

Instituto Superior de Psicologia Aplicada



CAPITAL PSICOLÓGICO POSITIVO E PREFERÊNCIAS COMPORTAMENTAIS: HÁ UMA LIGAÇÃO?

Neusa de Jesus Pinto Vitorino

Nº 10436

Dissertação orientada por: Prof. Doutor Jorge Gomes
Coordenador seminário: Prof. Dr. Rui Bártolo

Tese submetida como requisito parcial para obtenção do grau de

Mestre em Psicologia Aplicada

Especialidade em Psicologia Social e das Organizações

2008

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação do Prof. Doutor Jorge Gomes e Prof. Dr. Rui Bártolo, apresentada no Instituto Superior de Psicologia Aplicada para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Social e das Organizações, conforme despacho da DGES nº 19673/ 2006 publicado em Diário da República, 2ª série de 26 de Setembro, 2006.

AGRADECIMENTOS

A realização deste trabalho representa o fim de um capítulo que várias pessoas ajudaram a escrever. A todas, quero expressar o meu reconhecimento e agradecimento, em especial:

Ao Prof. Doutor Jorge Gomes, orientador deste trabalho e seu grande impulsionador, por toda a paciência, empenhamento e incentivo, pelas críticas e desafio, e sobretudo, pela amizade, pela confiança e pela forma como acreditou em mim e me fez acreditar neste projecto...Obrigado, Jorge.

Ao Mestre Rui Bártolo, coordenador do seminário de dissertação, pelo sentido crítico, disponibilidade e orientação, pelo interesse demonstrado e pela pressão positiva que exerceu para o cumprimento dos prazos.

Aos meus colegas e amigos, professores e funcionários do ISPA, em especial ao Paulo, que me acompanharam neste percurso, pela partilha de ideias, companheirismo e amizade que sempre demonstraram.

À Laura e à Isabel, pela amizade pura, pelo “colo”, pela cumplicidade.

Ao Carlos, pelo por partilhar comigo algumas das melhores coisas da vida.

Aos meus pais e irmã, por tudo...

RESUMO

Resumo: Esta investigação procura contribuir para a compreensão da relação entre o capital psicológico positivo e a personalidade, ou as preferências comportamentais. Neste âmbito, pretendeu-se explorar as relações entre as oito dimensões do *Myers-Briggs Type Indicator* (MBTI: Extroversão-Introversão; Sensação-Intuição; Pensamento-Sentimento; Juízo-Percepção) e os quatro atributos do capital psicológico positivo (PsyCap's: Esperança, Optimismo, Resiliência e Auto-Eficácia). Recorreu-se a uma amostra de 106 estudantes de Psicologia para explorar estas relações. Os resultados revelaram que os extrovertidos e os que usam o pensamento como preferência tendem a ser mais esperançosos, mais resilientes e a possuir um maior sentimento de auto-eficácia. Constatou-se ainda que existem diferenças estatisticamente significativas entre as médias de dois Tipos do MBTI, os ENTP e ESFJ, em relação à Esperança, à Resiliência e à Auto-Eficácia. No caso do Optimismo não foram encontradas diferenças.

Palavras-Chave: Capital psicológico positivo, *Myers-Briggs Type Indicator*, preferências comportamentais.

Abstract: The aim of this study is to enhance the understanding of the relationship between positive psychological capital and personality, or behaviour preferences. We intend, to this extent, to explore the link between the eight dimensions of Myers-Briggs Type Indicator (MBTI: Extraversion-Introversion; Sensing-Intuition; Thinking-Feeling; Judgment-Perception) and the four dimensions of positive psychological capital (PsyCap's: Hope, Optimism, Resilience and Self-Efficacy). To explore these relations, it was used a sample of 106 Psychology students. Results show that the extraverts and those that use thinking as a behaviour preference tend to be more hopeful, more resilient and scored higher in self-efficacy. It was also noted that there are statistically significant differences between the averages of two MBTI Types, ENTP and ESFJ, for Hope, Resilience and Self-Efficacy. In the case of optimism no differences were found.

Key-words: Positive Psychological Capital, *Myers-Briggs Type Indicator*, behavioral preferences.

ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO.....	1
2. A PSICOLOGIA POSITIVA E O COMPORTAMENTO ORGANIZACIONAL POSITIVO ...	4
2.1. A emergência da Psicologia Positiva.....	4
2.2. A perspectiva do Comportamento Organizacional Positivo (COP)	7
2.2.1. Capital Psicológico Positivo	8
3. A PERSONALIDADE	18
3.1. O conceito de personalidade	18
3.2. Os principais paradigmas da personalidade.....	19
3.2.1. O paradigma psicanalítico.....	19
3.2.2. O paradigma behaviorista.....	20
3.2.3. O paradigma humanista	21
3.2.4. O paradigma dos traços	22
4. A IMPORTÂNCIA DE CARL JUNG E O MBTI	23
4.1. A Teoria do Tipo Psicológico de Carl Jung.....	23
4.2. O Desenvolvimento da Teoria de Jung no MBTI: o Tipo Psicológico	26
4.3. O Desenvolvimento e a Dinâmica do Tipo.....	30
5. OBJECTIVOS DO ESTUDO.....	35
6. MÉTODO.....	37
6.1. Amostra.....	37
6.2. Delineamento do Estudo	38
6.3. Instrumentos.....	38
6.4. Procedimento	42
7. RESULTADOS	44
7.1. Qualidades Métricas.....	44
7.2. Objectivos do Estudo	53
8. DISCUSSÃO.....	69
9. CONCLUSÕES.....	76
10. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	80

LISTA DE ANEXOS

Anexo A: QUATRO ESCALAS DE PREFERÊNCIAS COMPORTAMENTAIS.....	86
Anexo B: QUESTIONÁRIO	88
Anexo C: TESTE DE BARTLETT E KMO À ESCALA ESPERANÇA	96
Anexo D: ALFA DE CRONBACH DA ESCALA ESPERANÇA.....	97
Anexo E: TESTE DE KOLMOGOROV-SMIRNOV À ESCALA ESPERANÇA	98
Anexo F: TESTE DE BARTLETT E KMO À ESCALA OPTIMISMO	99
Anexo G: ALFA DE CRONBACH DA ESCALA OPTIMISMO	100
Anexo H: TESTE DE KOLMOGOROV-SMIRNOV À ESCALA OPTIMISMO.....	101
Anexo I: TESTE DE BARTLETT E KMO À ESCALA RESILIÊNCIA	102
Anexo J: ALFA DE CRONBACH DA ESCALA RESILIÊNCIA	103
Anexo K: TESTE DE KOLMOGOROV-SMIRNOV ESCALA RESILIÊNCIA.....	104
Anexo L: COMUNALIDADES DA ESCALA RESILIÊNCIA	105
Anexo M: ALFA DE CRONBACH DA ESCALA AUTO-EFICÁCIA	106
Anexo N: CURTOSE E ASSIMETRIA DA ESCALA AUTO-EFICÁCIA	107
Anexo O: FREQUÊNCIA DOS TIPOS MBTI	108
Anexo P: TESTE À NORMALIDADE DA VARIÁVEL TIPOS	109
Anexo Q: COMPARAÇÃO MÚLTIPLA DE MÉDIAS.....	110
Anexo R: TESTE À NORMALIDADE DA DISTRIBUIÇÃO DOS RESÍDUOS E MULTICOLINEARIDADE DA VARIÁVEL ESPERANÇA.....	117
Anexo S: ANOVA À VARIÁVEL ESPERANÇA	118
Anexo T: TESTE À NORMALIDADE DA DISTRIBUIÇÃO DOS RESÍDUOS E MULTICOLINEARIDADE DA VARIÁVEL OPTIMISMO	119
Anexo U: ANOVA À VARIÁVEL OPTIMISMO	120
Anexo V: 2ª ANOVA À VARIÁVEL OPTIMISMO.....	121
Anexo W: ANOVA À VARIÁVEL RESILIÊNCIA.....	122
Anexo X: ANOVA À VARIÁVEL AUTO-EFICÁCIA	123
Anexo Y: 2ª ANOVA À VARIÁVEL AUTO-EFICÁCIA.....	124

LISTA DE TABELAS

TABELA 1: DEFINIÇÃO CONCEPTUAL DOS PSYCAP'S	17
TABELA 2: OS 16 TIPOS DO MBTI RESULTANTES DAS 8 COMBINAÇÕES DAS FUNÇÕES BÁSICAS DE JUNG.....	27
TABELA 3: CARACTERÍSTICAS FREQUENTEMENTE ASSOCIADAS A CADA TIPO	29
TABELA 4: COMUNALIDADES DO FACTOR ESPERANÇA.....	45
TABELA 5: VARIÂNCIA TOTAL EXPLICADA PELA ESCALA ESPERANÇA	45
TABELA 6: VARIÂNCIA TOTAL EXPLICADA PELA ESCALA DE RESILIÊNCIA	49
TABELA 7: COMUNALIDADES DOS ITENS DO FACTOR RESILIÊNCIA	50
TABELA 8: ESTATÍSTICA DA ESCALA RESILIÊNCIA	51
TABELA 9: CORRELAÇÕES DAS ESCALAS DO PSYCAP	54
TABELA 10: CORRELAÇÕES DAS DICOTOMIAS DO MBTI.....	54
TABELA 11: CORRELAÇÕES ENTRE AS ESCALAS DO PSYCAP E DO MBTI.....	55
TABELA 12: TESTE À HOMOGENEIDADE DAS VARIÂNCIAS	57
TABELA 13: TESTE ANOVA <i>ONE-WAY</i> À VARIÁVEL PSYCAP.....	57
TABELA 14: EVIDÊNCIAS DA COMPARAÇÃO MÚLTIPLA DE MÉDIAS	58
TABELA 15: VALOR DA ESTATÍSTICA DE DURBIN-WATSON PARA A ESPERANÇA ...	61
TABELA 16: COEFICIENTES DE REGRESSÃO ESTANDARDIZADOS DOS FACTORES “EXTROVERSÃO”, “SENSAÇÃO”, “PENSAMENTO “ E JUÍZO” PARA A VARIÁVEL ESPERANÇA.....	62
TABELA 17: VALOR DO COEFICIENTE DE DETERMINAÇÃO PARA O OPTIMISMO	63
TABELA 18: VALOR DA ESTATÍSTICA DE DURBIN-WATSON PARA A RESILIÊNCIA	65
TABELA 19: COEFICIENTES DE REGRESSÃO ESTANDARDIZADOS DOS FACTORES “EXTROVERSÃO”, “SENSAÇÃO”, “PENSAMENTO “ E JUÍZO” PARA A VARIÁVEL RESILIÊNCIA	65
TABELA 20: VALOR DA ESTATÍSTICA DE DURBIN-WATSON PARA A AUTO-EFICÁCIA	66
TABELA 21: COEFICIENTES DE REGRESSÃO ESTANDARDIZADOS DOS FACTORES “EXTROVERSÃO”, “SENSAÇÃO”, “PENSAMENTO E “JUÍZO” PARA A VARIÁVEL AUTO-EFICÁCIA	66
TABELA 22: VALOR DA ESTATÍSTICA DE DURBIN-WATSON PARA A AUTO-EFICÁCIA COM INCLUSÃO DA PERCEPÇÃO, E EXCLUSÃO DO JUÍZO.....	67
TABELA 23: VALORES DOS COEFICIENTES DE REGRESSÃO ESTANDARDIZADOS DOS FACTORES “EXTROVERSÃO”, “SENSAÇÃO”, “PENSAMENTO “ E ”PERCEPÇÃO” PARA A VARIÁVEL AUTO-EFICÁCIA	68

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1:_OITO FUNÇÕES MENTAIS DE JUNG	25
FIGURA 2: HISTOGRAMA DO FACTOR ESPERANÇA	46
FIGURA 3:_REPRESENTAÇÃO GRÁFICA DA EXTRACÇÃO DO FACTOR OPTIMISMO ..	47
FIGURA 4:_HISTOGRAMA DO FACTOR OPTIMISMO.....	48
FIGURA 5:_REPRESENTAÇÃO GRÁFICA DA EXTRACÇÃO DO FACTOR RESILIÊNCIA	50
FIGURA 6:_HISTOGRAMA DO FACTOR RESILIÊNCIA.....	51
FIGURA 7:_REPRESENTAÇÃO GRÁFICA DO FACTOR AUTO-EFICÁCIA	52
FIGURA 8:_REPRESENTAÇÃO GRÁFICA DA DISTRIBUIÇÃO NORMAL DOS ERROS DA VARIÁVEL ESPERANÇA	60

1. INTRODUÇÃO

Enquanto ciência que estuda o comportamento humano, a psicologia emergiu tendo por base três objectivos fundamentais: reparar os problemas dos indivíduos, prevenir a sua ocorrência e construir e reforçar as forças e os aspectos positivos das pessoas (Luthans, 2002a). Contudo, à medida que foi evoluindo enquanto ciência, foi dada uma atenção quase exclusiva, na teoria e na prática, às fraquezas e défices humanos, à perturbação psicológica e aos aspectos negativos do funcionamento humano.

