; Evender, 1999; Manuck et al., 2003, alguns aspectos da impulsividade poderão ser resultado da influência de serotonina (Congdon & Canli, 2008). Já para Glaser (2000, cit. por Enticott & Ogloff, 2006) a impulsividade pode ser consequência de factores ambientais.

Para Enticott & Ogloff (2006), mais do que elaborar a definição de impulsividade, será necessário conhecer os mecanismos explicativos e/ou causais que estão na origem do comportamento impulsivo (e.g. acção repentina sem alvo de premeditação; fruto de um descontrolo inibitório ou de uma tomada de decisão repentina) e em que população se verifica. Deste modo, ao conhecer estes mecanismos, poderão ser utilizados e adaptados às variadas populações que apresentem um comportamento impulsivo mal – adaptado.

## II.3 – Impulsividade Funcional e Disfuncional

Acerca da consistência da Impulsividade, em termos adaptativos ou não – adaptativos, Dickman (1990) caracteriza cada uma destas como impulsividade funcional ou disfuncional. Assim, a **impulsividade funcional** corresponde a uma acção resultante de pouca deliberação,



mas que acaba por originar bons e/ou positivos resultados. De referir que este tipo de impulsividade é vista como melhor relacionada com outras variáveis como o entusiasmo, e “espírito aventureiro” (“*adventurousness*”), o que poderá levar a que o indivíduo identifique este género de impulsividade como benéfica para si, na medida em que estará disposto a correr maiores riscos com o objectivo de poder aumentar a sua produtividade. Exemplos de impulsividade funcional podem encontrar-se na: procura de novas sensações, de elementos excitantes e/ou entusiasmantes, de recompensas, e na necessidade de uma gratificação imediata.

Já a **impulsividade disfuncional** corresponde a uma forma de impulsividade mais desajustada caracterizada como uma acção desempenhada sem planeamento prévio, e com a possibilidade de terminar em prejudiciais e/ou maus resultados para o indivíduo. Este tipo de impulsividade encontra-se relacionado com variáveis como a desordem, o que no momento de agir, leva a que o indivíduo não tenha em conta a maioria dos factos aquando da tomada de decisões, o que, conseqüentemente, leva a um agravamento da situação em que se encontra. Podemos identificar exemplos da impulsividade disfuncional em situações de: impaciência, baixa insistência no desempenho, baixa orientação para o futuro e baixa ansiedade, controlo inibitório e de regulação interna pobres, incapacidade em agir contra os seus impulsos (Farmer & Golden, 2009).

## Capítulo III: Personalidade

O estudo da Personalidade, desde o seu surgimento na década de 30, até aos dias de hoje tem vindo a passar por grandes fases de desenvolvimento e crescimento. Desde as concepções iniciais de Allport e Murray, onde “ (...) a personalidade é melhor compreendida mediante a descrição e análise dos traços subjacentes de personalidade (...) ”, passando pelas concepções de organização cognitivo – comportamental de Mischel nos anos 80, em que “ (...) as diferenças na personalidade são definidas pela maneira como as pessoas agem e pensam, insistindo em que tais actos e pensamentos são, em grande medida, produzidos pela situação em que o indivíduo enfrenta no momento ou enfrentou em momentos passados.” (Gleitman e col., 2003)

Neste capítulo o enfoque encontra-se sobre **dois** dos cinco factores, que segundo o Modelo dos *Big – Five*, compõem a personalidade do indivíduo, **Extroversão** e **Neuroticismo**. E ao abordar estes dois conceitos, torna-se importante caracterizar não apenas o conceito de Personalidade, mas também a Teoria dos Traços e o Modelo dos 5 Factores.

### III.1 – Definição de Personalidade

Apresentar apenas uma definição de Personalidade é uma tarefa complexa, na medida em que existem inúmeras caracterizações, ao que Cook (1984), sobre esta multiplicidade afirmou “ (...) a diversidade de definições, ao nível da personalidade, justifica-se pela variedade de perspectivas, funções (para que é que se está a definir o constructo de personalidade) e níveis de explicação que têm em vista (...) ”, mas para Hall e Lindsey (1984), a variedade de definições vai depender da preferência teórica dos investigadores, de maneira a que as suas concepções sobre o conceito vão ser reflexo das suas posições teóricas (Lima, 1997).

De acordo com o Dicionário de Psicologia (1980) **Personalidade** é um termo “ (...) que exprime a totalidade de um ser, tal como aparece aos outros e a si próprio, na sua unidade, na sua singularidade e na sua continuidade. Cada um possui uma personalidade, que resulta, ao mesmo tempo do seu temperamento; da sua constituição e das múltiplas marcas deixadas na sua história individual (...) Mas não deve ser confundida com o carácter: o carácter é-nos em parte dado, a personalidade constrói-se. Os nossos actos seguem-nos e agimos segundo a imagem que fazemos de nós mesmos ou segundo aquela que queremos dar.”

Para Alport (1937, cit. por Lima, 1997) a personalidade é considerada enquanto “ (...) uma organização dinâmica de sistemas bio-sociais que determinam a adaptação única do indivíduo ao mundo.” Já para Cattell (1965, cit. por Lima, 1997), este constructo trata-se de “ (...)

um conjunto de traços, que predispõe o indivíduo a agir, de determinada maneira, num conjunto de situações” Nesta perspectiva encontramos também a definição de Johnson & Medinus (cit. por Monteiro e Santos, 2003), em que a personalidade “ (...) é a organização distinta e única de traços de um indivíduo, que se reflecte nas reacções que este tem em relação a si próprio e aos outros, na maneira como os outros reagem a ele e no modo como ele enfrenta as suas frustrações e conflitos, isto é, como se ajusta ao ambiente.”

Eysenck (1970, cit. por Lima, 1997), por sua vez, caracteriza a personalidade como “ (...) uma organização duradoura e mais ou menos estável do carácter, temperamento, intelecto e físico de uma pessoa, que fazem dela um ser único e irrepetível”. Para Rotter (1954, cit. por Monteiro e Santos, 2003), a personalidade corresponde a “ (...) formas relativamente estáveis, características do indivíduo de pensar, experimentar e comportar-se.”

Janis (1969), defende a ideia de que a personalidade consiste em “ (...) um padrão de acções, sendo a acção um padrão de conduta, uma disposição a comportar-se de uma maneira descritível.” E uma visão contrária a esta encontra em Pieron, quando afirma que “ (...) a personalidade representa essencialmente a noção de unidade integrativa de um Homem, com todo o conjunto das suas características diferenciais permanentes (inteligência, carácter, temperamento, constituição) e as suas modalidades próprias de comportamento” (Monteiro e Santos, 2003).

Costa e McCrae (1996, cit. por Lima, 1997), por sua vez, conceptualizam a personalidade como “ (...) um sistema definido por traços (da personalidade) e processos dinâmicos pelos quais afectam o processo psicológico individual.” Já McAdams (1990, cit. por Lima, 1997) defende a premissa de que a personalidade deve ser analisada a três níveis paralelos de funcionamento: a) traços disposicionais (e.g., cinco grandes factores); b) preocupações pessoais (e.g. objectivos e tarefas), e c) narrativas de vida (i.e., o indivíduo na sua totalidade).

Como se pôde observar, várias e diversificadas são as definições de personalidade e apesar das suas diferenças podemos encontrar aspectos comuns entre elas, nomeadamente quando fazem referência: à unicidade do indivíduo, aquilo que o distingue de todos os outros; a um conjunto de características estáveis e duradouras ao longo do tempo e das situações; e ao estilo característico de ligação/interacção entre o sujeito e o ambiente físico e social (Lima, 1997).

Ao falar-se sobre o conceito, é também pertinente fazer referência às formas de avaliação do mesmo, e por se tratar de um conceito com diversas definições, vão existir também, em consequência, diversas medidas que se propõem avaliá-lo. Nomeadamente as abordagens Idiográfica e Nomotética, que vão fazer uso de questionários ou da observação para avaliar a personalidade do indivíduo. Rorer (1990) expõe aquilo que considera “o modelo tradicional de

*avaliação da personalidade*”, que é composta, em geral, por uma anamnese, um teste projectivo, um teste objectivo de psicopatologia, um inventário de personalidade, uma medida de funcionamento intelectual, e uma entrevista focalizada na problemática do cliente, sendo que as informações recolhidas tinham como objectivo a elaboração de um diagnóstico. Este tipo de avaliação foi alvo de várias críticas, sobretudo pelos comportamentalistas e cognitivistas, que, segundo Rorer (1990), defendiam a noção de que uma teoria da personalidade não se deveria basear apenas na avaliação das diferenças individuais, e que era necessário fazer a distinção entre a investigação das diferenças individuais e a investigação sobre a teoria da personalidade, pois a estrutura das diferenças individuais não vai ser a mesma que a estrutura de uma personalidade individual. Outra forma de avaliação da personalidade surge com os *Questionários* e *Testes de Personalidade*. E apesar das suas limitações e críticas, esta continua a ser uma das formas de avaliação mais utilizadas, onde seguindo o método de análise factorial os investigadores vão conseguir conceptualizar, a partir dos factores indicados nos resultados, as diferenças individuais nos sujeitos (Lima, 1997).

Nas definições anteriores fez-se referência ao facto de a Personalidade se constituir enquanto um conjunto de traços, e de seguida é exposta a teoria por trás desta concepção.

### **III.2 – Teoria dos Traços**

Ao caracterizar o conceito de Personalidade torna-se pertinente falar sobre a Teoria dos Traços, já que estes são considerados, por um grande leque de investigadores, enquanto sinónimos do conceito de Personalidade, na medida em que podem ser utilizados enquanto formas de descrição e/ou explicação deste. E através desta utilização encontramos dois conceitos chave entre a relação dos traços com a personalidade: a manutenção dos traços ao longo do tempo, i.e., apesar de poder existir diferenças comportamentais consoante a situação em que decorrem, existem determinados traços que vão conferir a individualidade ao indivíduo; e o facto de os traços influenciarem de uma forma directa o comportamento do indivíduo, i.e., quando numa situação específica uma pessoa, de forma espontânea, apresenta um determinado comportamento, poderia aferir-se que este comportamento deriva das suas próprias disposições internas (traços) (Matthews, 2003). Nesta perspectiva autores como Eysenck e Galeno defendem a ideia de que o comportamento apresentado poderá ser descrito através dos traços que se encontram no indivíduo, sendo que em diferentes graus, estes traços se vão correlacionar de forma a definir géneros e/ou tipos mais abrangentes e fundamentais (Lima, 1997).

Tal como na definição de Personalidade, também a definição do constructo de Traços se trata de uma tarefa difícil, na medida em que vão existir diferentes concepções não apenas no que toca à sua designação, mas também sobre a sua origem. Sobre esta última temática, Krahé (1992, cit. por Lima, 1997) sustenta a ideia de que as diferenças encontradas nos traços dos indivíduos advêm da sua base genética, isto é, as diferenças encontradas vão dever-se à percentagem da variância associada à hereditabilidade. Eysenck (1967); McCrae et al. (2000) também apoiam a concepção de que os traços de personalidade (e.g. Neuroticismo e Extroversão) poderão estar relacionados com elementos mais fundamentais da personalidade do indivíduo, que por sua vez se encontram influenciados por factores genéticos. Já para Brody (1994), os traços de personalidade são considerados como causais, i.e., trata-se de elementos genotipicamente influenciados por características latentes das pessoas, que vão determinar a forma como os indivíduos respondem ao mundo social que encontram. Allport (1937), por sua vez, defendia a concepção de que os traços consistiam em estruturas mentais organizadas, que variam de pessoa para pessoa, e que iniciavam e guiavam o comportamento. (Matthews, 2003).