Como crítica a esta visão negativa da psicologia, que parece ter esquecido parte da sua missão ao desprezar uma parcela importante do ser humano, alguns autores como Martin Seligman alertaram para a necessidade de redireccionar a psicologia igualmente para os aspectos mais positivos das pessoas, e para estratégias de melhoramento e desenvolvimento. É neste contexto que nas últimas décadas se assiste ao despontar de uma nova corrente da psicologia, designada por Psicologia Positiva, cujo enfoque se baseia no estudo das forças, das virtudes e das características positivas da vida, tendo como objectivo o desenvolvimento e a auto-realização dos indivíduos, grupos, organizações e comunidades (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000; Palma, Cunha & Lopes, 2007).

Embora o enquadramento teórico e de investigação da Psicologia Positiva (PP) compreenda, essencialmente, as experiências emocionais e as características positivas individuais, a sua aplicação tem originado diversas manifestações de interesse de expansão a outros contextos de enquadramento organizacional, cultural, comunitário e social. Esta aplicação da PP ao contexto organizacional fez emergir uma nova perspectiva, o Comportamento Organizacional Positivo (COP) (*positive organizational behavior*), iniciado por Fred Luthans (2002a), que tem por base o estudo das capacidades psicológicas que influenciam o desempenho das pessoas nas organizações.

Deste modo, o COP tem como objecto de estudo as forças psicológicas que são orientadas positivamente, e que podem ser medidas e desenvolvidas, com vista à melhoria do desempenho no trabalho. Recentemente, Luthans e Youssef (2004)

sistematizaram conceptualmente os estados ou atributos psicológicos positivos que podem ser medidos e desenvolvidos, organizando -os num conceito que designaram de Capital Psicológico Positivo – PsyCap. As capacidades psicológicas que formam o PsyCap incluem a Esperança, o Optimismo, a Resiliência e a Auto-Eficácia.

Desde então, a pesquisa tem-se focado no desenvolvimento de medidas que permitam aceder ao PsyCap. Dado que já existem algumas medidas para aceder ao conceito relativamente estabelecidas e validadas, os investigadores começam a interessar-se em saber que factores talvez influenciem ou estejam na origem deste conjunto de atributos. Neste âmbito, a personalidade parece ser um dos factores mais promissores.

Desde há muito que a personalidade suscita um fascínio geral na sociedade, pelo que muitos são os paradigmas e perspectivas que tentam explicar a unicidade e individualidade dos seres humanos. Neste estudo seguiremos a teoria proposta por Carl Jung o qual acreditava que as diferenças de comportamentos entre as pessoas resultavam das diferentes preferências comportamentais. Jung descreveu oito Tipos Psicológicos ou funções mentais, cuja combinação está na base teórica de um instrumento de avaliação das preferências comportamentais, o *Myers-Briggs Type Indicator* (MBTI), o qual será utilizado neste estudo.

Um dos critérios mais diferenciadores do COP é a consagração da possibilidade de desenvolvimento destas características, de abertura à aprendizagem e à mudança. Esta possibilidade de desenvolvimento também está bem patente no MBTI que, apesar de ter por base teorias da personalidade e de remeter para *16 Tipos Psicológicos*, estes não constituem um quadro estático, mas sim um espaço de sistemas de energia dinâmicos com processos interactivos, que levam ao auto-conhecimento e ao conhecimento dos outros, e perspectivam o desenvolvimento individual.

A forma como o MBTI avalia as funções através das quais experimentamos o mundo e as atitudes complementares e orientações face à vida, coloca o estudo da teoria da personalidade numa perspectiva futura positiva e progressiva, pelo que foi escolhido para este estudo.

Este trabalho procura então explorar as relações entre o PsyCap e a personalidade, ou as preferências comportamentais. Uma vez que não foi constatada a existência de trabalhos sobre este tema, não foram levantadas hipóteses de partida, tendo como intuito explorar possíveis relações entre as variáveis. Trata-se pois de um estudo correlacional e exploratório.

Assim, o objectivo do presente estudo visa explorar as relações entre determinados *Tipos Psicológicos* (MBTI) e a manifestação das capacidades psicológicas positivas (PsyCap). Mais concretamente, procura-se perceber se determinadas preferências comportamentais estão na base da manifestação dos atributos e dos comportamentos psicológicos positivos. Por outro lado, procurar-se-á igualmente explorar se determinadas funções apresentam uma maior ou menor relação com as capacidades psicológicas positivas.

Após a revisão da literatura não foi constatada a existência de trabalhos sobre esta temática, e tendo em consideração a emergência e recência do campo de estudo do Comportamento Organizacional Positivo e do PsyCap, este funcionou como o impulso inicial para este estudo. A pertinência deste estudo centra-se pois na ideia de que já existem alguns trabalhos sobre o PsyCap e sobre a sua relação com outras variáveis, contudo não existem estudos sobre que factores talvez influenciem ou estejam na origem destas capacidades psicológicas positivas.

Como tal, será inicialmente apresentada uma revisão de literatura, a qual abordará a Psicologia Positiva e a perspectiva do Comportamento Organizacional Positivo, bem como o Capital Psicológico Positivo e as respectivas capacidades psicológicas. Posteriormente, serão abordados os principais paradigmas da personalidade e os principais autores associados, a teoria de Carl Jung, o seu desenvolvimento no MBTI e o desenvolvimento e a dinâmica do *Tipo* no MBTI. Por último, serão apresentados os principais resultados e a sua discussão.

2. PSICOLOGIA POSITIVA E O COMPORTAMENTO ORGANIZACIONAL POSITIVO

2.1. A emergência da Psicologia Positiva

Depois da II Guerra, os estudos da psicologia foram conduzidos pelas consequências ao nível das perturbações e distúrbios mentais, orientando-a em direcção à recuperação e ao remediar de défices e patologias. Consequentemente, foi-se desenvolvendo uma compreensão e perspectiva do ser humano fundamentada, e dominada, pela doença mental e pelas disfuncionalidades dos sistemas e organizações (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Foi sendo construído, irreflectidamente, um enviesamento relativo ao défice, ao negativo e ao menos bem sucedido da experiência humana, numa abordagem que enfatizou a fragilidade e as limitações de pessoas e organizações (Cameron, Dutton & Quinn, 2003; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000; Snyder & Lopez, 2002).

O campo da psicologia começou como um todo com três objectivos fundamentais: reparar os problemas dos indivíduos, prevenir a sua ocorrência e construir e reforçar as forças nas pessoas. Todavia, durante os anos, a sociedade em geral e os investigadores em particular promoveram a preocupação para o que está mal nas pessoas (Luthans, 2002a). Na pesquisa e na prática, foi dedicada uma atenção quase exclusiva à forma de localizar e tratar os problemas psicológicos e as fraquezas.

Logicamente, os benefícios de uma ciência dedicada à perturbação psicológica devem ser sublinhados e valorizados. Estes consagram a possibilidade de se intervir, de modo a tornar a vida das pessoas menos problemática e menos disfuncional, com intervenções correctivas, individuais e colectivas, cientificamente válidas e eficazes (Seligman, Parks & Steen, 2006). Contudo, o foco na doença e na patologia ajudou a cimentar uma ciência psicológica que parece ter esquecido parte da sua missão, descurando uma parcela importante do estudo do ser humano.

É neste contexto que, na última década, começou a despontar uma nova corrente dentro da psicologia, a Psicologia Positiva, a qual emergiu como uma reacção para a

preocupação que a psicologia tem tido com o negativo, com os aspectos patológicos do funcionamento e do comportamento humano. Surgiu porque não estava a ser dada atenção suficiente às forças das pessoas, às suas características positivas, que fazem com que a vida valha a pena ser vivida (Luthans, 2002a).

Alguns autores, como Martin Seligman, começaram a criticar esta visão negativa da psicologia e passaram a defender a necessidade de se saber mais sobre o que caracteriza o funcionamento das pessoas e dos sistemas humanos no seu melhor, e como desenvolvê-lo e melhorá-lo. Assuntos como optimismo, criatividade, esperança, ou felicidade, passaram a aparecer em livros e artigos científicos de forma mais visível e estruturada do que até aqui, conduzindo a uma preocupação crescente em mudar o foco da ciência psicológica para as forças e as virtudes, e em certificar a cientificidade das publicações e intervenções neste domínio (Park & Peterson, 2007; Snyder & Lopez, 2002).

Com o propósito de mudar pelo menos alguma da ênfase dada às piores coisas da vida, para o estudo e compreensão de algumas das melhores coisas da vida, a Psicologia Positiva (PP) emerge como uma área de estudo científico própria, vibrante e multifacetada, que vai para além de uma abordagem centrada nos problemas e patologias, para se dirigir teórica e empiricamente à construção das melhores qualidades da vida, no âmbito subjectivo, individual e grupal (Csikszentmihalyi & Csikszentmihalyi, 2006; Seligman, 2002; Seligman, 2006; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000; Seligman, Steen, Park & Peterson, 2005).

A sua missão é construir uma compreensão teórica e usar a metodologia científica para descobrir e promover os factores que permitem aos indivíduos, grupos, organizações e comunidades, desenvolver-se e prosperar (Luthans, 2002a). Pretende debruçar-se sobre as experiências positivas (como emoções positivas, felicidade, esperança, optimismo), características positivas individuais (como carácter, forças e virtudes) e instituições positivas (como organizações baseadas no sucesso e potencial humano, sejam locais de trabalho, escolas, famílias, hospitais, comunidades, sociedades ou ambientes físicos a todos os títulos saudáveis) (Fredrickson, 2003; Park & Peterson, 2007; Seligman, 2002; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000; Snyder & Lopez, 2002; Wright, 2003).

Embora as organizações e instituições estejam no horizonte do campo de estudos da PP, grande parte do trabalho desenvolvido até então tem compreendido, essencialmente, a investigação e teorização relativas às experiências emocionais e características positivas individuais. Apenas mais recentemente têm surgido manifestações de interesse da sua aplicação à vida das organizações, e estudos com enquadramentos comunitários, culturais e sociais (Cameron, Dutton & Quinn, 2003; Luthans & Youssef, 2004, Peterson & Seligman, 2004).

Alguns autores como Fred Luthans, Kim Cameron, Robert Quinn ou Thomas Wright, têm vindo a dedicar-se à teorização e à aferição da aplicação dos conceitos da PP aos estudos do capital humano e das suas capacidades psicológicas e sociais em contexto organizacional. Neste sentido, têm defendido o estudo do bom desempenho nas organizações, baseado nas forças, talentos e excelências, e em formas energizantes e geradoras para desenvolver o potencial total de indivíduos e sistemas (Cameron, Dutton & Quinn, 2003; Luthans, 2002a; Luthans & Youssef, 2004; Wright, 2003).

De acordo com esta escola de pensamento, a adoção de um esquema interpretativo baseado em emoções positivas tem efeitos benéficos a nível psicológico e fisiológico, os quais potenciam a motivação e a produtividade individuais. Esta corrente da psicologia demonstra a existência de uma relação positiva entre as capacidades psicológicas positivas e o desempenho em contexto organizacional (Luthans, Avolio, Walumbwa, & Li, 2005).

A aplicação da PP ao estudo do comportamento organizacional, deu origem a uma nova perspectiva designada por Comportamento Organizacional Positivo (COP) (*positive organizational behavior*), que tem por base o estudo das capacidades psicológicas que influenciam o desempenho das pessoas nas organizações.

Neste enquadramento, depois de dar uma visão muito breve da PP apresenta-se uma revisão de literatura sobre o COP, o que se entende sobre o conceito, e identifica-se e analisa-se o conjunto de capacidades psicológicas que o sustentam.

2.2. A perspectiva do Comportamento Organizacional Positivo (COP)

Tendo como ponto de partida o movimento da PP, o COP, iniciado por Fred Luthans, é definido pelo autor como “o estudo e aplicação das forças psicológicas positivamente orientadas, que podem ser medidas, desenvolvidas e eficazmente geridas para incrementar a melhoria do desempenho no trabalho” (Luthans, 2002a, p.59).