No que toca à sua definição, os traços vão ser vistos por McCrae e Costa (1990, p.23) como “ (...) dimensões das diferenças individuais, com a tendência em apresentar padrões consistentes de pensamentos, sentimentos e acções.” (McCrae & Costa, 1995). Através desta definição podemos inferir a ideia de que os traços podem ser observados ao longo do tempo e nas situações em que ocorrem, sendo que para Lima (1997), estaremos na presença de um traço de personalidade quando a emoção, atitude ou estilo de relação persistem, apesar das mudanças circunstanciais. Para Eysenck (1985, p. 12, cit. por Lima, 1997) o conceito de traço encontra-se relacionado com o conceito de correlação, na medida em que, para este autor, os traços “ (...) estão, também, habitualmente relacionados entre si, dando lugar aos tipos. Podemos assim definir “tipo” como um grupo de traços correlacionados, da mesma forma que os “traços” são um grupo de comportamentos ou tendências de actos relacionados entre si. ”

Assim, e segundo Lima (1997) poderemos caracterizar os traços de personalidade enquanto: **Tendências**, pois como não são determinantes absolutos dos comportamentos, os traços vão tratar-se de disposições que, a par de outros factores (e.g. a situação ou humor) vão influenciar a reacção dos indivíduos a uma determinada situação; **Gerais**, os traços são disposições gerais, e por isso vão encontrar expressão numa variedade de actos específicos; **Dimensões**, já que os indivíduos vão possuir diferentes traços de personalidade entre si, damos conta das diferentes dimensões individuais dos traços, o que conseqüentemente leva a que o grau de manifestação varie consoante a situação em que se apresentam; **Padrões Consistentes**, os traços de personalidade poderão ser observados ao longo do tempo e das situações; **Inferidos**,

os traços são inferidos através da observação do comportamento do indivíduo, sendo a identificação dos traços de personalidade ocorre a partir de referências comportamentais; **Estilos emocionais**, embora possam existir diversos tipos de traços, Cattell afirma que os traços poderão tratar-se de elementos únicos ou comuns, dinâmicos ou temperamentais; **Hierarquizados**, para vários autores os traços poderão ser alvo de uma hierarquização, o que vai permitir que o comportamento do indivíduo seja descrito a vários níveis de abstracção; **Disposições cognitivo – dinâmicas**, para Stagner (1977) os traços dirigem o comportamento de várias formas: informa sobre as situações consideradas como atraentes, e conseqüentemente, determinam em quais delas nos envolvemos voluntariamente, e sobre o estilo de comportamento mais provável que o sujeito exhibirá numa dada situação. Neste sentido, os traços vão funcionar como mecanismos auto-reguladores que se auto-sustem, revelando-se como preditores dos comportamentos mesmo sob forte pressão situacional.

Insurgindo contra as principais **críticas**<sup>1</sup> que contestavam o conceito de Traços de personalidade, McCrae e Costa, (1995, cit. por Lima, 1997) apresentam o “*modelo geral da pessoa*”, em que os traços de personalidade consideram-se enquanto constructos hipotéticos, concebidos como disposições básicas, que vão interagir com as influências externas, contribuindo causalmente para o desenvolvimento de hábitos, atitudes, aptidões e adaptações características. Assim, poderemos sumariar as principais características deste modelo através das seguintes ideias: os traços de personalidade não são formas sumárias de descrição do comportamento, mas antes disposições que são inferidas e que se verificam a partir de padrões de pensamentos, sentimentos e acções; as explicações dos traços não são, em si mesmas, mecanicistas, os mecanismos em que vão ser operacionalizados podem ou não ser especificados através da teoria da personalidade; quando avaliamos o traço de personalidade de um indivíduo, através de um método validado, poderemos invocar este traço como forma de explicação de comportamento desse indivíduo; embora os traços de personalidade sejam constructos psicológicos hipotéticos, tem presumivelmente uma base biológica; ao longo do tempo os traços vão interagir com o ambiente, de forma a produzir adaptações características culturalmente condicionadas e significativas (como atitudes, motivos e relações); os comportamentos específicos vão ocorrer quando estas adaptações específicas interagem com a situação imediata, e assim, os traços são, por conseguinte, causas indirectas ou distantes do comportamento (McCrae e Costa, 1995).

---

<sup>1</sup> Nomeadamente: o facto de existir uma ligação remota dos traços a uma definição operacional; a fidelidade duvidosa das medidas de avaliação dos traços; a falta de validade preditiva dessas mesmas medidas; a superficialidade respeitante ao nível de análise proposto pela abordagem dos traços; e o facto de não serem conceitos explicativos (Lima, 1997).

### III.3 – Modelo dos Cinco Factores

O desenvolvimento deste modelo surge, segundo Caprara e col. (1994, cit. por Lima, 1997) como “ (...) uma solução para o problema da estrutura dos traços e factores da personalidade, permitindo um diálogo entre os diferentes parceiros (e.g. investigadores) e diferentes campos de psicologia (e.g. psicologia diferencial, social, clínica, patológica, intercultural, psicolinguística, teorias cognitivas, etc.). Oferece, desta forma, uma linguagem comum para psicólogos de diferentes tradições, um enquadramento para organizar a investigação e um guia para uma avaliação abrangente dos sujeitos, a nível clínico, educacional e do trabalho e das organizações.”

Os defensores do modelo dos cinco factores, (e.g. Costa e McCrae), vêem-no como uma fórmula necessária para a descrição das diferenças individuais e para constituir um quadro de referência, a partir do qual, possam ser comparados diferentes sistemas, evidenciando mais facilmente, as semelhanças e disparidades (Lima, 1997). Neste seguimento, Barrick e Mount (1991, p. 23) advogam a ideia de que o modelo dos cinco factores é “ (...) um importante instrumento para a formulação e teste de hipóteses relacionadas com as diferenças individuais na personalidade num grande leque de critérios dentro da psicologia pessoal, em especial em sub – campos da selecção de pessoal, avaliação de performance, treino e desenvolvimento” (Detrick & Chibnall, 2006).

Briggs (1989, cit. por McAdams, 1992) por sua vez, considera o modelo dos cinco factores enquanto um grande avanço em termos conceptuais e empíricos no campo da psicologia da personalidade, e apresenta três razões justificativas do mesmo facto: 1) o modelo dos cinco factores proporciona um quadro abrangente para a criação de medidas da personalidade, que procuram representar domínios das diferenças individuais em termos amplos e sistemáticos; 2) permite aos investigadores localizar uma miríade de construções e medidas em campos com espaço conceptual significativo, reforçando a nossa capacidade de comparar e contrastar os diferentes constructos e prometendo iluminar e ordenar uma iniciativa que já foi descrita em “expansão desconcertante”; 3) este modelo sugere as cinco dimensões básicas, que deveriam ser alvo de uma atenção especial aquando da procura pelos mecanismos responsáveis pelas diferenças individuais na personalidade. Na opinião de Costa e McCrae (1989, cit. por Block, 1995), o modelo dos cinco factores “ (...) promove um quadro descritivo para uma melhor avaliação compreensiva dos indivíduos.”

McCrae (1991) define o modelo dos cinco factores enquanto “ (...) uma versão da teoria dos traços que apresenta as muitas maneiras em que os indivíduos diferem, entre si, nos seus

estilos emocionais, atitudinais, interpessoais, e motivacionais, que podem ser sumariados em cinco factores básicos denominados: **Neuroticismo (N)**; **Extroversão (E)**, **Abertura à Experiência (O)**, **Conscienciosidade (C)**, e **Amabilidade (A)**.”

A origem deste modelo, segundo McCrae & John (1992), surge a partir de duas tradições: a **lexical**, e a tradição do **estudo com questionários**, e foi sobretudo com esta segunda corrente que se desenvolveu o **FFM** (*Five-Factor Model*) tal como é nos dias de hoje conhecido (Lima, 1997). O **FFM** originou-se inicialmente a partir das investigações de Eysenck, que identificou os factores de Extroversão e Neuroticismo, como dois elementos importantes da personalidade, sendo que foi Wiggins (1968), que terá designado esta teoria como “*Big Two*”, e seguindo esta perspectiva Golberg (1981), nos seus estudos aquando da designação do modelo dos cinco factores define os como “os cinco grandes” (*Big – Five*). Quando Costa e McCrae começam a trabalhar no modelo incluem inicialmente, aos já existentes, um novo factor, a Abertura à Experiência, sendo que mais tarde vão criar escalas que se propõem avaliar os factores de Conscienciosidade e Amabilidade (Lima, 1997). E apesar das diferenças encontradas entre ambas as tradições acima referidas, não poderá afirmar-se que existe apenas um simples modelo de cinco factores, na medida em que a tradição lexical poderá encontrar diferentes números ou traços em culturas diferentes, enquanto a tradição do estudo através dos questionários poderá variar consoante o questionário aplicado. Para Matthews (2003) algumas das teorias mais influentes sobre a personalidade poderão ser compostas por menos de cinco, por cinco, ou mais de cinco factores. Assim, de acordo com Lima (1997), o modelo dos cinco factores (FFM) surge como um produto da convergência entre ambas as tradições, resultando, em termos empíricos, de tentativas para sumariar medidas de traços de personalidade e enquadrando-se na teoria dos traços, propondo uma estrutura dimensional de cinco factores, e ambicionando uma maior abrangência ao incluir traços emocionais e motivacionais.

Na presente investigação são abordados particularmente os factores Neuroticismo e Extroversão, pelo que serão alvo de uma explicação em maior pormenor mais adiante. Desta forma, podemos começar por caracterizar o factor **Abertura à Experiência (O)**, segundo McCrae (1994), como o interesse pela experiência sensorial, para além da experiência intelectual, adequando-se a uma concepção mais alargada de Abertura. Correlaciona-se fortemente com a sensibilidade, levando a que Murray (1938, cit. McCrae 1994) caracterize esta característica como o “ (...) procurar e encontrar (...) ao experimentar qualquer (...) impressão sensorial; ter percepções delicadas, sensíveis; perceber e comentar a qualidade sensível dos objectos notar a atmosfera, a temperatura, cores do quarto, imagens e vários odores e sons.” Como pudemos então observar os componentes que caracterizam este factor passam pelos valores, percepções e



ideias. Os indivíduos abertos à experiência são caracterizados como tendo maiores gostos culturais, valores liberais, e maior curiosidade intelectual (Clancy e Dollinger, 1993), i.e., os indivíduos que obtêm valores mais elevados neste factor são tidos como criativos, curiosos, originais, imaginativos, com uma grande diversidade de interesses, sendo pouco convencionais ou tradicionais, e que facilmente colocam em causa a autoridade e optam por novas ideias sociais, políticas e/ou éticas (McCrae, 1994, cit. por Lima 1997). Já os sujeitos que obtêm valores mais baixos neste factor são vistos enquanto os indivíduos que preferem os factos e a realidade ao invés da fantasia, ideais ou possibilidades, e que optam pelas visões tradicionais de trabalho e de pensar sobre o mundo que os rodeia (Clancy e Dollinger, 1993).

A **Amabilidade (A)**, de acordo com Watson e col. (1994), trata-se de um factor que se centra sobretudo na natureza das relações entre o indivíduo e os que o rodeiam, poderá contrastar com o factor da Extroversão, mas enquanto que neste último o enfoque se encontra sobre o indivíduo, na Amabilidade o enfoque encontra-se na relação. Assim, os indivíduos que obtenham valores mais altos neste factor são caracterizados como mais altruístas, sensíveis, empáticos, simpáticos para os outros, e praticantes de boas acções sociais. Já os sujeitos hostis são caracterizados enquanto pouco empáticos, manipulativos, desconfiados, e com uma visão mais cínica em relação a si e aos outros, sendo que poderão apresentar-se como agressivos e egoístas aquando da procura dos seus próprios interesses.

A **Conscienciosidade (C)**, segundo Costa e McCrae (1992, cit. por Lima, 1997), é constituída por aspectos proactivos e inibitórios, sendo que os primeiros vão corresponder à necessidade de realização e apego ao trabalho, e o aspecto inibitório vai manifestar os escrúpulos morais e a prudência. Assim, este factor avalia o grau de organização, persistência e motivação pelo comportamento orientado para um objectivo, contrastando pessoas que são de confiança e escrupulosas, com as que são preguiçosas e descuidadas. Já de acordo com Watson e col. (1994), a conscienciosidade encontra-se centrada sobre o controlo de impulsos, onde os indivíduos conscienciosos não serão alvo de uma maior estimulação e/ou provocação pela procura imediata de sensações, tendo um maior auto-controlo. São indivíduos que planeiam cuidadosamente antes de agir, e que evitam situações que possam envolver risco ou perigo; respeitam e observam as normas culturais, éticas, legais e morais; são pessoas sérias, responsáveis, disciplinadas, e trabalhadoras no objectivo de atingir metas futuras. Já os indivíduos que obtêm baixas pontuações neste factor vão ser consideradas enquanto mais orientadas para a procura de sensações no momento imediato, não se deixando afectar por considerações mais abstractas. Tendem a ser mais impulsivas e a agir sem ter em conta as implicações do seu comportamento a longo – prazo. Não se encontram ligados às regras tradicionais ou restrições da sua sociedade,

tem falta de auto-disciplina, e ética laboral que os impede de atingir as suas metas e ambições, e vão também ser considerados enquanto sujeitos desorganizados e descuidados, o que conseqüentemente leva a que falhem nas suas responsabilidades ou compromissos.

Em seguida vão ser abordados os dois factores, que devido à sua origem num outro modelo (“*Big Three*” de Eysenck), foram alvo de um maior reconhecimento e estudo por parte dos investigadores, em comparação com as outras dimensões (Eysenck, 1990, cit. por Clancy e Dollinger, 1993).

#### **III.4 – Neuroticismo e Extroversão**

O Neuroticismo, também designado como emoção negativa, corresponde, segundo McCrae (1991), “ (...) à dimensão subjacente à experiência crónica de emocionalidade negativa, como o medo, culpa, frustração.” E muitas das medidas de má adaptação vão estar relacionadas com aspectos do neuroticismo, sendo que esta será uma das dimensões mais familiares na prática clínica. Para Clancy e Dollinger (1993), esta dimensão refere-se “ à propensão do indivíduo em experienciar várias emoções negativas (e.g. ansiedade e depressividade). Já para Watson e col. (1994), o neuroticismo “ reflecte as diferenças individuais no que toca à forma como o indivíduo experiencia e percebe o mundo enquanto perigoso, problemático e stressante.” Os indivíduos que obtenham valores mais elevados nesta faceta afirmam experienciar várias emoções negativas (e.g. ansiedade, depressividade, raiva, vergonha, embaraço e culpa) e de forma mais intensa do que os indivíduos que obtêm valores inferiores. São indivíduos que afirmam sofrer de uma grande variedade de problemas, sendo que se auto-culpabilizam pelos mesmos; tem a tendência de não se sentirem adequados ou inferiorizados perante os outros; são muito auto-críticos, ainda que sejam também bastante sensíveis quando alvo de críticas, por parte dos outros. Resultados altos nesta dimensão encontram-se correlacionados com altos níveis de stress. E por se tratarem de indivíduos que não possuem boas estratégias de  *coping*  para lidar com situações stressantes, acaba por surgir uma pronunciada labilidade emocional, sendo ainda de notar que esta relação entre o neuroticismo e o stress advém, em parte, do facto destes indivíduos neuróticos se encontrarem de forma activa a criarem problemas para si próprios, pois ao possuírem uma visão mais negativista sobre tudo o que os rodeia, poderão procurar problemas onde não os há, sobretudo para os outros que os rodeiam. Já os indivíduos que obtêm valores baixos nesta dimensão são considerados enquanto sujeitos satisfeitos e com uma visão optimista sobre a sua vida e sobre o mundo, sendo que vão, assim, apresentar níveis menores de afectividade negativa e stress (Watson e col. 1994).

Para Costa e McCrae (1992), a escala do Neuroticismo no inventário NEO PI- R avalia a adaptação *vs.* a instabilidade emocional. Identifica, assim, os indivíduos preocupados, nervosos, emocionalmente inseguros, com sentimentos de incompetência, hipocondríacos, com tendência para a descompensação emocional, ideias irrealistas, desejos e necessidades excessivos e respostas de *coping* desadequadas. Assim, podemos observar que o aspecto fulcral deste domínio centra-se na tendência em experienciar afectos negativos como a tristeza, medo, embaraço, raiva, culpabilidade, e repulsa. E de acordo com os autores anteriores, também Costa et al. (1992, cit. por Lima, 1997), encontram correlações entre algumas medidas do neuroticismo e elementos stressantes, sendo que encontram também relações entre elevados valores do neuroticismo e uma baixa satisfação sexual, sendo que os indivíduos que maiores resultados obtêm nas medidas de Auto - Consciência e Depressão, são os que mais evitam o contacto sexual, pois poderão ter uma menor experiência neste âmbito ou tratarem-se de indivíduos com uma visão mais conservadora sobre o assunto. Os indivíduos que obtenham valores mais baixos neste factor são considerados como emocionalmente estáveis, calmos, com um humor constante, relaxados, seguros, satisfeitos consigo mesmos, e capazes de fazer frente face a situações de tensão, sem ficarem transtornados.

Tem surgido alguns estudos que vão relacionar o neuroticismo e outras variáveis, nomeadamente a desregulação comportamental, o que leva a que o neuroticismo seja encarado enquanto um forte predictor para os sintomas das patologias estado - limite (Borderline disorder) (Trull, Widiger, Lynam & Costa, 2003), perturbações alimentares (Cassin & Van Ranson, 2005) e perturbações alcoólicas (Cooper, Agocha & Sheldon, 2000, cit. por Fetterman et al. 2010). Podem encontrar-se também estudos que indicam a existência de uma correlação positiva entre o neuroticismo e a impulsividade (Eysenck & Eysenck, 1977) e de uma correlação negativa entre o neuroticismo e o auto - controlo (Tangney, Baumeister & Boone, 2004, cit. por Fetterman et al., 2010). A relação entre o neuroticismo e o stress tem sido outro dos temas estudados pelos investigadores, sendo que para Eysenck & Eysenck (1985) o neuroticismo encontra-se, em geral, ligado a uma maior sensibilidade no que toca aos elementos stressores diários, a mais altos níveis de preocupação, e a uma tendência em experienciar emoções negativas. Já Hirschfeld et al. (1989), reportam terem encontrado estudos onde se evidenciava que altos níveis de neuroticismo previam os primeiros episódios de depressão clínica em pessoas não deprimidas. Também Kendell & DiScipio (1968) reportam estudos onde se observava que pessoas deprimidas apresentavam maiores níveis de neuroticismo, comparativamente a pessoas não deprimidas, sendo que a partir das ideias dos estudos anteriores e das conclusões de outras investigações aferiu-se que vai existir uma associação entre altos níveis de neuroticismo e o desenvolvimento de uma depressão clínica (Roberts, Gilboa & Gotlib, 1998).

A **Extroversão**, também denotada como emoção positiva, requer, segundo Watson e col. (1994), “ (...) a vontade em envolver e confrontar-se com o ambiente exterior, em especial o ambiente social”. Os indivíduos extrovertidos encaram a vida de forma activa, entusiasmada, alegre e com confiança. Procuram e apreciam a companhia dos outros, sendo que se sentem confortáveis e confiantes nas suas interacções sociais. Também desejam a procura por novas e intensas experiências e/ou sensações, não se deixando vencer por obstáculos que possam surgir.

Para Lima (1997) a extroversão traduz “ a quantidade e intensidade das interacções interpessoais, o nível de actividade, a necessidade de estimulação e a capacidade de exprimir alegria”, sendo que os indivíduos extrovertidos vão ser tidos como pessoas sociáveis, que apreciam o convívio com os outros; são afirmativos, optimistas, amantes da diversão, afectuosos, activos e conversadores, tratando-se, assim, de indivíduos que gostam da excitação e estimulação, e tendem a ser alegres, animados, enérgicos e optimistas.

McCrae (1991), por sua vez, argumenta que a extroversão, que também se pode traduzir por energia ou entusiasmo, “ é vista a um nível interpessoal no que toca à sociabilidade, dominância, e temperamento em altos níveis de actividade e alegria.”

Já os indivíduos introvertidos, contrariamente aos anteriores, são vistos como pouco entusiasmados, confidentes ou enérgicos, com tendência para serem mais reservados, socialmente inadaptados, e com orientação para o evitamento de situações consideradas como mais intensas, i.e., vão tratar-se de indivíduos hesitantes no que toca à sua interacção com o ambiente social numa forma mais activa (Watson e col., 1994). Ainda sobre os indivíduos introvertidos Lima (1997) afirma que se trata de indivíduos com um ritmo de vida mais calmo, mais tímidos, que apreciam estar sozinhos, sendo mais orientados para a tarefa, e independentes na sua tomada de decisão, o que não é sinónimo obrigatório de que sofram de ansiedade social ou que sejam pouco amigáveis, infelizes ou pessimistas.

Vários estudos se têm debruçado sobre esta faceta da Personalidade e sobre a sua relação com outras variáveis, nomeadamente a afectividade. Côté & Moskowitz no seu estudo de 1998, confirmam a existência de uma relação entre a afectividade positiva e a extroversão, sendo que os resultados indicaram que o processo pelo qual os indivíduos extrovertidos vão experienciar maiores níveis de afectividade positiva deriva do facto destes tirarem melhor partido das situações de carácter afectivo positivo e com as que se relacionam de forma mais frequente.

Nos parágrafos anteriores foi exposto em que consiste o modelo dos cinco factores, qual a sua importância e razões pelas quais se torna pertinente a sua utilização, e nos próximos parágrafos serão expostas algumas das **críticas** que foram lançadas ao **FFM**. Nomeadamente, a

crítica apontada por Digman (1990), correspondente ao desacordo em relação ao número apropriado de factores para descrever a personalidade, ao que os defensores deste modelo afirmam que apesar de poderem existir outros modelos que possam utilizar mais ou menos do que cinco factores (e.g. 16 de Cattell, 3 de Eysenck), o FFM, através dos vários estudos realizados, tem vindo a demonstrar uma variância independente avaliada pelos vários inventários de auto-avaliação, o que vem reforçar a ideia de que este se trata de um bom modelo na avaliação da personalidade. Outra crítica é apresentada por Block (1995, p. 200), quando expõe algumas reservas pelo facto de não ter demonstrado que “ em número e em espécie os seus cinco factores estão posicionados de forma única e adequada, a ponto de proporcionarem descrições compreensivas e penetrantes acerca da personalidade”, sendo que a crítica se estende à tradição lexical na medida em que “ não existe garantia de que a essência da hipótese lexical permita a expressão de aspectos da personalidade cientificamente cruciais”, ao que Golberg e Saucier (1995, p. 221) contra-argumentam que este género de crítica poderia levar a que se ignorasse “ um vasto corpo de evidência científica, a favor do modelo, que se tem avolumado, ao longo dos anos, sobre a estrutura fenotípica dos atributos da personalidade.”