Esta definição do COP enfatiza por um lado a importância da pesquisa e investigação, e por outro, salienta a possibilidade de intervenção, incorporando critérios específicos que são mensuráveis e colocando o foco na capacidade de desenvolvimento e gestão dos recursos humanos e do desempenho. A vertente de capacidade de desenvolvimento e gestão diferencia o COP de outras abordagens da PP, como os estudos organizacionais positivos (*positive organizational scholarship- POS*), numa controversa linha entre os estados ou os traços psicológicos.

Enquanto que os autores do COP defendem que as características do comportamento positivo devem ser vistas primeiramente como uma consequência dos estados psicológicos positivos (Luthans & Youssef, 2004; Luthans, 2002a), o POS defende que estes comportamentos resultam de traços mais estáveis e consistentes, como as virtudes positivas (Cameron, Dutton & Quinn, 2003) ou as forças de carácter (Clifton & Harter, 2003).

Conceptualmente, o critério mais diferenciador da psicologia positiva, *per se*, e de outros conceitos orientados positivamente do comportamento organizacional, seja talvez o critério de abertura ao desenvolvimento do COP. Como definido aqui, o COP inclui o conceito de estado em vez da taxionomia dos traços de carácter ou das virtudes utilizadas na PP (Luthans, 2002b). Deste modo, este conceito pressupõe que os estados estão abertos à aprendizagem, ao desenvolvimento, à mudança e à gestão no trabalho, pelo que podem ser desenvolvidos por programas de treino, geridos no trabalho ou auto-desenvolvidos.

Por outro lado, o critério de ser mensurável e de requerer teoria e pesquisa, aliado ao critério de desenvolvimento, faz com que o COP se pretenda apresentar como

uma área de estudo e de melhoria das capacidades psicológicas, as quais podem revelar um impacto significativo no desempenho (Luthans & Youssef, 2004).

Neste contexto, o COP pode ser aplicado ao desenvolvimento de líderes/gestores e ao desenvolvimento dos recursos humanos (RH). Em particular, o COP é directamente aplicável ao desenvolvimento da liderança através de programas organizados (e.g., aconselhamento de carreiras ou *mentoring*), e ao desenvolvimento dos RH, através de programas de treino formal ou através dos líderes (e.g., *coaching*) (Luthans, 2002a).

Tendo por base a perspectiva do COP, a secção 2.2.1. apresenta as capacidades psicológicas positivas que o sustentam e que serão objecto de análise neste estudo.

2.2.1. Capital Psicológico Positivo (PsyCap)

Inicialmente, a construção da teoria do COP identificou e suportou-se nos conceitos de confiança (ou auto-estima), esperança, optimismo, felicidade, resiliência e inteligência emocional como unificadores dos critérios do COP, de ser não apenas positivo, mas também único no campo do comportamento organizacional, baseado na teoria e na investigação com medidas válidas, e estados abertos ao desenvolvimento, à mudança e à gestão da melhoria do desempenho (Luthans, 2002a, Luthans, 2002b).

Posteriormente, a teoria do COP, a investigação e a aplicação focaram-se maioritariamente na confiança, no optimismo, na esperança e na resiliência e na sua relação com a liderança (Luthans, Avolio, Walumbwa, & Li, 2005).

Recentemente, Luthans e Youssef (2004) sistematizaram conceptualmente os estados e organizaram-nos naquilo a que chamaram de Capital Psicológico Positivo. As capacidades psicológicas que formam o designado Capital Psicológico Positivo, ou apenas capital psicológico (PsyCap), incluem a auto-eficácia/ confiança, o optimismo, a esperança e a resiliência (Luthans & Youssef, 2004).

Para os autores, estas são as quatro capacidades psicológicas que melhor definem o capital psicológico, uma vez que respeitam os quatro critérios por si definidos (Luthans & Avolio, 2003): serem características positivas, de base teórica e empírica, definidas em termos de estado e avaliadas através de medidas com elevada validade (Palma, Cunha & Lopes, 2007). Caracterizadas por serem características positivas, relativamente distintas e específicas do COP, e por se encontrarem baseadas numa consistente investigação empírica e numa sólida teoria, estas capacidades psicológicas podem ser mensuráveis. Por outro lado, ao serem concebidas como estados, e não como traços relativamente rígidos, são passíveis de serem desenvolvidas, treinadas e melhoradas.

Segundo Luthans, Youssef & Avolio (2007), as pessoas cujas capacidades se baseiam num estado de desenvolvimento psicológico positivo são caracterizadas por: 1) possuírem uma alta confiança para, perante tarefas desafiantes, empregarem o esforço necessário de modo a serem bem sucedidas, 2) face a acontecimentos presentes ou futuros, fazerem atribuições positivas, 3) mostrarem perseverança em relação aos objectivos definidos, e, sempre que necessário, serem capazes de redireccionar os meios para atingir os fins e, 4) terem a capacidade para recuperar de adversidades (Palma, Cunha & Lopes, 2007).

➤ **Confiança/ Auto-Eficácia**

O conceito de confiança, ou mais comumente designado de auto-eficácia na psicologia, é reconhecido como o conceito com maior fundamentação teórica e prática, sendo introduzido por Albert Bandura, e definido como a convicção de que se é capaz de executar uma tarefa de forma adequada (Bandura, 1997). O autor considera-o como o mais importante dos mecanismos psicológicos para a positividade, afirmando que os indivíduos não terão incentivos para agir, se não acreditarem que conseguem atingir os objectivos desejados e evitar os indesejados. Acrescenta ainda que embora outros factores possam funcionar como motivadores, a base da motivação consiste em acreditar que se consegue produzir os resultados desejados.

Stajkovic & Luthans (1998) propuseram uma outra definição de auto-eficácia mais coerente com o enquadramento do COP, que vigora ainda hoje: “A auto-eficácia refere-se à convicção que uma pessoa tem relativamente à sua capacidade para mobilizar a motivação, os recursos cognitivos e os recursos de acção necessários para realizar com êxito uma tarefa específica num dado contexto” (p. 66). Por outras palavras, a chave desta definição encontra-se na tarefa e no contexto específico, pelo que a confiança não pode ser uma característica descontextualizada. Na perspectiva do COP, a auto-eficácia positiva é tida como um estado que pode ser desenvolvido e efectivamente gerido.

O sentimento de auto-eficácia revela um impacto significativo no comportamento humano, onde as expectativas e as experiências anteriores podem fazer a diferença entre ser ou não ser confiante. É pois necessário considerar que os indivíduos tenham uma noção subjectiva das suas capacidades, a qual deriva de experiências anteriores.

Segundo Luthans (2002a), as pessoas tendem primeiramente a ponderar, avaliar e integrar a informação sobre as suas capacidades percebidas, antes de seleccionar as suas escolhas e iniciar os seus esforços. E, muito embora esta percepção subjectiva possa não corresponder às capacidades reais do indivíduo, uma avaliação/ percepção positiva dessas capacidades pode gerar uma expectativa de auto-eficácia, a qual pode produzir bons resultados:

- Escolhas Positivas – as decisões das pessoas são baseadas na avaliação positiva das suas capacidades e os desafios são percebidos como oportunidades. Por exemplo, uma nova tarefa de trabalho é entendida como um desafio interessante se for avaliado por uma pessoa como uma auto-eficácia positiva. Uma pessoa com uma auto-eficácia negativa tenderá a perceber este objectivo como uma ameaça ou risco a evitar.
- Esforço Motivacional – as pessoas esforçam-se mais e empregam mais esforços em alcançar objectivos que pensam corresponder às suas capacidades, onde percebem ter uma eficácia positiva.

- Perseverança – os indivíduos com auto-eficácia positiva tendem a não desistir, a ser resilientes, quando se deparam com problemas ou mesmo quando falham; enquanto que as pessoas com auto-eficácia negativa tendem a desistir perante os obstáculos.
- Padrões de Pensamento Positivo - os julgamentos de eficácia influenciam os diálogos interiores. As pessoas com elevada auto-eficácia tendem a dizer para elas próprias: “Eu sei que sou capaz de resolver este problema”. Pelo contrário, alguém com baixa auto-eficácia tenderá a dizer a si mesmo: “Eu sabia que não conseguia fazer isto”.
- Resistência ao Stress – as pessoas com baixa auto-eficácia tendem a experienciar níveis elevados de stress quando falham nas suas expectativas, quando julgam que as soluções de um problema estão acima das suas capacidades. As pessoas com elevada auto-eficácia encaram as situações potencialmente stressantes com confiança e segurança, sendo capazes de se ajustar mais adequadamente às dificuldades e de melhor lidar com o stress.

Os exemplos anteriores sugerem que as pessoas com elevada auto-eficácia abordam os problemas de forma determinada, empregam a motivação e o esforço necessário para alcançar os objectivos, não desistem quando enfrentam obstáculos, acreditam nas suas capacidades, e são resistentes ao stress. Do mesmo modo, tendem a aceitar e escolher objectivos exigentes e desafiantes, esperando ser bem sucedidas e obter recompensas ou incentivos (Luthans & Youssef, 2004).

A auto-eficácia pode igualmente ter um impacto significativo no desempenho. Esta relação foi evidenciada num estudo de Stajkovic e Luthans (1998), que encontram uma forte correlação entre a auto-eficácia e o desempenho. Por comparação, os benefícios de desempenho resultantes da auto-eficácia são superiores aos decorrentes de outros processos como a definição de objectivos, a modificação do comportamento organizacional, o feedback, as características da personalidade ou a satisfação com o trabalho, analisados noutros estudos (Luthans, 2002a).

Neste sentido, é possível enumerar várias **formas de desenvolver a auto-eficácia**, nas quais os líderes (em contexto organizacional) podem ter um papel importante:

- Experiências de sucesso – proporcionar experiências de sucesso aos indivíduos facilita o aumento da auto-eficácia, especialmente se o sucesso derivar de trabalho difícil de realizar.
- Aprendizagem vicariante – consiste na aprendizagem através da observação dos comportamentos dos outros. É especialmente importante para alguém que tem pouca ou nenhuma experiência numa dada tarefa.
- Persuasão positiva – mais do que dizer “tu és capaz”, a persuasão positiva implica dar feedback positivo e informação útil, prevenir para modos de acção inadequados e ajudar superar as dificuldades.
- Estimulação física e psicológica – se a estimulação é negativa pode funcionar como uma distração e um obstáculo ao desenvolvimento pessoal; pelo contrário, uma estimulação positiva pode promover a auto-confiança e a motivação.

➤ **Esperança**

Em linguagem de senso comum, a esperança é utilizada como um conceito subjectivo que ajuda os indivíduos a superar obstáculos e a encarar as dificuldades da vida, com vista a um futuro promissor. Contudo, enquanto conceito psicológico positivo, a esperança tem um significado específico.

A construção teórica e a definição operacional mais reconhecida foi proposta pelo psicólogo americano C. Rick Snyder. Para o autor, ter esperança consiste em ser capaz de definir objectivos, encontrar formas de alcançá-los e automotivar-se para os realizar (Snyder, 2000). A esperança envolve igualmente dois vectores: a força de

vontade, ou o quanto alguém acredita ser capaz de atingir um dado objectivo (*willpower*), e a definição de caminhos/ planos (*waypower*), ou o quanto é capaz de formular planos eficazes para atingir esses mesmos objectivos (Snyder, Sympson, Ybasco, Borders, Babyak & Higgins, 1996).

A esperança surge, então, como um estado motivacional positivo constituída por dois factores que operam de forma interactiva: a determinação na orientação para objectivos (*agency*) e a identificação de percursos para os alcançar (*pathways*) (Snyder et al, 1996).

Palma, Cunha e Lopes (2007, p. 96) congregam as definições anteriores e descrevem a esperança como “um estado motivacional positivo, resultante da interacção entre: a) o grau em que o indivíduo crê ser capaz de atingir um dado objectivo (agência); b) a capacidade para formular planos eficazes para alcançar esses mesmos objectivos (definição de planos) ”.

Embora o conceito de esperança possa parecer semelhante a outros conceitos da psicologia positiva, como a auto-eficácia e o optimismo, a investigação empírica sugere uma independência conceptual. Por exemplo, a componente de *willpower* do conceito esperança é similar às expectativas de eficácia, e a *waypower* é semelhante às expectativas sobre o resultado. Contudo, enquanto Bandura considera a força de vontade mais importante do que a definição de planos, para Snyder as duas componentes são igualmente importantes e operam de forma combinada e interactiva. Relativamente ao optimismo, Snyder aponta para o facto de as expectativas optimistas serem amplamente determinadas pelos outros, ao passo que as expectativas de esperança têm uma base interna (Luthans, 2002a).

As investigações de Snyder e outros investigadores sugerem que a esperança tem um impacto positivo em campos tão distintos da actividade humana, que vão desde as realizações académicas às desportivas, passando pela saúde emocional, como a depressão e a ansiedade.