A aplicação clínica do modelo tem sido outra das críticas a apontar ao FFM, na medida em que para Briggs (1989) o modelo é considerado como tendo uma utilidade descritiva e preditiva muito limitada, o que impede a elaboração de grandes hipóteses, por se situar a um nível geral, o que leva a que não seja aconselhado o seu uso em clínica, a não ser como mais um instrumento de avaliação complementar. De referir ainda que esta crítica já é considerada como ultrapassada devidos aos inúmeros estudos que tem sido feito em termos de correlações entre os cinco factores e outras variáveis. McAdams (1992) no seu leque de limitações acerca do **FFM**, faz referência à incapacidade do modelo em proporcionar explicações causais para o comportamento e para a experiência humana, ao que Costa e McCrae (1992) contra argumentam com a dificuldade existente em determinar os efeitos causais de diferentes dimensões. Outra limitação apresentada por McAdams (1992), diz respeito à incapacidade do modelo em lidar com os aspectos principais do funcionamento da personalidade, para além do nível dos traços. Este autor caracteriza o modelo dos cinco factores segundo uma perspectiva que ele próprio designou como a “psicologia do estranho” (“*Psychology of the stranger*”), na medida em que este modelo pode proporcionar informações sobre as pessoas, que são necessárias de saber quando não se sabe nada sobre elas, e ainda que este modelo se torna importante no estudo da personalidade, não se trata de um modelo integrativo único da personalidade, já que vão ser as existências concretas e singulares que constituem, de forma constante, um maior desafio às construções teóricas (Lima, 1997).

Assim, tendo em conta todos os estudos e ideias anteriormente referidos, a investigação presente tem como principais **objectivos** o estudo da **possível** relação entre os factores que vão constituir a Personalidade (Neuroticismo, Extroversão) com os níveis de Espontaneidade do indivíduo, assim como proceder à observação das principais diferenças de valores na amostra que constitui a presente tese, tendo em atenção factores como o género. Em toda a literatura analisada, não houve notícia de qualquer modelo de investigação semelhante realizada anteriormente, no que toca à correlação dos dois conceitos em voga.

As hipóteses traçadas para a presente investigação são:

1<sup>a</sup> – Hipotetiza-se que os indivíduos com maiores níveis na escala de espontaneidade (SAI-R), irão obter níveis menores na sub - escala de Neuroticismo do NEO-FFI, esperando-se assim uma correlação negativa entre as duas variáveis.

2<sup>a</sup> – Hipotetiza-se que os indivíduos que alcançarem bons resultados na sub - escala de Extroversão do NEO-FFI, irão também obter bons níveis na escala de espontaneidade (SAI-R), esperando-se assim a existência de uma correlação positiva entre as duas variáveis.

## Metodologia:

### ***Delineamento:***

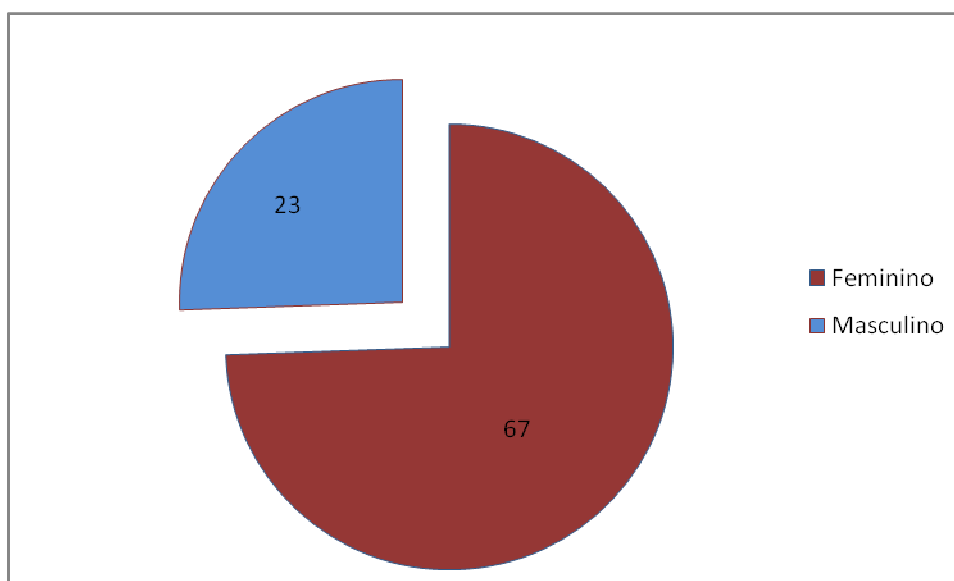
A presente investigação é um estudo correlacional, onde se pretende averiguar a relação existente entre os níveis de Espontaneidade e os valores obtidos em duas sub - escalas de Personalidade (Neuroticismo e Extroversão).

### ***Participantes:***

A amostra da presente investigação constituída pelo método de amostragem “por conveniência”, ou não probabilística, é formada por 90 participantes, de ambos os sexos, com idades compreendidas entre os 19 e os 65 anos, sendo a sua média de idade 29 anos.

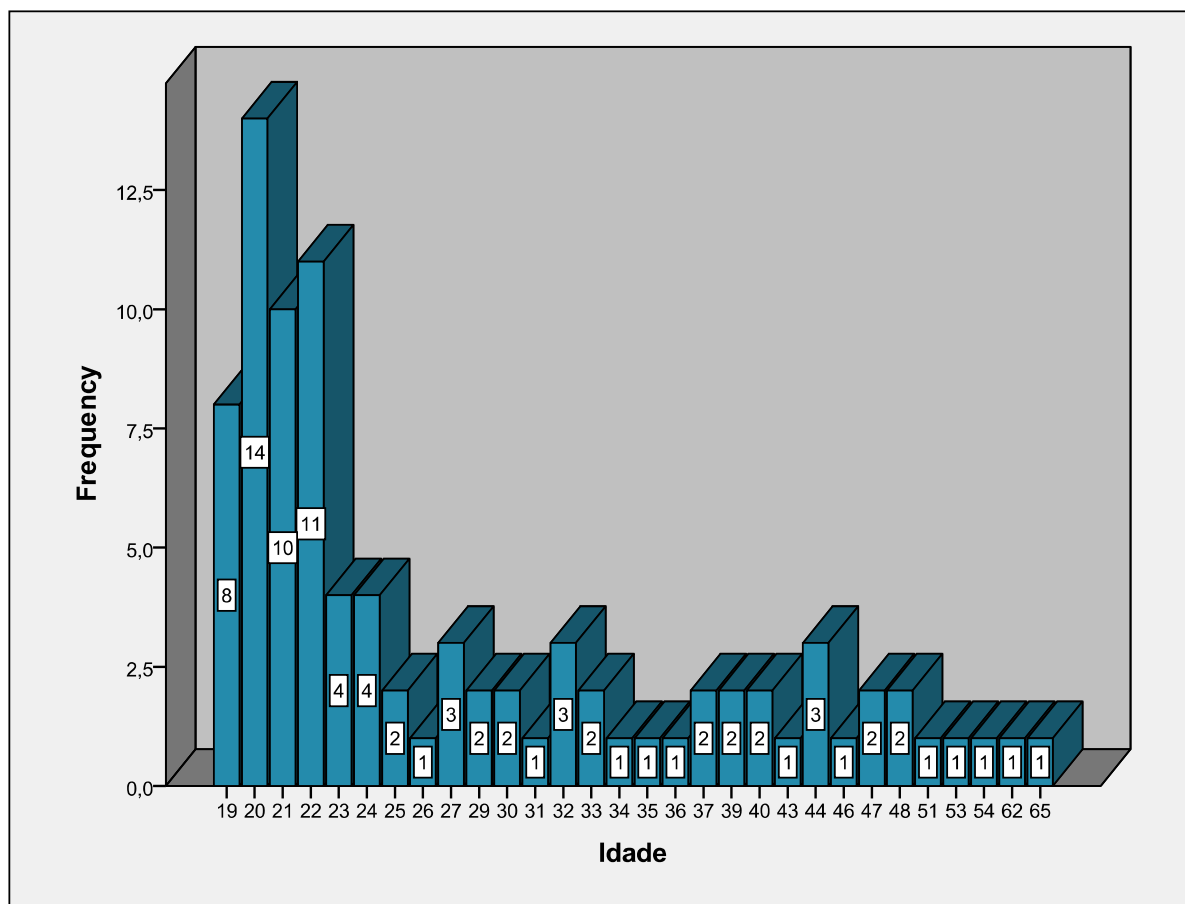
Dos 90 participantes que responderam aos questionários de carácter sócio - demográfico 67 (74,4%) pertencem ao sexo feminino e 23 (25,6%) ao sexo masculino.

**Gráfico 1:** Distribuição dos participantes segundo o Sexo



Nestes questionários os sujeitos responderam também a questões sobre a sua idade, e situação profissional.

**Gráfico 2:** Distribuição da frequência da idade dos participantes

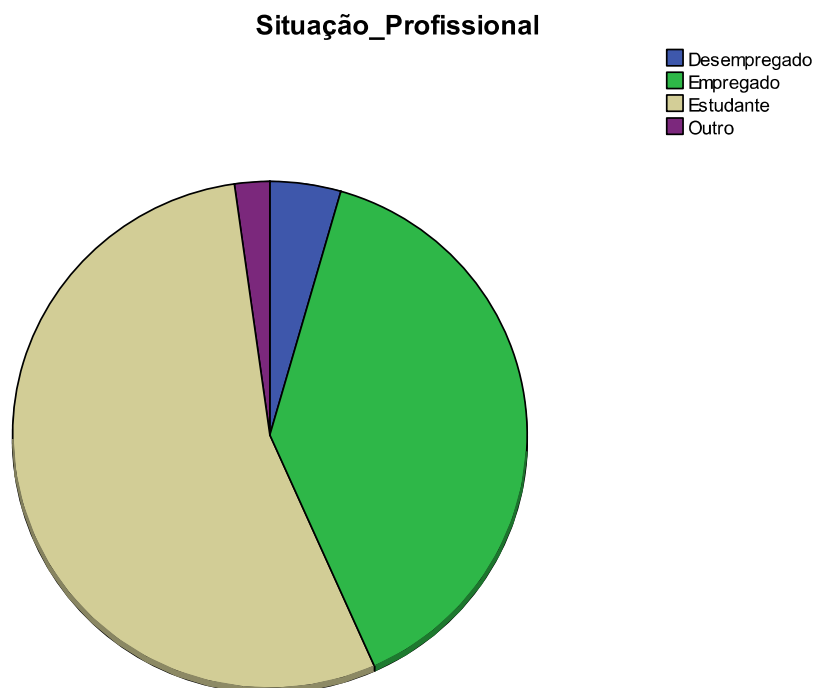


No que toca à idade dos participantes, pode observar-se através do **Gráfico 2** que as idades dos participantes estão compreendidas entre os 19 e os 65 anos, sendo a média de idade de 29 anos, e as idades mais frequentes 20 (N= 14) e 22 (N = 11) (**Anexo V**).

No que toca à sua situação profissional, 49 (54,4%) dos participantes são estudantes universitários (I.S.P.A-IU), 35 (38,9%) são trabalhadores empregados, 4 (4,4%) encontram-se desempregados, os restantes 2 (2,2%) participantes encontram-se noutra situação (reforma e trabalhador estudante).



**Gráfico 3:** Distribuição dos Participantes segundo a situação profissional



***Procedimento:***

A aplicação do conjunto de questionários e consequente recolha de dados decorreu em três locais distintos, em Lisboa, e foi feita por dois investigadores. Assim, 58 dos questionários foram recolhidos no I.S.P.A-IU, em espaço de sala de aula e em duas datas distintas (em Maio e Junho de 2010), após prévia combinação entre o investigador e os professores responsáveis.

Os restantes 31 questionários foram recolhidos por outro aluno/investigador inserido no presente estudo e em duas situações distintas. Doze deles foram recolhidos num estabelecimento do Exército, onde os sujeitos foram divididos em dois grupos de 6, e responderam ao questionário em salas separadas e na presença de um psicólogo. Um destes psicólogos recolheu ainda mais 8 questionários, no seu consultório, a sujeitos que aí se deslocaram por motivos não relacionados com a sua actividade profissional, não se tratando assim de clientes seus. Os restantes 12 questionários, foram respondidos por trabalhadores de uma empresa situada também em Lisboa, e numa sala disponibilizada para o efeito. Desta forma, e em todas as situações, antes da entrega de questionários foram explicados aos participantes quais eram os objectivos para o presente estudo, de modo a que pudessem obter todas as informações sobre o estudo onde iriam participar. Após esta explicação foi entregue aos

participantes um conjunto de questionários onde constava: um questionário de cariz sócio – demográfico (**Anexo I**), referente a informações como o curso que frequenta, ou o local onde esta empregado ou há quantos anos está a trabalhar, de modo a poder obter dados que pudessem complementar os questionários escolhidos: **SAI-R** (*Revised Spontaneity Assessment Inventory*, Kipper & Shemer, 2006); **NEO-FFI** (*NEO Five Factor Inventory*, Lima & Simões, 2000) e **N-5** (Sub-escala da dimensão Neuroticismo do NEO-PI R, Costa & McCrae, 1989, versão Portuguesa Lima & Simões, 1997). O conjunto levava, em média, entre 10 a 15 minutos a ser completado.

Numa etapa final, e após a recolha de questionários, procedeu-se ao tratamento estatístico dos dados obtidos dos questionários, tendo inicialmente sido uma base de dados a partir do programa Excel, sendo depois estes dados transferidos para o Software SPSS (Versão 18.0, SPSS Inc, Chicago, IL), e no qual se pode realizar o tratamento estatístico dos dados.

Como se pode observar, o conjunto de questionários era composto por três escalas, mas na presente tese e seguindo os objectivos definidos para a mesma, apenas foram utilizadas os dados relativos de duas escalas (SAI-R e NEO-FFI). O facto de se ter realizado a recolha de dados a partir do trabalho conjunto entre dois investigadores surge como forma de existir uma complementaridade de dados, já que se utilizam uma escala semelhante (SAI-R), e como forma de se conseguir uma maior amostra de sujeitos.

### ***Caracterização dos Instrumentos:***

#### **SAI-R**

Para avaliar a **Espontaneidade** foi utilizado o *Revised Spontaneity Assessment Inventory* (SAI-R) (**Anexo IV**), tratando-se esta de uma escala ligeiramente modificada em relação ao original *Spontaneity Assessment Inventory* (SAI) (Christoforou e Kipper, 2006; Kipper e Hundal, 2005). A escala SAI original estava composta por 20 itens, com as respostas ordenadas numa escala de Likert de 6 pontos e com boas qualidades métricas demonstradas por um *alpha* de Cronbach de 0.88.

O SAI-R é um inventário de auto – registo desenhado para medir a intensidade e/ou presença de espontaneidade. Tal como no SAI original (Kipper & Hundal, 2005, cit. por Kipper & Shemer, 2006), no SAI-R através da questão “ Com que intensidade é que você tem estes sentimentos ou pensamentos durante um dia típico? ” procura-se apreender o estado de espírito denominado de espontaneidade. À pergunta segue-se uma lista de 18 adjectivos que descrevem vários tipos de sentimentos e pensamentos, tais como “alegre”, “desinibido (a)”, “livre para agir”, “energético (a)”, “capaz de fazer qualquer coisa, dentro dos limites”. Estes itens vão depois ser

avaliados pelos participantes numa escala de *Likert* de 5 pontos, ordenados de 1 (muito fraco) a 5 (muito forte). O  $\alpha$  de Cronbach para esta escala é de 0.79 (Kipper & Shemer, 2006). Este é um inventário que demora cerca de 5 minutos a ser preenchido. A cotação final obtêm-se através do somatório do valor atribuído a cada um dos 18 adjectivos, num intervalo possível de 18 a 90 pontos.

### **NEO – FFI**

Para avaliar as duas dimensões da Personalidade em estudo, **Neuroticismo** e **Extroversão**, foi utilizado a versão portuguesa do *NEO Five – Factor Inventory – NEO – FFI* (Lima & Simões, 2000, cit. por Lima, 2008) (**Anexo III**), que consiste numa versão abreviada, criada pelos mesmos autores da versão portuguesa, do NEO PI-R (Lima & Simões, 1997 – cit. por Magalhães et al, submetido).

Este inventário organizou-se a partir da compilação dos 12 itens com as saturações mais elevadas nos factores de personalidade no NEO – PI R (Costa & McCrae, 1989, cit. por Lima, 1997). Esta versão abreviada do NEO PI-R foi desenhada para dar uma medida rápida, fiável e válida dos cinco domínios da personalidade do adulto, e.g. os estilos emocionais, atitudinais, interpessoais, e experienciais básicos (Lima, 2008). Esta é uma escala que tem uma duração de cerca de 10 minutos no seu preenchimento.

Esta escala de avaliação consiste num questionário de 60 itens que mede as cinco dimensões da personalidade: Neuroticismo, Extroversão, Abertura à Experiência, Amabilidade, e Conscienciosidade, e onde as respostas são classificadas sob a forma de escala de *Likert* de 5 pontos, ordenados entre 0 (discordo fortemente) e 4 (concordo fortemente). A versão portuguesa do NEO-FFI está a ser validada neste momento, sendo que amostra desta tese foi incluída nesse estudo<sup>2</sup>.

### **N – 5**

Para medir a impulsividade, embora não faça parte dos objectivos desta tese, foi utilizada a sub – escala **N – 5**, que avalia a faceta de impulsividade na dimensão de Neuroticismo do inventário NEO PI-R (versão portuguesa Lima & Simões, 1997). Esta sub - escala avalia a incapacidade de controlo e de resistência às tentações, estando composta por 8 itens. Este inventário demora entre 2 a 4 minutos a ser preenchido.

---

<sup>2</sup> O  $\alpha$  de Cronbach do estudo de validação foi utilizado como medida de avaliação da consistência interna para cada dimensão individual, sendo que o  $\alpha$  de Cronbach varia entre 0,69 (Abertura para a Experiência) e 0,81 (Conscienciosidade). Estes valores foram semelhantes aos obtidos na amostra americana com o NEO-FFI (McCrae & Costa, 2004) e mais baixos do que versão portuguesa do NEO-PI R (Lima, 1997).

## Resultados:

Neste capítulo, vamos, primeiramente, apresentar os resultados obtidos, a partir do tratamento estatístico efectuado através do programa estatístico SPSS versão 18.0. Com base nas hipóteses formuladas para a presente investigação, pretende-se averiguar se existe algum tipo de correlação entre a Espontaneidade e dois dos factores que constituem a Personalidade do indivíduo (Neuroticismo e Extroversão), e se vão existir diferenças em termos de género nas escalas utilizadas.

### Fidelidade

Antes de proceder à análise das escalas escolhidas para esta investigação foi necessário aferir a sua fidelidade, avaliando a sua consistência interna, remetendo, assim, para a observação do *alfa* de Cronbach. Deste modo, para determinar a consistência interna foi calculado o *alfa* de Cronbach quer para a totalidade dos itens do questionário, quer para cada um dos factores das escalas (**Anexo VI**).

Através da Tabela I podemos observar que em ambas as escalas (SAI-R e NEO-FFI) obtemos resultados bastante satisfatórios no que toca à fidelidade de cada uma das escalas, com um *alfa* de Cronbach superior a 0.06.

**Tabela I: Consistência interna das Escalas SAIR-R e NEO-FFI<sup>3</sup>**

Variável	Instrumento	Número de itens na escala	Alpha de Cronbach no estudo
Esponaneidade	SAI - R	18	0,851
Personalidade	NEO - FFI	60	0,640

### Esponaneidade e Neuroticismo

Com o intuito de tentar averiguar, e de acordo com a nossa primeira hipótese formulada, se existe uma correlação entre a Espontaneidade e a dimensão de Personalidade (Neuroticismo) procedeu-se à operação estatística Correlação de *Pearson* (**Anexo VII**), já que se trata de uma medida estatística que mede o grau de associação entre duas variáveis aleatórias que são estudadas através de uma escala intervalar e onde se assume que ambas provêm de populações com uma

---

<sup>3</sup> No estudo de 2940 sujeitos (tese de Mestrado de Santos, A., 2009, “Alexitimia e Espontaneidade: quando meia palavra afinal não basta.”) encontrou-se um  $\alpha$  de Cronbach de 0,923 para o SAI-R. E em relação ao NEO-FFI ver nota de rodapé 2.

distribuição normal (Steel e Torrie, 1980, cit. por Maroco e Bispo, 2003). Através dos dados obtidos, podemos observar, na **Tabela II**, a correlação entre os resultados obtidos no inventário de Espontaneidade e na sub - escala do Neuroticismo do inventário NEO-FFI, sendo que é uma correlação negativa ( $r = -0.280$ ) e significativa ( $p = 0,08$ ). Assim, e tendo em conta os resultados descritos anteriormente, podemos concluir que quanto maiores forem os níveis de espontaneidade no indivíduo, menores serão os seus níveis de neuroticismo, e vice-versa.

**Tabela II – Coeficiente de Correlação entre Espontaneidade / Neuroticismo**

NEUROTICISMO		
	<i>p - value</i>	<i>r</i>
<b>SAI-R</b>	0,08	-0,28

### Esponataneidade e Extroversão

Com o objectivo de averiguar, e de acordo com a segunda hipótese formulada, se existe alguma relação entre a dimensão da Personalidade Extroversão e a Espontaneidade, foi novamente utilizada a operação estatística Correlação de *Pearson* (**Anexo VII**). Através dos dados obtidos podemos observar, na **Tabela III**, a correlação dos resultados obtidos na sub - escala de Extroversão do inventário NEO-FFI e no inventário de Espontaneidade SAI-R, tratando-se de uma correlação positiva ( $r = 0.578$ ) significativa ( $p = 0,00$ ). Desta forma, podemos concluir que, tendo em conta os resultados apresentados anteriormente, quanto maior forem os níveis de extroversão de um indivíduo, maiores serão também os seus níveis de espontaneidade.

**Tabela III – Coeficiente de Correlação entre Extroversão / Espontaneidade**

	EXTROVERSÃO	
	<i>p - value</i>	<i>R</i>
<b>SAI-R</b>	0,00	0,578

## Espontaneidade, Facetas da Personalidade e Género

Será que existem diferenças significativas entre a espontaneidade e facetas da personalidade (Neuroticismo e Extroversão) relativamente ao género? Esta é a questão que também colocamos nos objectivos traçados para a presente investigação, e de forma a podermos dar-lhe resposta será necessário utilizar o teste paramétrico ANOVA, e para tal é necessário cumprir com as suas condições de aplicabilidade, i.e., realizar um teste de normalidade e um teste de homogeneidade de variâncias.