No que diz respeito ao plano organizacional os resultados também são promissores: vários estudos têm demonstrado o impacto positivo da esperança no

desempenho, na satisfação no trabalho, nas expectativas, no controlo percebido ou em situações de elevado stress (Peterson & Luthans, 2002; Luthans, Avolio, Walumbwa & Li, 2005).

Algumas **formas específicas de desenvolver a esperança** em contexto organizacional ou académico resultantes dos trabalhos de Snyder, são apresentadas a seguir, dando especial relevância ao papel do líder (Luthans, 2002a):

- Obter a aceitação dos objectivos pelos membros da equipa através da participação e do envolvimento no processo de definição desses objectivos;
- Determinar objectivos específicos e moderadamente difíceis;
- Desenvolver planos de acção alternativos e planos de contingência;
- Desenvolver a capacidade de reformulação/ redefinição de objectivos (e.g., quando o objectivo perdeu relevância ou se tornou impossível);
- Conduzir treinos mentais dos eventos próximos mais importantes.

➤ **Optimismo**

O optimismo é outra das capacidades psicológicas positivas que seguem os critérios do POB, sendo considerada por Luthans (2002a) com o “coração do POB”. Embora o impacto positivo do optimismo em várias áreas do funcionamento humano seja há muito reconhecido pelas pessoas em geral, só recentemente foi proposto como uma componente crítica do POB.

Seligman (1998) deu início à investigação e teorização do optimismo no movimento da psicologia positiva. O optimismo envolve um estilo exploratório positivo que atribui acontecimentos positivos a causas pessoais, permanentes e universais, enquanto os acontecimentos negativos são atribuídos a causas externas, temporárias e relacionadas com situações específicas (Luthans & Youssef, 2004; Palma, Cunha & Lopes, 2007).

O optimismo pode ser definido como uma característica cognitiva e emocional que estimula “expectativas de resultados positivas e/ ou atribuições causais positivas” (Luthans, 2002a, p. 64). Por outras palavras, o optimismo não tem apenas uma base cognitiva “fria”, mas também o “calor” emocional que o torna motivado e motivador (Peterson, 2002).

As expectativas de resultados positivas ou negativas estão dependentes do modo como as pessoas explicam as causas dos acontecimentos positivos ou negativos (Peterson, 2002). Por exemplo, os pessimistas tendem a atribuir um foco interno a acontecimentos negativos, enquanto os optimistas tendem a focar-se em causas externa para explicar a ocorrências de acontecimentos negativos.

Bem documentado está o impacto positivo do optimismo sobre a saúde física e psicológica das pessoas, fomentando o bem-estar, e sobre a persistência, perseverança, e a motivação resultante em ambientes académicos, políticos e desportivos (Seligman, 1998). Do mesmo modo, o pessimismo induz a passividade, o fracasso, o isolamento social, e, em último caso, a depressão.

Contudo, o optimismo em excesso também pode ter alguns riscos. A título de exemplo, pessoas muito optimistas podem negligenciar a sua saúde física e psicológica, não prestando a devida atenção a sinais de alerta. Ao nível organizacional, os gestores optimistas podem distrair-se e não executar os planos de acção necessários para atingir os objectivos (Luthans, 2002a).

Tal como nos PsyCap's anteriores, várias medidas podem ser usadas para **desenvolver o optimismo:**

- Identificar crenças autolimitadoras/ autodestrutivas;
- Identificar os factores que tenham estado na base dessas crenças;
- Identificar formas de remover essas crenças;
- Substituir as essas crenças por outras mais construtivas.

➤ **Resiliência**

Sendo a capacidade psicológica mais recentemente introduzida pelo COP, a resiliência é definida como a capacidade psicológica positiva para recuperar de situações adversas, conflituosas, incertas, ou falhanços, mantendo o equilíbrio e a responsabilidade (Luthans, 2002b).

Os primeiros estudos sobre a resiliência foram desenvolvidos por Norman Garmezy, nos anos 70, e surgiram associados a crianças em contexto clínico, nomeadamente relacionados com a forma como recuperavam de situações problemáticas. Inicialmente, devido ao pouco conhecimento sobre o tema, as crianças resilientes eram tidas como raras, invulneráveis, ou dotadas de um superpoder. Actualmente, sabe-se que a resiliência é uma característica “normal”, uma “magia vulgar”, que resulta de sistemas adaptativos básicos do ser humano e que tem implicações positivas no desenvolvimento dos indivíduos e da sociedade (Masten, 2001).

Estudos sugerem que as pessoas com alta resiliência tendem a ser mais eficazes numa grande variedade de experiências da vida, ajustando-se e desenvolvendo-se, mesmo perante as adversidades (Masten, 2001; Coutu, 2002). De acordo com Coutu (2002), existem três características típicas das pessoas resilientes:

- a) a aceitação da realidade tal como ela é;
- b) a crença profunda num conjunto de valores que dão significado à vida;
- c) a capacidade de improvisar e de se adaptar à mudança significativa.

Em contexto de desempenho organizacional, alguns estudos recentes sugerem que os indivíduos resilientes são propensos a ser mais criativos, com maior facilidade de adaptação à mudança, e mais persistentes na relação com as adversidades, características estas que se revelam da maior importância para as sociedades de hoje em constante transformação (Coutu, 2002; Luthans, Avolio, Walumbwa, & Li, 2005).

Neste sentido, é igualmente possível enumerar algumas estratégias recomendadas por Masten (2001), para **desenvolver a resiliência**:

- Identificar e reduzir os factores de risco e stressores, que possam aumentar a probabilidade de insucesso;
- Orientar-se por valores positivos que permitam reagir e ser melhor sucedido perante os riscos e as adversidades;
- Mobilizar o poder de adaptação para lidar com situações inesperadas (e.g., capacidade de improvisação).

De seguida apresenta-se um quadro-resumo das quatro capacidades psicológicas positivas acima descritas, as quais serão objecto de estudo neste trabalho (Tabela 1).

Tabela 1: Definição conceptual dos PsyCap's (adaptado de Palma, Cunha & Lopes, 2007)

PsyCap's		
Capacidades Psicológicas	Definição	Autores
Auto-eficácia/ Confiança	Convicção que uma pessoa tem relativamente à sua capacidade para mobilizar a motivação, os recursos cognitivos e os cursos de acção necessários para realizar com êxito uma tarefa específica num dado contexto.	Bandura, 1997; Stajkovic & Luthans, 1998.
Esperança	Estado motivacional positivo, resultante da interacção entre: <ul style="list-style-type: none"> • Agência - grau em que o indivíduo crê ser capaz de atingir um dado objectivo; • Definição de planos - capacidade para formular planos eficazes para alcançar esses mesmos objectivos. 	Snyder, Irving & Anderson, 1991; Snyder, Sympson, Ybasco, Borders, Babyak & Higgins, 1996; Palma, Cunha & Lopes, 2007
Optimismo	Estilo atribucional segundo o qual acontecimentos positivos são atribuídos a causas pessoais, permanentes e universais, enquanto os acontecimentos negativos são atribuídos a causas externas, temporárias e relacionadas com situações específicas.	Seligman, 1998; Luthans & Youssef, 2004; Palma, Cunha & Lopes, 2007
Resiliência	Capacidade para recuperar de situações adversas, conflituosas, incertas, ou falhanços, mantendo o equilíbrio e a responsabilidade.	Luthans, 2002b; Palma, Cunha & Lopes, 2007

Uma vez sintetizada a fundamentação teórica sobre as capacidades psicológicas positivas e a sua importância para o “mundo” de hoje em constante transformação, seguidamente abordar-se-á o outro conceito relevante para este estudo: a personalidade, ou mais correctamente, as preferências comportamentais.

3. A PERSONALIDADE

3.1. O conceito de Personalidade

Desde há muito que o conceito de personalidade suscita um fascínio quer na sociedade em geral quer na comunidade científica. A palavra personalidade surge como um termo derivado da palavra latina “persona” que significa “máscara”. No senso comum, o conceito adquire significados variados, associados à habilidade ou à impressão que o indivíduo cria nos outros. Pelo senso comum pode-se igualmente definir personalidade como um conjunto de características pessoais como sentimentos, emoções, pensamentos, comportamentos, motivações, ou atitudes, que são mais ou menos persistentes no tempo, formando coerente ou incoerentemente o carácter de uma pessoa.

Ao longo da história da psicologia vários foram os autores que dedicaram o seu tempo ao estudo da personalidade, tentando explicar a unicidade e a individualidade dos seres humanos, construindo teorias explicativas da dinâmica da personalidade. Desde Freud à psicologia experimental, da corrente gestáltica à psicologia da aprendizagem, entre outros, a construção de teorias da personalidade foi-se multiplicando, através de observações clínicas, do estudo da unidade do comportamento, de estudos psicométricos, ou mesmo através de estudos genéticos.

Contudo, tal como no senso comum, a comunidade científica também tem encontrado grandes dificuldades em encontrar uma definição consensual. São inúmeras as definições que se podem encontrar na literatura, sendo que o mais importante é perceber que a definição do conceito se prende com o referencial teórico que lhe está subjacente.

Neste sentido, e de acordo com o âmbito deste trabalho, faremos apenas uma abordagem aos principais paradigmas existentes, referenciando os autores de maior relevo, de forma a dar uma breve visão sobre o tema, focando-nos posteriormente na teoria que sustenta este estudo e no questionário utilizado para o efeito.

3.2. Os principais paradigmas da personalidade

Ao longo do tempo, surgiram diversos paradigmas do estudo da personalidade, que englobam várias teorias e autores, numa tentativa comum de descrever e explicar as qualidades psicológicas que influenciam os padrões comportamentais típicos de um indivíduo. Dos diversos paradigmas coexistentes na literatura, destacam-se quatro: o paradigma psicanalítico, o paradigma behaviorista, o paradigma humanista e o paradigma dos traços (Cunha, Cardoso, Cunha & Rego, 2004).

Em termos genéricos, o paradigma psicanalítico centra-se no estudo dos processos psíquicos profundos, enquanto que o paradigma behaviorista defende apenas a existência de elementos observáveis e objectivos. O paradigma humanista acredita que só se pode conhecer o outro através da compreensão da sua existência distintiva da realidade. Por último, o paradigma dos traços consiste no reconhecimento das principais características da personalidade que são responsáveis pela consistência comportamental (Cunha, et al., 2004).

3.2.1. O Paradigma Psicanalítico

A abordagem psicanalítica tem em Freud o seu ponto de referência inicial. A teoria de Freud apela para um modelo conflitual de motivação na construção da personalidade, segundo o qual o comportamento tem por base impulsos inconscientes com suporte biológico, que se manifestam na procura de satisfação sexual (Pervin, 1998). Outros autores refutam a teoria de Freud, propondo outras perspectivas.

Carl Jung rejeitou a ênfase de Freud na sexualidade, propondo em alternativa que os determinantes inconscientes do comportamento tinham não só uma origem derivada da experiência pessoal, mas também uma origem ancestral derivada de gerações anteriores.

Outro autor que se enquadra neste paradigma é Alfred Adler, que aponta para os determinantes conscientes do comportamento e para o interesse social como base do

comportamento saudável. A designada psicologia individual de Adler afirma que o desenvolvimento da personalidade é originado na afirmação pessoal

O psicanalista Erikson, desenvolve a teoria psicossocial do desenvolvimento e perspectiva o desenvolvimento da personalidade não em termos da psicosexualidade, mas numa perspectiva psicossocial, demonstrando a existência de estágios de desenvolvimento contínuo que marcam o percurso de cada indivíduo desde a infância até à velhice (Pervin, 1998).

Numa abordagem mais interaccionista, a personologia de Henry Murray perspectiva a dinâmica da personalidade como estando assente na análise motivacional da direccionalidade do indivíduo, que tem por base uma taxonomia das suas necessidades de realização, afiliação, dominância e exibição (Friedman & Schustack, 2004). Os contributos de Murray são de importância relevante, por exemplo na área de avaliação da personalidade, onde o autor desenvolveu vários instrumentos, entre eles o T.A.T..

3.2.2. O Paradigma Behaviorista

O paradigma behaviorista engloba as teorias da aprendizagem, as quais sofreram uma evolução com o passar dos tempos e com as diferentes abordagens de cada autor. Nesta secção irá abordar-se apenas as duas perspectivas que mais contribuíram para a teoria da personalidade: a teoria do estímulo-resposta de Dollar e Miller e a teoria da aprendizagem social da Albert Bandura.