### Sensibilidade

Para podermos avaliar a forma da distribuição da variável em estudo temos de observar os valores do quociente entre a “*Skewness*” e o erro padrão, e do valor do coeficiente entre a “*Kurtosis*” e o erro padrão, sendo que este valor deve estar compreendido entre] -1.96; 1.96 [ (Maroco e Bispo, 2003), e ao observarmos na **Tabela IV**, os indicadores de normalidade (Assimetria e Curtose) para as escalas utilizadas (SAI-R e NEO-FFI), verificamos que os valores vão ser considerados como dentro dos parâmetros para que considere que as variáveis possuam uma distribuição normal (**Anexo VIII**).

**Tabela IV: Análise da sensibilidade das escalas**

<b>SAI -R</b>		
	Assimetria	-1.055
	Curtose	0.101
<b>NEO - FFI</b>		
	Assimetria	-129
	Curtose	0.302

### Diferenças de Género:

Como podemos verificar através da **Tabela V**, no que toca às diferenças entre géneros (**Anexo IX**), existem diferenças entre as médias obtidas dos participantes do género masculino e do género feminino, sobretudo na dimensão da Personalidade – Neuroticismo, mas teremos de analisar se estas diferenças serão ou não significativas. Para proceder a esta análise será necessário utilizar o teste paramétrico ANOVA, mas sendo que nesta população, uma das amostras tem

uma dimensão inferior a 30 participantes (género masculino) torna-se fundamental aplicar o teste de normalidade.

**Tabela V – Diferenças de Género**

Género	SAI-R	NEO-FFI - N	NEO-FFI - E
Masculino	63,87	20,2174	29,6522
Feminino	64,776	24,1045	31,7164

**Tabela VI – Teste da Normalidade das Escalas**

Género	SAI-R	NEO-FFI - N	NEO-FFI - E
	<i>p - value</i>	<i>p - value</i>	<i>p - value</i>
Masculino	0,977	0,485	0,223
Feminino	0,335	0,04	0,318

Ao observarmos a **Tabela VI**, no que toca à distribuição das escalas nesta investigação (**Anexo X**), verificamos os valores de significância (*p - values*) vão ser superiores a 0.05, logo pode concluir-se que as escalas utilizadas seguem uma distribuição normal, sendo que de seguida poderá prosseguir-se para a análise da Homogeneidade de Variâncias.

**Tabela VII – Teste da Homogeneidade de Variâncias**

Escalas	Teste de Levéne	<i>p - value</i>
SAI-R	0,356	0,552
NEO-FFI - N	0,091	0,764
NEO-FFI - E	1,748	0,19

No que respeita à homogeneidade de variâncias (**Anexo XI**), e depois de se ter procedido ao Teste de Levéne, verificou-se, através da **Tabela VII**, que tanto nos dados deste teste como nos valores de significância ( $p$  – values) obtiveram-se valores superiores a 0.05, ao que se conclui terem sido reunidas todas as condições necessárias à aplicabilidade do teste paramétrico ANOVA.

**Tabela VIII - Teste Paramétrico ANOVA**

Escalas		<i>p - value</i>
SAI-R		0,608
NEO-FFI -N		0,006
NEO-FFI - E		0,108

Após ter sido aplicado o teste paramétrico ANOVA (**Anexo XII**), e como se pode observar através da **Tabela VIII**, verifica-se que não existem diferenças significativas relativamente à Espontaneidade e Extroversão, entre homens e mulheres, na medida em que os seus valores de significância ( $p$  – values) apresentam-se superiores a 0.05, i.e., a variável género não influencia, desta forma, os níveis de espontaneidade e extroversão dos indivíduos.

No entanto observam-se diferenças expressivas relativamente à dimensão de Neuroticismo, nas diferenças de género, já que os resultados obtidos nos valores de significância vão ser inferiores a 0.05, ao que podemos concluir que as mulheres, da nossa amostra, possuem maiores níveis de neuroticismo, comparativamente com os homens.



## Discussão:

Nesta próxima secção pretende-se elaborar uma análise acerca dos resultados, anteriormente apresentados, e fazer uma reflexão sobre estes, de acordo com os objectivos e hipóteses definidos para esta tese, ao mesmo tempo que os comparamos com o suporte teórico existente acerca destes.

Os resultados obtidos neste estudo, através de dois questionários (Inventário de Espontaneidade – **SAI-R** e Inventário de Personalidade – **NEO-FFI**), vêm ao encontro do que é reportado pela literatura que se debruça sobre estas duas temáticas. A decisão em utilizar estas duas escalas baseou-se na premissa de que estas seriam as mais adequadas para avaliação dos objectivos traçados para a presente investigação.

Nesta perspectiva, os objectivos delineados para este estudo foram, por um lado, a avaliação da existência de uma correlação entre os níveis de espontaneidade e duas das dimensões (Neuroticismo e Extroversão) que vão compor a personalidade do indivíduo, e por outro verificar quais as principais diferenças de género, nos inventários utilizados. Podemos confirmar que estes objectivos, concretizados através de hipóteses, foram alcançados, na medida em que se obtiveram correlações de valores significativos.

Os resultados encontrados, indicando a inexistência de uma relação estatisticamente significativa entre a Espontaneidade e a dimensão do Neuroticismo ( $r = -0.280$ ,  $p < 0.08$ ), vêm, não apenas confirmar a hipótese formulada, mas também se encontra de acordo com a teoria acerca destes dois conceitos, nomeadamente o estudo de Kipper & Shemer (2006), onde a espontaneidade se correlaciona positivamente com o Bem-Estar, mas negativamente com o Stress, e também o estudo de Christoforou & Kipper (2006), onde se concluiu que a espontaneidade não poderá coexistir com a ansiedade (traço ou estado). Deste modo, e sendo que tanto a ansiedade, como o stress são elementos que encontramos relacionados com a dimensão do Neuroticismo, os resultados obtidos na presente tese vêm servir também como suporte empírico para as proposições teóricas acerca desta temática. Deste modo, ao observarmos que os sujeitos que alcançaram resultados elevados numa escala, obtiveram resultados baixos na outra, podemos concluir que quanto mais espontâneos são os indivíduos, da nossa amostra, menores serão os seus níveis de neuroticismo ou vice-versa.

Já os resultados que reportam a existência de uma relação estatisticamente significativa entre a Espontaneidade e a dimensão da Extroversão da Personalidade ( $r = 0.578$ ,  $p < 0.00$ ), confirmam, por um lado, a hipótese formulada inicialmente, e, por outro, vão em conformidade com as suposições teóricas sobre estas duas temáticas, na medida em que ambas (espontaneidade

e extroversão) são consideradas enquanto estados e/ou traços positivos (ver Kipper & Buras (2009) e Watson e col., 1994), e é por isso expectável que ambas as variáveis convergissem na mesma direcção. Assim, a partir dos resultados alcançados neste estudo, ao verificar que os sujeitos que obtiveram resultados elevados numa escala tem também resultados elevados na outra, podemos concluir que quanto mais espontâneos forem os sujeitos, da nossa amostra, maiores serão os seus níveis de extroversão.

Relativamente aos resultados alcançados no que toca às diferenças de género, não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres nos níveis obtidos no inventário de espontaneidade ( $p < 0.608$ ), o que vai ao encontro dos resultados obtidos nos estudos de Kipper & Buras (2009), e de Kipper & Shemer (2006). Também não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nos níveis da dimensão da Extroversão ( $p < 0.108$ ). Já no que toca aos níveis da dimensão do Neuroticismo foram encontradas diferenças estatisticamente significativas, entre homens e mulheres, ( $p > 0.006$ ), sendo que as mulheres, na amostra deste estudo, obtiveram resultados superiores na dimensão de neuroticismo, o que vem dar suporte aos resultados dos estudos de Costa, Terracciano & McCrae (2001), Terracciano, Lima et al, (2005), Feingold (1994), e Roberts, Gilboa, & Gotlib (1998).

Concluindo, ao ter como principal objectivo demonstrar a existência de correlações, entre a Espontaneidade e duas das dimensões da Personalidade (Neuroticismo e Extroversão), o presente estudo torna-se em mais um contributo para o enriquecimento dos trabalhos empíricos em ambas as temáticas.

Nesta investigação encontramos algumas limitações, nomeadamente a nível metodológico, na medida em que pela amostra deste estudo ser constituída, na sua maioria, por população universitária apresenta-se enquanto uma limitação, pois não permite uma observação mais alargada para a população a um nível mais geral.

Numa perspectiva de estudos futuros, seria interessante que fossem realizados trabalhos, como o aqui apresentado, onde, para além dos conceitos aqui avaliados, se procurasse também avaliar os restantes três factores (Amabilidade, Conscienciosidade, Abertura à Experiência) que compõe a personalidade do indivíduo.

Poderia também realizar-se um estudo com carácter longitudinal, onde se pretende averiguar, não apenas numa população universitária, mas também com a participação da população geral, se existiria algum tipo de influência por parte de variáveis como idade ou situação profissional, no que toca aos níveis, não apenas de espontaneidade, mas também nos cinco factores que compõem a personalidade dos indivíduos.

## Referências:

- Block, J. (1995). A contrarian view of the five-factor approach to personality description. *Psychological Bulletin*, 117 (2), pp. 187-215.
- Christoforou, A. & Kipper, D.(2006). The spontaneity assessment inventory (SAI), anxiety, obsessive-compulsive tendency, and temporal orientation. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 59(1), pp. 23-34.
- Clancy, S. M. & Dollinger, S. J. (1993). Identity, self, and personality: I. identity status and the five-factor model of personality. *Journal of Research on Adolescence*, 3 (3), pp. 227-245.
- Congdon, E. & Canli, T. (2008). A neurogenetic approach to impulsivity. *Journal of Personality*, 76(6), pp. 1447-1483.
- Costa, P.T.; Terracciano, A. & McCrae, R.R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81 (2), pp. 322 – 331.
- Cotê, S. & Moskowitz, D.S. (1998). On the dynamic covariation between interpersonal behavior and affect: prediction from neuroticism, extraversion, and agreeableness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (4), pp. 1032-1046.
- Detrick, P. & Chibnall, J. T. (2006). NEO PI-R Personality characteristics of high-performing entry – level police officers. *Psychological Services*, 3 (4), pp. 274-285.
- Dickman, S. J. (1990). Functional and dysfunctional impulsivity: personality and cognitive correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58 (1), pp. 95-102.
- Emmons, R.A. & Diener, E. (1986). Influence of impulsivity and sociability on subjective well – being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50 (6), pp. 1211-1215.
- Enticott, P.G. & Ogloff, J. R.P. (2006). Elucidation of impulsivity. *Australian Psychologist*, 41 (1), pp. 3-14.
- Farmer, R. F. & Golden, J. A. (2009). The forms of impulsive actions: implications for behavioral assessment and therapy. *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*, 5 (1), pp. 12-30.
- Fetterman, A. K; Robinson, M. D.; Ode, S. & Gordon, K. H. (2010). Neuroticism as a risk factor for behavioral dysregulation: a mindfulness – mediation perspective. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29 (3), pp. 301-321.
- Feingold, A. (1994). Gender differences in personality: a meta – analysis. *Psychological Bulletin*, 116 (3), pp. 429–456.
- Gauquelin, M. & F. (1980). Dicionário de Psicologia (pp.381-382). Lisboa: Verbo