A teoria do estímulo-resposta de Dollar e Miller foi marcadamente influenciada pelo condicionamento clássico de Skinner, segundo o qual a personalidade é um repertório de comportamentos aprendidos no conjunto organizado de contingências ambientais, dependentes do contexto e de situações específicas. Tal como Skinner, Dollar e Miller também consideravam que a personalidade era consequência da acumulação de comportamentos condicionados, mas contrariamente a Skinner, estes autores tinham como fundamentais os constructos internos, os processos mentais superiores e a cultura de origem do comportamento (Hall, Lindzey & Campbell, 2000).

A teoria da aprendizagem social de Bandura segue uma abordagem sociocognitiva que pode ser vista como um refinamento da teoria da aprendizagem clássica, sendo baseada no método de aprendizagem observacional. Para Bandura, o comportamento não só é influenciado por factores externos, mas também por factores internos que determinam as expectativas, a auto-eficácia, o reforço esperado, os pensamentos, planos e metas, os quais são regulados pelo self. É através desta rede de recursos internos que o indivíduo consegue prever o seu comportamento e antever consequências de acções futuras (Friedman & Schustack, 2004).

3.2.3. O Paradigma Humanista

No paradigma humanista, onde a ênfase está centrada no indivíduo, destacam-se alguns autores com George Kelly e Carl Rogers, para quem a percepção e a condição humana são a essência do significado de ser pessoa, e o que as difere umas das outras é a forma como interpretam o mundo.

George Kelly, na sua teoria da constructo pessoal, defende que a personalidade do indivíduo se distingue pela forma como tenta compreender o mundo, a qual é diferente de todos os outros indivíduos. Cada sujeito faz uma construção daquilo que observa da realidade, e “os processos de uma pessoa são canalizados psicologicamente pelo modo como ela antevê os acontecimentos” (Friedman & Schustack, 2004, p.238). Defende que não existem constructos certos ou errados, apenas implicações diferentes sobre o comportamento. Trata-se, pois, de um sistema de constructos que estrutura a realidade, de modo a compreender e antecipar os nossos comportamentos e os dos outros.

As influências existencialistas levam Rogers a elaborar uma visão mais positiva das capacidades do ser humano, a acreditar na sua possibilidade de evolução enquanto indivíduo. Constrói a denominada teoria centrada na pessoa, sustentada na ideia de que o homem possui a capacidade de se criar a si mesmo durante a infância e de procurar durante o resto da sua vida atingir a auto-realização, através das experiências vividas. Atingida a máxima realização, o indivíduo passa ao estágio de auto-conservação e,

posteriormente, ao estágio de auto-melhoramento. Todos estes processos acontecem no Eu, numa tendência de crescimento interior (Hall, Lindzey & Campbell, 2000).

3.2.4. O Paradigma dos Traços

A abordagem ao traço da personalidade permite utilizar um conjunto de adjectivos cujo principal objectivo assenta na descrição e na classificação dos indivíduos, representados numa escala.

A primeira teoria do traço foi operacionalizada por Gordon Allport que identificou duas características transversais a todo o comportamento humano: a consistência e a variabilidade. Recorrendo a outras disciplinas, Allport construiu a sua própria definição: “A personalidade é a organização dinâmica, dentro do indivíduo, daqueles sistemas psicofísicos que determinam os seus ajustamentos únicos ao ambiente” (1937, in Hall, Lindzey & Campbell, 2000. p.228). Para o autor, traço é uma característica do indivíduo que orienta formas consistentes de comportamento.

Para Eysenck, a personalidade corresponde à soma total dos padrões individuais presentes ou potenciais do organismo, e que são determinados pela herança e pelo ambiente (Pervin, 1998)). A sua abordagem tipológica distingue três factores – Neuroticismo/ Não Neuroticismo, Extroversão/ Introversão, Psicoticismo/ Não Psicoticismo -, todos eles de origem biológica.

Desenvolvido por alguns teóricos, o Modelo dos Cinco Grandes Factores de Personalidade (“Big Five”) provocou um avanço assinalável na teoria dos traços, tornando-se porventura no mais conhecido. Este modelo aponta para cinco dimensões básicas da personalidade – Extroversão, Amabilidade (ou Afabilidade), Conscienciosidade, Neuroticismo/ Estabilidade Emocional, Abertura à Experiência -, e deu origem a um inventário estabilizado, o NEO PI-R (Cunha, et al., 2004).

4. A IMPORTÂNCIA DE CARL JUNG E O MBTI

4.1. A Teoria do Tipo Psicológico de Carl Jung

Carl Jung, psiquiatra suíço, foi discípulo de Freud e elaborou uma nova abordagem que defende a importância das interações e conflitos interpessoais ao longo da vida do indivíduo e as suas implicações relativamente ao self, focalizando o seu principal objectivo no estudo dos aspectos universais e profundos da personalidade (Friedman & Schustack, 2004).

Na tentativa de explicar as diferenças normais entre pessoas sadias, Jung baseou-se nas suas observações clínicas e concluiu que as diferenças de comportamentos derivam de tendências inatas das pessoas em utilizar as suas “mentes” de formas distintas. Deste modo, como as pessoas agem de acordo com essas tendências, elas desenvolvem padrões de comportamento.

De acordo com esta conclusão, Jung desenvolveu um modelo que se baseia na premissa de que “modos consistentes de pensar se desenvolvem com a formação e a experiência, e que estes modos se podem classificar em duas dimensões” (Cunha, et al., 2004, p.98), consoante a actividade mental em que as pessoas estão envolvidas, sendo portanto, processos mentais elementares:

- A *percepção*, ou a assimilação de informação;
- O *juízo/julgamento*, ou a organização e avaliação dessa informação.

Nos processos mentais elementares, o autor identificou igualmente quatro funções básicas da mente que são empregues pelo ser humano para adquirir e processar a informação, destacando-se duas formas opostas pelas quais as pessoas percebem, as quais denominou *sensação* (S) e *intuição* (I), bem como duas formas opostas através das quais as pessoas avaliam, designadas por *pensamento* (T) e *sentimento* (F) (Friedman & Schustack, 2004), onde:

- Sensação (S) – corresponde à função perceptual ou de realidade que transmite os factos e representações concretas e específicas do mundo, onde a recolha de informação vem primeiramente através dos sentidos.
- Intuição (N) – é a percepção por meio dos processos inconscientes dos conteúdos subliminares, procurando a essência da realidade.
- Pensamento (T) – é uma avaliação da informação que obedece a uma sequência lógica, que prevê o resultado lógico das alternativas de acção, que ordena e pondera os factos.
- Sentimento (F) – decide com base nos valores pessoais, independentemente da lógica; é um juízo individualizado que tem origem no interior do eu.

A *sensação* e a *intuição* são funções irracionais uma vez que se baseiam na percepção do concreto, do particular e do acidental, ignorando as regras da lógica. O *pensamento* e o *sentimento* são funções racionais pois envolvem julgamento, ponderação e generalização. Todavia, tanto as funções racionais como as irracionais são importantes face à necessidade de elaborar estratégias para perceber e julgar o mundo, e influenciam o funcionamento consciente.

Jung observou igualmente que os indivíduos tendem a concentrar a sua energia e a recebê-la predominantemente pelo mundo exterior das pessoas, da experiência e da actividade; ou predominantemente pelo mundo interior das ideias, memórias e emoções. A isto ele denominou a *orientação de energia*, que dá origem a duas formas de enfoque dos processos mentais: a *extroversão* (E - direccionada para o mundo exterior) e a *introversão* (I - direccionada para o mundo interior) (Friedman & Schustack, 2004).

Estas duas atitudes ou orientações da personalidade são consideradas como pólos opostos, que orientam os indivíduos para mundos diferentes, o mundo externo e objectivo e o mundo interno e subjectivo. No entanto, ambas existem no ser humano, embora normalmente uma delas seja dominante e a outra seja subordinada e inconsciente, levando-nos a adoptar formas preferidas e mais confortáveis de lidar com os vários aspectos da vida.

Ao combinar as duas orientações específicas de energia com os quatro processos mentais, Jung descreveu oito *Tipos* psicológicos fundamentais da actividade mental das pessoas, conforme se encontram representados na figura 1 que se segue.

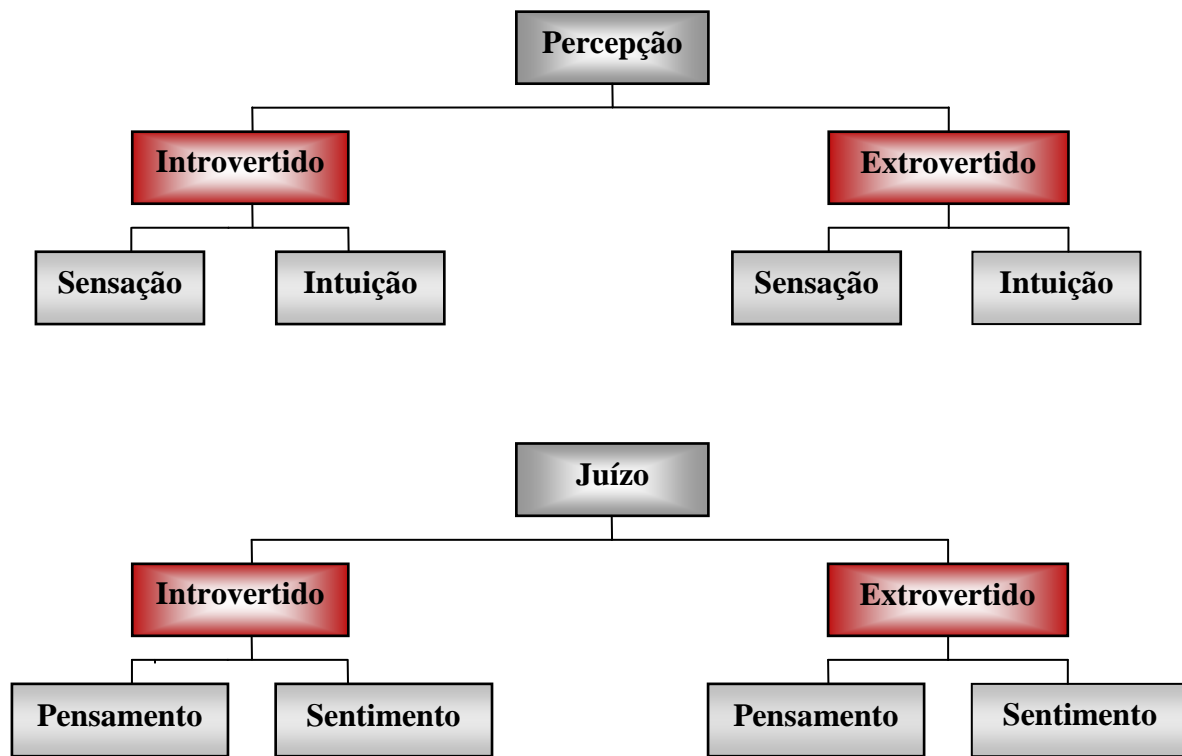


Figura 1: Oito Funções Mentais de Jung (adaptado Myers, 1998).

Jung acreditava que as diferenças comportamentais entre as pessoas resultavam das diferentes preferências comportamentais, embora estes oito processos mentais sejam utilizados por todas as pessoas. A preferência natural por uma determinada função em detrimento de outra, faz com que os indivíduos direcionem a energia para a tal função, desenvolvendo hábitos e padrões de comportamento característicos dessa função, a qual é denominada por *função dominante ou superior*. As diferenças na função mental que é preferida, utilizada e desenvolvida, levam à existência de diferenças fundamentais nas entre as pessoas (Hall, Lindzey & Campbell, 2000).

Para além de se ter concentrado na descrição precisa das oito funções dominantes, Jung também observou que os indivíduos utilizam as outras funções numa espécie de hierarquia de preferência. Como tal, existem outras três funções que, em conjunto com a *função dominante*, são utilizadas para descrever a ordem de uso para um *Tipo* individual. Assim, a *função dominante* é a primeira e é o processo mental mais

utilizado; a *função auxiliar* é a segunda em preferência; a *função terciária* é a terceira mais usada; e a *função inferior* é a quarta e a menos preferida. Aquilo que distingue os indivíduos é a dinâmica e a hierarquia das preferências (Myers, 1998).

4.2. O Desenvolvimento da Teoria de Jung no MBTI: o *Tipo Psicológico*

Embora a principal preocupação de Jung fosse a descrição dos processos cognitivos e as potencialidades que todos possuem e necessitam desenvolver (Hall, Lindzey & Campbell, 2000), e não a de criar uma tipologia formal através da qual se distinguiriam os indivíduos, o desenvolvimento da sua teoria permitiu que tal acontecesse.

Através das suas observações, Jung concluiu que as diferenças de comportamento derivam das tendências inatas das pessoas em utilizar a mente de formas distintas, as quais desenvolvem padrões de comportamento ao agirem de acordo com essas tendências. As combinações das oito funções mentais de Jung estão na base teórica de um instrumento de avaliação das preferências comportamentais, concebido por Katherine Briggs e Isabel Briggs Myers, o *Myers-Briggs Type Indicator*, ou simplesmente MBTI, o qual será utilizado neste estudo.

Myers e Briggs desenvolveram a ideia junguiana de função auxiliar e incluíram o papel desta função nos seus conceitos e descrições dos Tipos (Tabela 2). Este desenvolvimento deu origem a dezasseis Tipos apresentados no MBTI como preferências comportamentais. O MBTI descreve as preferências humanas em quatro dicotomias, as quais indicam as diferenças entre os indivíduos e resultam das actividades seguintes (Hall, Lindzey & Campbell, 2000):

- Energia – onde as pessoas preferem concentrar a sua atenção e de onde obtêm energia, através da Extroversão (E) ou Introversão (I);
- Percepção – a forma como preferem assimilar as informações, através da Sensação (S) ou Intuição (N);
- Decisão – a maneira como preferem tomar decisões, através do Pensamento (T) ou Sentimento (F);

- Viver – o modo como se orientam para o mundo exterior, através do Juízo (J) ou Percepção (P).

Cada uma destas dicotomias identifica comportamentos humanos em dois pólos. O desenvolvimento do Tipo Psicológico tem por base as preferências dos indivíduos em cada uma das dimensões. A teoria de Jung e os 16 Tipos do MBTI não constituem um quadro estático; pelo contrário, eles descrevem sistemas de energia dinâmicos com processos interactivos, onde cada preferência é um aspecto multifacetado da personalidade.

Tabela 2: Os 16 Tipos do MBTI resultantes das 8 combinações das funções básicas de Jung (adaptado de Myers, 1998).

Função Dominante	Função Auxiliar	Tipo de MBTI
Sensação Extrovertida	Com Pensamento Introverso	ESTP
Sensação Extrovertida	Com Sentimento Introverso	ESFP
Sensação Introversa	Com Pensamento Extroverso	ISTJ
Sensação Introversa	Com Sentimento Extroverso	ISFJ
Intuição Extrovertida	Com Pensamento Introverso	ENTP
Intuição Extrovertida	Com Sentimento Introverso	ENFP
Intuição Introversa	Com Pensamento Extroverso	INTJ
Intuição Introversa	Com Sentimento Extroverso	INFJ
Pensamento Extroverso	Com Sensação Introversa	ESTJ
Pensamento Extroverso	Com Intuição Introversa	ENTJ
Pensamento Introverso	Com Sensação Extroversa	ISTP
Pensamento Introverso	Com Intuição Extroversa	INTP
Sentimento Extroverso	Com Sensação Introversa	ESFJ
Sentimento Extroverso	Com Intuição Introversa	ENFJ
Sentimento Introverso	Com Sensação Extroversa	ISFP
Sentimento Introverso	Com Intuição Extroversa	INFP

Em termos gerais, os extrovertidos preferem obter energia através do mundo exterior das pessoas, actividades ou coisas, enquanto os introversos obtêm energia através do mundo interno das ideias, das emoções e impressões de si mesmo, e são caracterizados por uma profundidade de concentração. Os sensitivos ligam aos pormenores, baseiam-se nos factos e no que é real, obtendo informação através dos

cinco sentidos; pelo contrário, os intuitivos preferem o quadro geral e conseguem entender possibilidades e relações.

No mesmo sentido, os pensativos preferem organizar e estruturar a informação para decidir de uma forma lógica, objectiva e impessoal, ao passo que os sentimentais têm preferência por decidir baseados em julgamentos pessoais, orientados aos seus valores. Aqueles que utilizam o juízo como preferência tendem a viver de um modo planeado e organizado, enquanto que os perceptivos preferem viver de um modo espontâneo e flexível (Hall, Lindzey & Campbell, 2000).

A título de exemplo, um *Tipo* ESTJ sugere uma pessoa que deriva energia do mundo exterior (E), cuja forma preferida de perceber a informação é captada através da Sensação (S), que decide pelo Pensamento (T) e que adopta uma maneira de viver baseado no Juízo (J).

Considerando que as pessoas desenvolvem um tipo específico, o teste defende Jung nos seus principais pressupostos. Como consequência, as pessoas tendem a desenvolver as suas funções preferidas, as funções dominantes, em detrimento das menos preferidas (Hall, Lindzey & Campbell, 2000).

Para colocar em funcionamento total a teoria dinâmica de Jung num instrumento psicométrico, Myers e Briggs delinearão ainda, separadamente, quatro escalas de preferências comportamentais (Anexo A), através das seguintes dicotomias: Extroversão-Introversão, Sensação-Intuição, Pensamento-Sentimento, Juízo-Percepção (Myers, 1998). O Tipo Psicológico é definido à medida que vamos fazendo uso das nossas preferências (Myers, 1998).

O MBTI apela para os aspectos multifactoriais da personalidade e é através da análise da combinação das quatro preferências que se obtém um perfil mais rico e completo do Tipo Psicológico do indivíduo (Hall, Lindzey & Campbell, 2000). Das combinações possíveis destas preferências nascem os 16 Tipos de personalidade, aos quais correspondem características distintas que lhes estão frequentemente associadas, conforme se demonstra no Tabela 3.

Tabela 3: Características frequentemente associadas a cada Tipo (adaptado de Myers, 1998).

		Tipos de Sensação		Tipos de Intuição	
		Pensamento (T)	Sentimento (F)	Sentimento (F)	Pensamento (T)
Introversos (I)	Juízo (J)	ISTJ – calmo, sério, atinge o sucesso pela eficácia e pela confiança. Prático, realista e responsável. Decide pela lógica e trabalha para isso com constância. Tem prazer em fazer tudo de forma ordenada e organizada (em casa, no trabalho, na sua vida). Valoriza as tradições e a lealdade.	ISFJ - calmo, afectuoso, responsável e consciencioso. Cumpre as suas obrigações mostrando compromisso e constância. Metucioso, diligente e cuidadoso. Leal, atencioso, percebe e lembra-se de detalhes sobre as pessoas com quem se importa, preocupa-se com os sentimentos dos outros. Esforça-se por criar um clima de ordem e de harmonia no ambiente de trabalho e em casa.	INFJ – procura encontrar sentido e conexões em ideias, relacionamentos e posses materiais. Procura entender as motivações das pessoas e é compreensivo com os demais. Consciencioso e comprometido com os seus firmes valores. Desenvolve uma visão clara sobre como servir o bem comum. Organizado e resoluto ao colocar em prática a sua visão do futuro.	INTJ – tem uma mente original e um grande impulso para colocar em prática as suas ideias e atingir os seus objectivos. Percebe rapidamente padrões em eventos externos e desenvolve perspectivas explicativas de longo alcance. Uma vez comprometido, organiza uma tarefa e leva-a a cabo. Céptico e independente, estabelece altos níveis de competência e de desempenho para si e para os outros.
	Percepção (P)	ISTP – tolerante e flexível, observa com calma, até que um problema surja, e então age com rapidez buscando soluções possíveis. Analisa o funcionamento das coisas e prontamente recolhe uma grande quantidade de dados para identificar a origem de problemas práticos. Interessado na relação causa-efeito, organiza os factos usando princípios lógicos. Valoriza a eficiência.	ISFP – calmo, afectuoso, sensível e generoso. Aprecia o aqui e agora, o que se passa ao seu redor nesse momento. Gosta de ter o seu próprio espaço e trabalhar ao seu próprio ritmo. Leal e comprometido com os seus valores e com as pessoas com quem se importa. Não gosta de desentendimentos e não impõem aos outros as suas opiniões e valores.	INFP – idealista, fiel aos seus valores e às pessoas com quem se importa. Busca uma vida exterior que seja coerente com os seus valores. Curioso, rápido a visualizar possibilidades, pode servir de catalisador para colocar ideias em acção. Procura entender as pessoas e ajudá-las a realizar o seu potencial. Adaptável, flexível e acolhedor, a menos que os seus valores estejam sob ameaça.	INTP – procura encontrar explicações lógicas para tudo o que lhe interessa. Teórico e abstracto, mais interessado em ideias do que numa interacção social. Calmo, contido, flexível e adaptável. Tem uma habilidade incomum para se aprofundar e resolver problemas na sua área de interesse. Céptico, por vezes crítico, sempre analítico.
	Percepção (P)	ESTP – flexível e tolerante, adopta uma abordagem pragmática, que se concentra em resultados imediatos. Teorias e explicações conceptuais deixam-no entediado, estrategicamente quer agir com energia para resolver o problema. Concentra-se no aqui e agora, espontâneo, desfruta cada momento em que pode ser activo com os outros. Gosta de conforto material e de estilo. Aprende melhor através da prática.	ESFP – expansivo, amigoso e acolhedor. Exuberante amante da vida, das pessoas e de conforto material. Aprecia trabalhar com os outros para veras coisas acontecer. Adopta o bom senso e uma abordagem realista no seu trabalho e torna-o agradável. Flexível e espontâneo, adapta-se rapidamente a pessoas e ambientes novos. Aprende melhor exercitando uma habilidade nova com outras pessoas.	ENFP – extremo entusiasta e imaginativo, vê a vida como plena de possibilidades. Faz ligações entre eventos e informações rapidamente, e prossegue com confiança baseado nos modelos que vê. Busca afirmação da parte dos outros e oferece prontamente a sua compreensão e apoio. Espontâneo e flexível, confia na sua habilidade em improvisar e na sua fluência verbal.	ENTP – sagaz, inventivo, estimulador, atento e sincero. Desembaraçado ao resolver problemas novos e desafiantes. Competente em criar possibilidades conceptuais e depois analisá-las estrategicamente. Hábil ao interpretar os outros. Entediado pela rotina, raramente repetirá a mesma tarefa da mesma forma; disposto a dedicar-se a um interesse após o outro.
Extroversos (E)	Percepção (P)	ESTJ – prático e realista. Decidido, rapidamente se mobiliza para colocar resultados em prática. Organiza projectos e supervisiona as pessoas para que se façam as coisas. Concentra-se em obter resultados da forma mais eficiente. Cuida de detalhes definidos de modelos lógicos, os quais segue sistematicamente e quer que os demais também sigam. Eficaz ao colocar os seus planos em acção.	ESFJ – afectuoso, consciencioso e disposto a cooperar. Busca a harmonia no seu ambiente, trabalha com determinação para alcançá-la. Gosta de trabalhar em equipa a fim de cumprir tarefas com precisão e dentro dos prazos. Leal, acompanha a execução de uma tarefa até ao fim, não se importando quão pequena ela seja. Atento às necessidades alheias no dia-a-dia. Busca reconhecimento pelo que é e pela contribuição que oferece aos outros.	ENFJ – caloroso, partilha das necessidades e sentimentos dos outros, compreensivo e responsável. Em fina sintonia com as emoções, necessidades e motivações alheias. Vê potencial em todos, procura ajudar os demais a desenvolvê-lo plenamente. Pode vir a agir como catalisador do desenvolvimento individual e do grupo. Leal, susceptível a elogios e a críticas. Sociável, age em grupo como facilitador, oferecendo uma liderança inspiradora.	ENTJ – franco e decidido, assume a liderança prontamente. Percebe rapidamente procedimentos ilógicos e ineficientes, desenvolve e implementa abrangentes sistemas para resolver problemas de organização. Aprecia o planeamento a longo prazo e os estabelecimento de metas. Normalmente bem informado, gosta de expandir o seu conhecimento e partilhá-lo com os outros. Eficaz ao apresentar as suas ideias.
	Juízo (J)				

4.3. O Desenvolvimento e a Dinâmica do *Tipo*

É através da exploração da interacção dinâmica entre as quatro preferências que se pode perceber a riqueza de conhecimento resultante do *Tipo Psicológico*, a qual se designa por *dinâmica do Tipo* e é determinada pela ordem das preferências. Jung estabeleceu uma hierarquia de preferências, onde cada letra do *Tipo* corresponde a uma função específica. A teoria da dinâmica agrega valor ao auto-conhecimento, bem como ao conhecimento dos outros, de várias formas (Myers & Kirby, 1994):

- a) A *função dominante* do *Tipo* (S, N, T ou F) e a sua orientação de energia mais comum (Extroversão ou Introversão) são identificadas pela dinâmica. As duas letras do meio são funções e uma delas representa a *função dominante*, a qual indica o núcleo do *Tipo*, a base da motivação. O efeito da Extroversão e da Introversão na função dominante está directamente relacionado com o meio em que essa função é utilizada, no meio externo ou no meio interno. Assim, os indivíduos com *função dominante* Sensação Extrovertida (ESTP e ESFP) precisam de uma interacção activa com as pessoas e com o mundo, e na tomada de decisão tentam recorrer a várias opções, frequentemente as mais recentes, confiando nas suas capacidades de improvisação. Por outro lado, os sujeitos cuja *função dominante* é a Sensação Introversa (ISTJ e ISFJ) possuem uma grande quantidade de informação armazenada sobre a sua experiência no mundo e, na tomada de decisão, o indivíduo consulta a sua experiência e confia nos seus conhecimentos.
- b) A dinâmica esclarece o equilíbrio que a *função auxiliar* proporciona entre Percepção e Juízo e é representada pela outra das duas letras do meio no código do *Tipo*. Esta função apoia a *função dominante*, isto é, se a pessoa utiliza a *função dominante* para obter informação, vai usar a *função auxiliar* para tomar decisões acerca dessa informação. Deste modo, se a *função dominante* é a Sensação ou a Intuição, a *função auxiliar* é o Pensamento ou o Sentimento, e vice-versa. Do mesmo modo, se a *função dominante* é utilizada primeiramente no mundo Extrovertido, a *função auxiliar* é usada no mundo Introverso, e vice-versa.