- Gleitman, H.; Fridlund, A. J. & Reisberg, D. (2003). *Psicologia* (p. 914). Fundação Calouste Gulbenkian
- Kipper, D.(2000). Spontaneity: does the experience match the theory? *International Journal of Action Methods: Psychodrama, Skill Training, and Role Playing*, 53 (1), pp. 33-47.
- Kipper, D. & Hundal, J. (2005). The spontaneity assessment inventory: the relationship between spontaneity and nonspontaneity. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 58 (3), pp.119-129.
- Kipper, D. (2006). The Canon of spontaneity – creativity revisited: the effect of empirical findings. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 59 (3), pp. 117-125.
- Kipper, D. & Buras, E. (2009). Measurement of Spontaneity: the relationship between intensity and frequency of the spontaneous experience. *Perceptual and Motor Skills*, 108 (2), pp. 362-366.
- Kipper, D. & Shemer, H. (2006). The revised spontaneity assessment inventory (SAI-R): spontaneity, well-being, and stress. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 59 (3), pp. 127-136.
- Lima, M. P. (1997). NEO-PI-R: Contextos teóricos e psicométricos OCEAN ou iceberg? Coimbra: Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação: Unidade de Coimbra.
- Lima, M. P. & Simões, A. (1997). O Inventário de Personalidade NEO PI-R: resultados da aferição portuguesa. *Psicológica*, 18, pp. 25-46.
- Lima, M. P. & Simões, A. (2000) NEO PI-R Manual Profissional. Lisboa: Cegoc.
- Lima, M. P. (2008). *NEO-FFI – Versão portuguesa*. XIII Conferência Internacional – Avaliação Psicológica: Formas e Contextos. Universidade do Minho, Braga.
- Lin, S. P. & Shih, H. C.; Huang, Y. C.; Huang, Y. C. (2009). Emotional states before and after impulsivity. *Social Behavior and Personality*, 37 (6), pp. 819-824.
- Matthews, G.; Deary, I. J. & Whiteman, M. C. (2003). *Personality Traits*, (pp. 3-57). Cambridge: Cambridge University Press.
- Maroco, J. e Bispo, R. (2003). *Estatística Aplicada às Ciências Sociais e Humanas*. Lisboa: Climepsi Editores
- Magalhães, E., Salgueira, A. Gonzalez, A.-J.; Costa, J.; Costa, M.; Costa, P.; Pedroso de Lima, M. (submetido). NEO-FFI: Psychometric properties in the portuguese context. *European Journal of Personality*.
- McAdams, D. P. (1992). The five-factor model in personality: a critical appraisal. *Journal of Personality*, 60 (2), pp. 329-361.

- McRae, R. & Costa, P. T. (1995). Trait explanations in personality psychology. *European Journal of Personality, 9*, pp. 231-252.
- McCrae, R. R. (1991). The five-factor model and its assessment in clinical settings. *Journal of Personality Assessment, 57* (3), pp. 399-414.
- Monteiro, M. e Santos, M. R. (2003). *Psicologia* (pp. 160-161). Porto Editora
- Moreno, J. L. (1993). *Psicodrama*. São Paulo: Cultrix
- Roberts, J. E.; Gilboa, E. & Gotlib, I. H. (1998). Ruminative response style and vulnerability to episodes of dysphoria: gender, neuroticism, and episode duration. *Cognitive Therapy and Research, 22* (4), pp. 401-423.
- Terracciano, A, Lima M. P., et al. (2005). National character does not reflect mean personality traits levels in 49 cultures. *Science, 310* (5745), pp. 96-100.
- Watson, D., Clark, L.A. & Harkness, A. R. (1994). Structures of personality and their relevance to psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology, 103* (1), pp. 18-31.
- Whiteside, S. P. & Lynam, D. R. (2001). The five factor model and impulsivity: using a structural model of personality to understand impulsivity. *Personality and Individual Differences, 30*, pp. 669-689.

# **Anexos**

## Anexo I – Folha de Rosto

### Dados Demográficos:

Agradecemos desde já a sua participação no presente estudo, que está a ser desenvolvido por alunos e investigadores do ISPA, Instituto Universitário, em colaboração com outras instituições.

Os seus dados serão tratados de forma anónima e confidencial, pelo que não necessita identificar-se. Pedimos-lhe apenas que preencha alguns dados demográficos que encontrará nesta página.

Nas páginas seguintes encontrará um conjunto de questionários, cada um dos quais contendo instruções específicas. Pedimos-lhe que leia atentamente todas elas.

Se tiver alguma dúvida, pode esclarecê-la com o investigador. Se assim o desejar, poderá também contactar a equipa de investigação através do correio electrónico ([gonzalez@ispa.pt](mailto:gonzalez@ispa.pt)) ou telefonicamente (218811700, António Gonzalez).

Agradecemos, de novo, a sua colaboração

#### DADOS DEMOGRÁFICOS

- Idade: \_\_\_\_\_
- Género: (1) Masc. \_\_\_\_ (2) Fem. \_\_\_\_
- Habilitações
- (1) 4ª classe \_\_ (2) Ciclo Prep\_\_ (3) 9ª ano \_\_ (4) 12º Ano \_\_ (5) Licenciado\_\_ (6)Mestre \_\_ (7) Doutorado (8) Outra: \_\_\_\_\_
- Situação civil
- (1) Solteiro \_\_\_\_ (2) Casado \_\_\_\_ (3) Divorciado \_\_\_\_ (4)Viúvo \_\_\_\_ (5) Outra \_\_\_\_\_
- Situação profissional:
- (1) Empregado \_\_\_\_ (2) Desempregado \_\_\_\_ (3) Reformado\_\_ (4)Outra: \_\_\_\_\_
- Profissão: \_\_\_\_\_
- Residência:
- Concelho \_\_\_\_\_ Distrito \_\_\_\_\_

## Anexo II – Inventário de Impulsividade

### N 5<sup>4</sup>

#### Instruções:

Este questionário contém 8 afirmações, e pedimos que leia cuidadosamente cada uma delas. Para cada afirmação, assinale com uma cruz a resposta que melhor representa a sua opinião:

- **DF (discordo fortemente)** se a afirmação for definitivamente falsa ou se você discordar fortemente dela.
- **D (discordo)** se a afirmação for, na maior parte das vezes, falsa ou se você discordar dela.
- **N (neutro)** se a afirmação for igualmente verdadeira e falsa, ou se você não se decidir, ou ainda, se a sua posição perante o que foi dito for completamente neutra.
- **C (concordo)** se a frase for na maior parte das vezes verdade, ou se concorda com ela.
- **CF (concordo fortemente)** se a frase for definitivamente verdadeira ou se concordar fortemente com ela.

Não existem respostas certas ou erradas, descreva as suas opiniões da forma mais precisa e sincera possível. Por favor, leia cada afirmação com atenção e marque *apenas* a letra que melhor corresponde à sua opinião. Responda a *todas* as questões. Note que as respostas estão numeradas em colunas na sua folha de resposta. Tome atenção para que a sua resposta seja marcada no espaço correctamente numerado. Se tiver mudado de opinião ou se se tiver enganado, risque a sua resposta, e assinale a resposta correcta.

Discordo Fortemente	Discordo	Neutro	Concordo	Concordo Fortemente				
DF	D	N	C	CF				
				DF	D	N	C	CF
1. É raro eu ceder (transigir) muito em qualquer coisa								
2. Custa-me resistir aos meus desejos								
3. Não me é difícil resistir a tentações								
4. Quando me apresentam o meu prato preferido, tenho tendência a comer demasiado								
5. Raramente, cedo aos meus impulsos								
6. Às vezes, como até me sentir mal								
7. Às vezes, faço as coisas, de modo tão impulsivo que, mais tarde, me arrependo								
8. Consigo sempre manter os meus sentimentos sob controlo								

<sup>4</sup> (Costa & McCrae 1989, versão Portuguesa Lima & Simões, 1997)



## Anexo III – Inventário de Personalidade

NEO-FFI (Lima & Simões, 2000)

Leia cuidadosamente cada uma das afirmações que se seguem e assinale com uma cruz o que melhor representa a sua opinião. Responda a todas as questões.

Discordo Fortemente	Discordo	Neutro	Concordo	Concordo Fortemente
0	1	2	3	4

	0	1	2	3	4
1. Não sou uma pessoa preocupada.					
2. Gosto de ter muita gente à minha volta.					
3. Não gosto de perder tempo a sonhar acordado(a).					
4. Tento ser delicado com todas as pessoas que encontro.					
5. Mantenho as minhas coisas limpas e em ordem.					
6. Sinto-me muitas vezes inferior às outras pessoas.					
7. Rio facilmente.					
8. Quando encontro uma maneira correcta de fazer qualquer coisa não mudo mais					
9. Frequentemente arranjo discussões com a minha família e colegas de trabalho.					
10. Sou bastante capaz de organizar o meu tempo de maneira a fazer as coisas dentro do prazo.					
11. Quando estou numa grande tensão sinto-me, às vezes, como se me estivessem a fazer em pedaços.					

12. Não me considero uma pessoa alegre.					
13. Fico admirado(a) com os modelos que encontro na arte e na natureza.					
14. Algumas pessoas pensam que sou invejoso(a) e egoísta.					
15. Não sou uma pessoa muito metódica (ordenada).					
16. Raramente me sinto só ou abatido(a).					
17. Gosto muito de falar com as outras pessoas.					
18. Acredito que deixar os alunos ouvir pessoas, com ideias discutíveis, só os pode confundir e desorientar.					
19. Preferia colaborar com as outras pessoas do que competir com elas.					
20. Tento realizar, conscienciosamente, todas as minhas obrigações.					
21. Muitas vezes sinto-me tenso(a) e enervado(a).					
22. Gosto de estar onde está a acção.					
23. A poesia pouco ou nada me diz.					
24. Tendo a ser descrente ou a duvidar das boas intenções dos outros.					
25. Tenho objectivos claros e faço por atingi-los de uma forma ordenada.					
26. Às vezes sinto-me completamente inútil.					
27. Normalmente prefiro fazer as coisas sozinho(a).					
28. Frequentemente experimento comidas novas e desconhecidas.					
29. Penso que a maior parte das pessoas abusa de nós, se as deixarmos.					
30. Perco muito tempo antes de me concentrar no trabalho.					

	0	1	2	3	4
31. Raramente me sinto amedrontado(a) ou ansioso(a).					
32. Muitas vezes, sinto-me a rebentar de energia.					
33. Poucas vezes me dou conta da influência que diferentes ambientes produzem nas pessoas.					
34. A maioria das pessoas que conheço gostam de mim.					
35. Trabalho muito para conseguir o que quero.					
36. Muitas vezes aborreço-me a maneira como as pessoas me tratam.					
37. Sou uma pessoa alegre e bem disposta.					
38. Acredito que devemos ter em conta a autoridade religiosa quando se trata de tomar decisões respeitantes à moral.					
39. Algumas pessoas consideram-me frio(a) e calculista.					
40. Quando assumo um compromisso podem sempre contar que eu o cumpra.					
41. Muitas vezes quando as coisas não me correm bem perco a coragem e tenho vontade de desistir.					
42. Não sou um(a) grande optimista.					
43. Às vezes ao ler poesia e ao olhar para uma obra de arte sinto um arrepio ou uma onda de emoção.					
44. Sou inflexível e duro(a) nas minhas atitudes.					
45. Às vezes não sou tão seguro(a) ou digno(a) de confiança como deveria ser.					
46. Raramente estou triste ou deprimido(a).					
47. A minha vida decorre a um ritmo rápido.					