- c) A dinâmica sugere uma hierarquia no uso das quatro funções para cada *Tipo*. Por exemplo, o conhecimento da hierarquia correspondente a cada *Tipo* aponta para a forma como cada um reage em situações de stress: ou dá-se o exagero da *função dominante*, ou, em situações de stress extremo, emerge a *função auxiliar*.
- d) Uma vez que identifica a função Extrovertido/ Introverso, a dinâmica clarifica o estilo de comunicação usual em cada *Tipo* e esclarece uma parte importante da personalidade nem sempre percebida pelos outros.
- e) Por último, a dinâmica apresenta um modelo de desenvolvimento ao longo da vida, relacionado com cada *Tipo*:
- Na primeira metade da vida, a focalização está direccionada para as funções dominante e auxiliar, promovendo o auto-conhecimento e dotando o indivíduo de meios eficientes na relação com os outros e com o mundo;
 - Com a meia-idade surgem as confusões mas também as oportunidades. O modo como o sujeito se vê ao longo da vida é sentido como menos satisfatório e a identidade pessoal é posta em causa;
 - Finalmente, dá-se a possibilidade de integração e individuação, através do desconhecimento prévio das partes do *self*, associado às funções terciárias e inferiores.

A distinção hierárquica das funções elaborada por Jung permitiu o desenvolvimento dessa dinâmica relativamente ao MBTI. As diferenças de *Tipo* e os padrões de desenvolvimento surgem através das várias formas como os sujeitos fazem uso das funções e da ordem e prioridades que lhes concedem. Apesar de apresentarem diferentes graus de intensidade, todas as funções podem ser utilizadas na mesma tarefa (Myers & Kirby, 1994). Determinar a ordem de preferências, a hierarquia de funções de um *Tipo Psicológico*, ajuda-nos a prever a ordem que um determinado indivíduo se desenvolverá e a compreender as suas preferências comportamentais (Hirsh & Kummerow, 1998).

Assim, a dinâmica identifica a *função dominante* como a ferramenta mental na qual o indivíduo mais confia e à qual recorre mais frequentemente. Das funções preferidas, é aquela que é mais consciente e mais desenvolvida, e quando uma decisão tem de ser tomada é geralmente congruente com essa função. A *função dominante* determina de algum modo o *Tipo*, na medida em que define a preferência especial pela utilização de uma das quatro funções. Esta preferência por um determinado processo mental básico refere-se ao foco, ao núcleo da personalidade do indivíduo (Myers & Kirby, 1994).

A *função dominante* pode manifestar-se de oito formas distintas, as quais correspondem aos oito processos mentais básicos descritos por Jung. Os indivíduos fazem uso desta função no seu mundo preferido: Extrovertido, para os que gostam de se relacionar com o exterior; ou Introverso, para aqueles que estão mais direccionados para o seu mundo interior.

Sendo uma função secundária, é reconhecida a importância da *função auxiliar*. Contudo, em caso de conflito de perspectivas dependente das *funções dominante e auxiliar*, a *função dominante* normalmente assume supremacia e ganha destaque na decisão do indivíduo. Apesar desta constatação, a *função auxiliar* fornece equilíbrio à personalidade de duas formas distintas. Primeiro, se a *função dominante* for do *Tipo Extroversão*, a *função auxiliar* é do *Tipo Introversão*, e vice-versa. Segundo, se a *função dominante* é do *Tipo Percepção*, a *função auxiliar* é do *Tipo Juízo*, e vice-versa. Esta estrutura mental assegura uma forma confiável de o indivíduo assimilar informação e tomar decisões, bem como uma forma fiel de relacionamento como o mundo exterior e com o mundo interior (Myers & Kirby, 1994).

Deste modo, adicionando às oito funções dominantes as duas possíveis alternativas de *funções auxiliares*, temos os dezasseis *Tipos Psicológicos* descritos no MBTI. A título de exemplo, para o *Tipo Intuição Extrovertida*, existem duas possibilidades para *funções auxiliares*: ou do *Tipo Pensamento*, ou do *Tipo Sentimento*, dando origem a dois *Tipos Psicológicos* no MBTI – ENTP (Intuição Extrovertida com Pensamento Introverso) e ENFP (Intuição Extrovertida com Sentimento Introverso).

Existem outras duas funções que embora não façam parte do código do *Tipo*, oferecem-nos informação importante acerca do indivíduo. A *função terciária* é uma delas e é definida em oposição à *função auxiliar* a partir das dicotomias (Myers & Kirby, 1994). A atitude revelada pela *função terciária* tende a ser menos consistente do que a demonstrada através das *funções dominante e auxiliar*.

A quarta função é a *função inferior* e é o pólo oposto à *função dominante*, correspondendo à menos preferida e menos desenvolvida. Assim, também a atitude revelada por esta função é contrária à exibida pela *função dominante*. Por exemplo, se a *função dominante* for do *Tipo Intuição Extrovertida*, a *função inferior* é do *Tipo Sensação Introvertida*. De acordo com a teoria Junguiana, a função inferior estabelece uma ligação com o inconsciente e, por isso, dificilmente é considerada útil à vida consciente (Myers & Kirby, 1994).

As quatro letras dos *Tipos* do MBTI sugerem a ordem provável através da qual o indivíduo vai desenvolver as suas funções mentais. Determinar a hierarquia das funções de um *Tipo Psicológico* ajuda-nos a prever e compreender as preferências comportamentais de um indivíduo. Para tal, é necessário seguir um raciocínio que se traduz nas seguintes considerações (Myers & Kirby, 1994):

1. A última das quatro letras que compõem o *Tipo* é um J ou um P e define a função mais usada no mundo exterior. Se a última letra for um J, significa que este *Tipo* prefere utilizar a função *Juízo* para organizar o meio externo, gosta das coisas estruturadas e claras. Se a última letra for um P, significa que este *Tipo* tem preferência pela função *Percepção*, sendo aberto a experiências do mundo exterior, flexível e espontâneo.
2. O *Tipo* direcciona a função dominante para o mundo que melhor conhece e ao qual está melhor adaptado. Consequentemente, o *Tipo Introvertido* usa a sua *função dominante* internamente (os quatro *Tipos* do MBTI que iniciam pela letra I). O *Tipo Extrovertido* utiliza a sua *função dominante* mais frequentemente no mundo exterior (os quatro *Tipos* do MBTI que iniciam pela letra E).

3. Uma vez que as letras J e P apontam para um funcionamento direccionado para o exterior, serão a *função dominante* para o *Tipo Extrovertido* e a *função auxiliar* para o *Tipo Introvertido*.
4. A *função terciária* de um *Tipo* é oposta à *função auxiliar* e pode ser expressa pelas funções *Extrovertida* e *Introvertida*.
5. A função inferior é o pólo oposto à atitude dominante.

A regra base sugerida por esta hierarquia é o seguimento das regras das dicotomias em conjunto com a definição da função.

A compreensão da dinâmica clarifica a forma como a função é experienciada e expressada por um determinado *Tipo*. A mesma função é expressa de forma diferente consoante o *Tipo* (Extrovertido ou Introvertido). Aprender sobre esta dinâmica permite clarificar as preferências comportamentais. Esta clarificação é realizada a dois níveis: através da identificação da função dominante do indivíduo, e através da identificação de quais as função que são Extrovertidas e Introvertidas (Hirsh & Kummerow, 1998).

Ao compreender a natureza das características das funções, leva-nos a concluir que apesar de o *Tipo* determinar uma preferência, não significa que o indivíduo não experiencie as outras funções. Definir o *Tipo* verdadeiro é, pois, um processo. Compreender a dinâmica é a chave para poder conhecer um pouco a nossa personalidade e a dos outros.

Depois de mais de 50 anos de investigação, o MBTI é um instrumento que é actualmente utilizado para compreender as diferenças entre personalidades através da análise de padrões de comportamento. Assim, a identificação do *Tipo Psicológico* é recorrente em muitos contextos e é utilizado com finalidades distintas. Por exemplo, o conhecimento do *Tipo* é utilizado para auto-conhecimento e desenvolvimento individual, no desenvolvimento e exploração de carreiras, no desenvolvimento organizacional, em actividades relacionadas com o desenvolvimento de equipas, na melhoria de tomada de decisão e resolução de problemas, no aconselhamento de relações, ou na gestão de conflitos, entre outras.

5. OBJECTIVOS DO ESTUDO

Sustentada pelos pressupostos da Psicologia Positiva, a corrente do Comportamento Organizacional Positivo (COP) sistematizou conceptualmente os estados ou atributos psicológicos positivos que podem ser medidos e desenvolvidos (Esperança, Optimismo, Resiliência e Auto-Eficácia), organizando-os num conceito que designaram de Capital Psicológico Positivo – PsyCap. O PsyCap é um conceito recente na literatura e está relacionado com um conjunto de atributos que os indivíduos podem utilizar para desempenhar melhor em todas as esferas da vida (Luthans & Youssef, 2004).

A pesquisa recente tem-se focado no desenvolvimento de medidas que permitem aceder ao PsyCap. Uma vez que já existem algumas medidas para aceder ao conceito, os investigadores começam a interessar-se em saber que factores talvez influenciem ou estejam na origem deste conjunto de atributos. Neste âmbito, a personalidade parece ser um dos factores mais promissores.

Um dos critérios mais diferenciadores do COP é a consagração da possibilidade de desenvolvimento destas características, de abertura à aprendizagem e à mudança. Esta possibilidade de desenvolvimento também está bem patente no *Myers Briggs Type Indicator* (MBTI) que, apesar de ter por base teorias da personalidade e de remeter para *16 Tipos Psicológicos*, estes não constitui um quadro estático mas sim um espaço de sistemas de energia dinâmicos com processos interactivos, que levam ao auto-conhecimento e ao conhecimento dos outros, e perspectivam o desenvolvimento individual.

A forma como o MBTI avalia as funções através das quais experimentamos o mundo e as atitudes complementares e orientações face à vida, coloca o estudo da teoria da personalidade numa perspectiva futura positiva e progressiva.

Neste sentido, tendo em conta todos os conceitos e modelos que se referiram a propósito do PsyCap e das preferências comportamentais durante a revisão bibliográfica, pretende-se então explorar as relações entre o PsyCap e a personalidade,

ou as preferências comportamentais. Uma vez que não foi constatada a existência de trabalhos sobre este tema, não foram levantadas hipóteses de partida, sendo então intuito deste estudo explorar possíveis relações entre os conceitos.

Assim, o objectivo do presente trabalho visa explorar as relações entre, por um lado, as oito funções mentais e as capacidades psicológicas, e, por outro lado, os tipos psicológicos e a manifestação das capacidades psicológicas positivas. Para além disto, procura-se ainda determinar se as preferências comportamentais estão na base da manifestação dos atributos e dos comportamentos psicológicos positivos. O sentido desta associação é informado pela teoria já atrás referenciada. Com efeito, é de esperar que as predisposições internas (grosso modo, as preferências comportamentais) afectem mais os comportamentos reflectidos nas capacidades psicológicas do que o oposto.

6. MÉTODO

6.1. Amostra

O facto de o estudo seguir uma abordagem quantitativa, requer uma extensa recolha de dados, fazendo com que haja imposições relativas ao número mínimo de participantes (Robson, 2002).