48. Gosto pouco de me pronunciar sobre a natureza do universo e da condição humana.					
49. Geralmente procuro ser atencioso(a) e delicado(a).					
50. Sou uma pessoa aplicada, conseguindo sempre realizar o meu trabalho.					
51. Sinto-me, muitas vezes, desamparado(a), desejando que alguém resolva os meus problemas por mim.					
52. Sou uma pessoa muito activa.					
53. Tenho muita curiosidade intelectual.					
54. Quando não gosto das pessoas faço-lhe saber.					
55. Parece que nunca consigo ser organizado(a).					
56. Já houve alturas em que fiquei tão envergonhado(a) que desejava meter-me num buraco.					
57. Prefiro tratar da minha vida a ser chefe das outras pessoas.					
58. Muitas vezes dá-me prazer brincar com teorias e ideias abstractas.					
59. Se for necessário não hesito em manipular as pessoas para conseguir aquilo que quero.					
60. Esforço-me por ser excelente em tudo o que faço.					

## Anexo IV – Inventário de Espontaneidade

### SAI-R : Experiência Pessoal

O inquérito seguinte foi elaborado para ajudar a entender os sentimentos e pensamentos que as pessoas vivenciam em diferentes situações durante um dia típico. Gostaríamos que compartilhasse connosco as suas experiências relativamente a esse aspecto. **Instruções:** Os 18 diferentes sentimentos e pensamentos apresentados abaixo referem-se à questão em negrito. Deverão ser avaliados nas escalas ordenadas de 1 = Muito Fraco (nunca/raramente) até 5 = Muito Forte (frequentemente/sempe), que aparecem à direita de cada item. Por favor leia cada item cuidadosamente e assinale com um círculo o número à sua direita que melhor descreve a intensidade dos seus sentimentos ou pensamentos. É importante que você não deixe em branco nenhum dos itens. Não há respostas certas ou erradas.

**“Com que intensidade é que você tem estes sentimentos ou pensamentos durante um dia típico?”**

Muito Fraco	Fraco	Nem Fraco nem Forte	Forte	Muito Forte			
1	2	3	4	5			
01. Criativo/a			1	2	3	4	5
02. Feliz			1	2	3	4	5
03. Desinibido/a			1	2	3	4	5
04. As coisas parecem fluir			1	2	3	4	5
05. Vivo/a			1	2	3	4	5
06. Livre para criar			1	2	3	4	5
07. Eufórico/a			1	2	3	4	5
08. Livre para agir, até exageradamente			1	2	3	4	5
09. Vivendo plenamente com equilíbrio			1	2	3	4	5
10. Com energia			1	2	3	4	5
11. Com controlo			1	2	3	4	5
12. Leve e amorosamente			1	2	3	4	5
13. Completo/a			1	2	3	4	5
14. Prazer			1	2	3	4	5
15. Poderoso /a			1	2	3	4	5
16. Bem sucedido/a			1	2	3	4	5
17. Capaz de fazer qualquer coisa, dentro dos limites			1	2	3	4	5
18. Alegre			1	2	3	4	5

## Anexo V - Output Aspectos Estatísticos da variável IDADE

### Statistics

Idade

N	Valid	90
	Missing	0
Mean		28,59
Std. Error of Mean		1,158
Median		23,00
Mode		20
Skewness		1,361
Std. Error of Skewness		,254
Kurtosis		1,126
Std. Error of Kurtosis		,503
Minimum		19
Maximum		65
Sum		2573
Percentiles	10	20,00
	20	20,00
	25	20,75
	30	21,00
	40	22,00
	50	23,00
	60	26,60
	70	32,00
	75	34,25
	80	38,60
	90	46,90

## Anexo VI – Output Fiabilidade das Escalas (SAI-R, NEO-FFI)

### SAI-R

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,851	18

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
SAI_R_1	61,13	49,128	,247	,854
SAI_R_2	60,72	46,248	,616	,837
SAI_R_3	61,18	49,047	,228	,855
SAI_R_4	60,97	49,403	,346	,848
SAI_R_5	60,31	47,385	,483	,842
SAI_R_6	61,01	47,314	,379	,848
SAI_R_7	61,60	47,052	,401	,847
SAI_R_8	61,61	47,926	,309	,852
SAI_R_9	61,03	44,774	,588	,837
SAI_R_10	60,70	45,785	,629	,836
SAI_R_11	60,67	47,618	,489	,842
SAI_R_12	60,89	45,448	,618	,836
SAI_R_13	60,99	44,798	,632	,835
SAI_R_14	60,92	48,185	,531	,842
SAI_R_15	61,41	48,852	,326	,849
SAI_R_16	61,01	48,281	,386	,847
SAI_R_17	60,61	48,757	,400	,846
SAI_R_18	60,49	45,354	,685	,833

## NEO-FFI

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,640	60

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
NEO_FFI_1	129,07	137,237	-,120	,652
NEO_FFI_2	127,89	131,711	,139	,636
NEO_FFI_3	128,50	133,241	,035	,643
NEO_FFI_4	127,19	131,491	,193	,633
NEO_FFI_5	127,57	130,547	,157	,634
NEO_FFI_6	128,81	133,146	,059	,641
NEO_FFI_7	127,14	131,154	,176	,633
NEO_FFI_8	128,27	129,626	,246	,629
NEO_FFI_9	129,26	133,368	,079	,639
NEO_FFI_10	127,42	131,327	,154	,635
NEO_FFI_11	128,18	126,242	,354	,621
NEO_FFI_12	129,33	137,810	-,148	,653
NEO_FFI_13	127,68	136,472	-,093	,646
NEO_FFI_14	129,05	129,676	,214	,631
NEO_FFI_15	128,57	139,995	-,218	,661
NEO_FFI_16	128,16	131,630	,142	,635
NEO_FFI_17	127,15	130,104	,283	,629
NEO_FFI_18	129,45	137,745	-,151	,651
NEO_FFI_19	127,06	133,617	,085	,638
NEO_FFI_20	126,99	131,138	,344	,629
NEO_FFI_21	128,03	124,838	,456	,615
NEO_FFI_22	127,59	130,130	,275	,629
NEO_FFI_23	128,74	136,517	-,089	,652
NEO_FFI_24	128,61	132,056	,117	,637
NEO_FFI_25	127,19	130,273	,293	,629
NEO_FFI_26	128,98	131,655	,134	,636
NEO_FFI_27	128,14	129,613	,224	,630
NEO_FFI_28	127,74	132,287	,077	,640
NEO_FFI_29	127,82	128,380	,271	,627



NEO_FFI_30	128,47	135,999	-,067	,649
NEO_FFI_31	128,34	137,101	-,118	,650
NEO_FFI_32	127,77	126,178	,421	,619
NEO_FFI_33	128,72	128,665	,294	,626
NEO_FFI_34	127,44	134,778	,016	,641
NEO_FFI_35	127,27	129,419	,302	,627
NEO_FFI_36	128,19	129,583	,218	,630
NEO_FFI_37	127,17	131,430	,197	,633
NEO_FFI_38	128,50	129,632	,197	,632
NEO_FFI_39	128,93	133,007	,053	,642
NEO_FFI_40	126,88	131,812	,252	,632
NEO_FFI_41	128,55	131,745	,119	,637
NEO_FFI_42	128,59	131,141	,141	,635
NEO_FFI_43	127,76	136,322	-,080	,651
NEO_FFI_44	128,90	130,622	,178	,633
NEO_FFI_45	128,68	126,633	,292	,624
NEO_FFI_46	127,97	134,608	,008	,643
NEO_FFI_47	127,51	131,057	,236	,631
NEO_FFI_48	128,78	133,665	,038	,642
NEO_FFI_49	127,14	131,659	,218	,632
NEO_FFI_50	127,05	132,090	,242	,633
NEO_FFI_51	128,88	131,030	,150	,635
NEO_FFI_52	127,45	128,504	,338	,625
NEO_FFI_53	127,32	131,070	,247	,631
NEO_FFI_54	127,94	133,043	,081	,639
NEO_FFI_55	129,08	138,143	-,162	,654
NEO_FFI_56	127,83	128,166	,237	,628
NEO_FFI_57	127,76	126,552	,313	,623
NEO_FFI_58	127,77	129,948	,217	,631
NEO_FFI_59	129,25	131,592	,104	,638
NEO_FFI_60	127,30	128,371	,347	,624

## Anexo VII – Output das Correlações de Pearson

**Correlations**

		TOT_SAIR	TOT_NEOFFI_N
TOT_SAIR	Pearson Correlation	1	-,280**
	Sig. (2-tailed)		,008
	N	90	90
TOT_NEOFFI_N	Pearson Correlation	-,280**	1
	Sig. (2-tailed)	,008	
	N	90	90

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**Correlations**

		TOT_SAIR	TOT_NEOFFI_E
TOT_SAIR	Pearson Correlation	1	,578**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	90	90
TOT_NEOFFI_E	Pearson Correlation	,578**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	90	90

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## Anexo VIII – Output Sensibilidade das Escalas

### Descriptives

		Statistic	Std. Error
TOT_SAIR	Mean	64,5444	,76424
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	63,0259	
	Upper Bound	66,0630	
	5% Trimmed Mean	64,6543	
	Median	65,5000	
	Variance	52,565	
	Std. Deviation	7,25020	
	Minimum	47,00	
	Maximum	82,00	
	Range	35,00	
	Interquartile Range	9,25	
	Skewness	-,268	,254
	Kurtosis	,051	,503
TOT_NEOFFI	Mean	150,9611	1,37528
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	148,2285	
	Upper Bound	153,6938	
	5% Trimmed Mean	150,8272	
	Median	152,0000	
	Variance	170,226	
	Std. Deviation	13,04707	
	Minimum	122,00	
	Maximum	182,00	
	Range	60,00	
	Interquartile Range	17,00	
	Skewness	-,033	,254
	Kurtosis	-,152	,503

## Anexo IX - Output - Diferenciação de Género

### Report

Género		TOT_SAIR	TOT_NEOFFI_N	TOT_NEOFFI_E
Masculino	Mean	63,8696	20,2174	29,6522
	N	23	23	23
	Std. Deviation	6,71704	5,20451	5,70971
	Minimum	50,00	11,00	21,00
	Maximum	77,00	30,00	40,00
Feminino	Mean	64,7761	24,1045	31,7164
	N	67	67	67
	Std. Deviation	7,45861	5,83130	5,10141
	Minimum	47,00	14,00	21,00
	Maximum	82,00	39,00	43,00
Total	Mean	64,5444	23,1111	31,1889
	N	90	90	90
	Std. Deviation	7,25020	5,90076	5,30824
	Minimum	47,00	11,00	21,00
	Maximum	82,00	39,00	43,00

## Anexo X – Output Teste de Normalidade

Tests of Normality							
Género		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
TOT_SAIR	Masculino	,101	23	,200*	,986	23	,977
	Feminino	,102	67	,078	,980	67	,335
TOT_NEOFFI_N	Masculino	,167	23	,098	,961	23	,485
	Feminino	,142	67	,002	,962	67	,040
TOT_NEOFFI_E	Masculino	,130	23	,200*	,944	23	,223
	Feminino	,101	67	,088	,979	67	,318

a. Lilliefors Significance Correction

\*. This is a lower bound of the true significance.

## Anexo XI – Output Testes de Homogeneidade de Variâncias

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
TOT_SAIR	,356	1	88	,552
TOT_NEOFFI_N	,091	1	88	,764
TOT_NEOFFI_E	1,748	1	88	,190

## Anexo XII – Output Teste Paramétrico Anova One Way

### ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
TOT_SAIR	Between Groups	14,072	1	14,072	,265	,608
	Within Groups	4664,250	88	53,003		
	Total	4678,322	89			
TOT_NEOFFI_N	Between Groups	258,707	1	258,707	8,016	,006
	Within Groups	2840,182	88	32,275		
	Total	3098,889	89			
TOT_NEOFFI_E	Between Groups	72,960	1	72,960	2,637	,108
	Within Groups	2434,829	88	27,669		
	Total	2507,789	89			