O processo de escolha da amostra residiu na conveniência em termos de acessibilidade proporcionada pelos contactos efectuados, sendo que não existiram restrições quer ao nível de idade, quer de género. Uma vez que todos os questionários utilizados remetem para características individuais, o estudo pode abranger pessoas que frequentam anos académicos diferentes. Assim, o modelo de amostragem utilizado no presente estudo é não aleatório e por conveniência.

Uma vez que este estudo foi igualmente desenvolvido em colaboração com outros países, nomeadamente, na Finlândia e na Bulgária, optou-se por recorrer a uma amostra com características comuns. Por este facto, e pela sua acessibilidade, a amostra é constituída por 106 estudantes do Mestrado Integrado em Psicologia, do Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA).

Da amostra constam 75 sujeitos de sexo feminino e 31 sujeitos do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 18 e os 57 anos, e a média de idades é de 28 anos. Os estados profissionais dominantes são empregados por conta de outrem, com 53 elementos, e outros (estudantes) com 31 elementos, devido ao facto da amostra ter sido recolhida numa universidade.

Relativamente ao estado civil, ser solteiro parece dominar a amostra (71,7%), visto esta ser constituída maioritariamente por população jovem. Por fim, no que se refere ao número de dependentes, não ter nenhum filho representa 86,8% da amostra.

6.2. Delineamento

Este estudo é correlacional uma vez tem como principal objectivo interrelacionar duas variáveis, pretendendo-se saber em que medida é que a personalidade, ou as preferências comportamentais, influenciam o PsyCap.

A variável dependente será o Capital Psicológico das pessoas e a variável independente serão as preferências comportamentais. Trata-se pois de um estudo exploratório, no qual se procura conhecer melhor os fenómenos em estudo, quer através de novas questões ou explicações, ou simplesmente tentando indagar as características dos acontecimentos ou situações (D'Oliveira, 2005).

6.3. Instrumentos

Uma vez que este estudo está a ser realizado noutros países (Finlândia e Bulgária), e estão a ser realizados outros estudos com mais uma variável, os Valores, de modo a recolher e a tratar a informação requerida de forma mais acessível e uniforme, foi realizada uma compilação de três questionários que constituem o instrumento final utilizado (Anexo B): um questionário de valores, um de preferências comportamentais (MBTI) e outro que remete para o capital psicológico positivo (PsyCap).

O questionário de valores utilizado corresponde à versão original de Shalom Schwartz (2005). Este teste proposto por Schwartz é uma metodologia que apresenta uma lista de itens constituídos por 2 afirmações, perante as quais as pessoas têm de se posicionar de acordo com a importância que os valores têm para elas; a escala de Schwartz é constituída por 21 pares de afirmações que reflectem os 10 tipos de valores motivacionais. Contudo, este não será alvo de avaliação neste trabalho.

Passemos então a descrever os questionários relevantes para este estudo: o PsyCap e o *Myers-Briggs Type Indicator* (MBTI).

➤ **PsyCap**

O questionário do PsyCap é constituído por 40 afirmações, divididas por 4 escalas, que descrevem o que o indivíduo pensa de si próprio naquele momento, as quais remetem para os 4 atributos do capital psicológico positivo: a esperança, o optimismo, a resiliência e a confiança/ auto-eficácia. Os itens correspondentes a estes 4 atributos foram desenvolvidos por diferentes autores e agregados num questionário comum, tendo sido elaborada a respectiva tradução.

Todas estas escalas, nas suas versões originais eram medidas em escalas de pontos diferentes, que iam desde os 4 pontos (escala de resiliência e auto-eficácia), 5 pontos (escala de optimismo), aos 8 pontos (escala de esperança). De modo a uniformizar as medidas, todas as escalas relativas ao capital psicológico positivo foram convertidas numa escala de pontos comum, com 6 pontos.

A escala de Esperança (Secção A do Capital Psicológico - Anexo B) foi elaborada por Snyder, Sympson, Ybasco, Borders, Babyak, e Higgins (1996) e é constituída por 6 itens onde, para cada afirmação, é pedido aos sujeitos que seleccionem o grau em que cada afirmação melhor o descreve como pessoa, numa escala que oscila entre 1 (definitivamente falso) e 6 (definitivamente verdadeiro).

Os itens pares (2, 4 e 6) correspondem ao factor *agency*, e os itens ímpares (1, 3 e 5) remetem para o factor *pathways*. O valor total da escala de Esperança é o somatório das pontuações dos 6 itens, onde os indivíduos com maior score na escala têm níveis mais elevados deste atributo, e vice-versa. Um exemplo de um item desta escala é: “Existem muitas formas de resolver os problemas que estou a enfrentar actualmente”, que corresponde ao item 3 e, por conseguinte, ao factor *pathways*.

A escala que avalia o optimismo (Secção B do Capital Psicológico - Anexo B) foi construída por Scheier e Carver (1985), uma versão revista do *Life Orientation Test* (LOT-R), sendo composta por um conjunto de 10 itens, nos quais é solicitado aos sujeitos que seleccionem o grau em que cada uma das afirmações melhor o descreve como pessoa, numa escala que varia entre 1 (discordo fortemente) e 6 (concordo fortemente).

Os itens 2, 5, 6, e 8 são distractores, pelo que não são alvo de cotação. Os itens 3, 7 e 9 remetem para o pessimismo e, deste modo, também não serão cotados neste estudo. Restam então 3 itens que avaliam o Optimismo, os itens 1, 4 e 10, os quais serão tidos em consideração. score total da escala de Optimismo é obtido pelo somatório das pontuações dos 3 itens, sendo que altos scores implicam optimismo. Tome-se como exemplo o item 4, “Sinto-me optimista quanto ao meu futuro”.

A capacidade psicológica resiliência (Secção C do Capital Psicológico - Anexo B) é acedida através de 14 afirmações desenvolvidas por Block e Kremen (1996) e também utilizadas por Klonhlen (1996), onde se solicita aos indivíduos que escolham o grau em cada uma dessas afirmações melhor se aplica a si, numa escala que oscila entre 1 (não se aplica, de todo, a mim) e 6 (aplica-se fortemente a mim). O item 2, “Consigo recuperar e superar rapidamente dos sustos”, é um exemplo de um item da escala. O score total da escala é obtido pelo somatório das pontuações dos 14 itens, onde a um menor valor corresponde uma menor capacidade de resiliência, e a um valor mais elevado está associada uma maior capacidade de resiliência.

A confiança/ auto-eficácia (Secção D do Capital Psicológico - Anexo B) é medida através de 10 itens construídos por Schwarzer e Jerusalem (1993), onde se pede aos sujeitos que classifiquem o modo como geralmente enfrentam problemas e dificuldades, posicionando-se numa escala que varia entre 1 (não se aplica, de todo, a mim) e 6 (aplica-se fortemente a mim). A um valor maior no total da escala corresponde uma maior capacidade de auto-eficácia, calculado pelo somatório das pontuações nos 10 itens que a constituem. Um exemplo de um item desta escala é: “Tenho confiança que seja capaz de lidar eficazmente com acontecimentos inesperados”, que corresponde ao item 4.

➤ **MBTI**

Originalmente desenvolvido e aplicado na classe média caucasiana americana o *Myers-Briggs Type Indicator* (MBTI) sofreu bastantes alterações e ajustamentos ao longo de várias décadas, contando actualmente com várias traduções e estudos nos mais variados países. Em 1998 foi iniciado o processo de construção da versão actualmente

utilizada, derivado da evolução de inúmeros formulários (formulário A, B, C, D, E, F, G, M), no qual todos os itens foram escritos por Isabel Myers.

Para avaliar as preferências comportamentais, será utilizado a versão portuguesa do MBTI, Step I, o qual é constituído por 3 secções, perfazendo um total de 88 itens, sendo que apenas 87 são alvo de cotação. O último item questiona as pessoas acerca de aceitarem ou não a possibilidade de virem a discutir as perguntas num futuro próximo.

As questões são colocadas num formato de resposta por escolha forçada – o indivíduo responde A ou B. A secção A e C são constituídas por perguntas e a secção B é constituída por pares de palavras. Todas as questões oferecem escolhas entre os pólos da mesma preferência: E ou I, N ou S, T ou F, J ou P.

Para determinar o *Tipo Psicológico*, comparam-se os scores, previamente calculados, obtidos em cada escala (E-I, S-N, T-F, e J-P), e a preferência reportada é aquela que tiver um valor mais elevado. Por exemplo, se E=22 e I=12, a preferência reportada é a Extroversão (E). Se houver um empate entre os dois números em qualquer escala (ex.: E=21 e I=21), aplica-se a seguinte regra:

- Em caso de empate entre E e I, escolhe-se I;
- Em caso de empate entre S e N, escolhe-se N;
- Em caso de empate entre T e F, escolhe-se F;
- Em caso de empate entre J e P, escolhe-se P.

O *Tipo Psicológico* é então a combinação das quatro letras reportadas, na seguinte sequência: E ou I, S ou N, T ou F, J ou P (ex.: ENTP).

Para este estudo apenas será tido em consideração o *Tipo Psicológico* dos sujeitos. Contudo, o MBTI permite-nos determinar ainda os scores de cada preferência em cada escala. Para determinar os valores para cada preferência, seguem-se os passos seguintes:

- O número mais baixo de pontos é subtraído do número mais alto e multiplicado por 2;
- Se a letra do valor mais alto for E, S, T ou J, subtrai-se 1 ponto;
- Se a letra do valor mais alto for I, N, F ou P, soma-se 1 ponto;
- Caso os pontos sejam iguais, dá-se preferência a I, N, F ou P, e soma-se 1 ponto. Por esta razão nunca obtemos um score 0.

Assim, é determinado o score de preferência que é constituído pela letra indicadora da preferência e o número revelador da força dessa preferência. Um baixo score indica preferências idênticas por cada pólo.

Os níveis de preferência foram estabelecidos por Myers (Myers, McCaulley, Quenk & Hammer, 1998), contudo, estes não são estanques, devendo ser interpretados por aproximação. Quando é detectada uma preferência fraca pode ter vários significados: se for um adolescente, o auto-conhecimento é relativamente fraco ou pode sentir-se pressionado a falsear a sua participação; se for um adulto, pode significar que se encontra numa fase de mudança ou de conflito entre aquilo que prefere e aquilo que lhe é imposto.

Por último, procede-se à consulta da tabela dos *Tipo* (Tabela 3) para poder descrever o *Tipo Psicológico* dos indivíduos avaliados e conhecer as suas características. O quadro dos *Tipos* foi construído para reunir os 16 *Tipos* de uma forma concisa e objectiva, através do qual seria possível estabelecer todas as relações lógicas. Quando é necessário agrupar os indivíduos por características comuns, a sua consulta torna-se extremamente vantajosa, pois possibilita a apresentação dos resultados das escolhas através de frequências.

6.4. Procedimento

De modo a obter um maior número de informação no menor período de tempo possível, os questionários foram distribuídos nas salas de aula do Instituto Superior de

Psicologia Aplicada (ISPA), sendo solicitada antecipadamente a autorização aos professores das respectivas disciplinas.

Obtido o consentimento, antes da aplicação foi explicitado, resumidamente, aos sujeitos os objectivos do estudo e esclarecidas as instruções de preenchimento do questionário. Todos os participantes foram informados da não existência de tempo limite para o preenchimento do questionário, tal como a não existência de respostas certas ou erradas. Foi também dada a informação de que o preenchimento seria individual e o anonimato mantido, pedindo-se o máximo de sinceridade nas respostas.

Após recolhidos os questionários (106 no total), procedeu-se à codificação das respostas das escalas do PsyCap, e de acordo com cada escala, onde não foi necessário inverter nenhum dos itens das quatro escalas.

Posteriormente, procedeu-se à criação de um ficheiro informático em Excel que permitisse a rápida cotação do questionário do MBTI. Através da introdução das respostas dadas, este ficheiro permitiu produzir não só as notas brutas registadas, com o *Tipo Psicológico* reportado para cada sujeito.

Codificadas todas as respostas, procedeu-se à sua cotação e tratamento estatístico através do SPSS versão 16.0.

7. RESULTADOS

Este capítulo divide-se em duas secções. Na primeira procede-se à análise das propriedades métricas dos instrumentos utilizados, nomeadamente, a fidelidade, a sensibilidade e a validade. Esta fase é necessária para se aferir da confiança que posteriormente se tem sobre os resultados relativos aos objectivos do estudo. A segunda secção apresenta precisamente os procedimentos estatísticos referentes aos objectivos do estudo.

7.1. Qualidades Métricas

Após a recolha dos dados e da respectiva codificação procedeu-se à análise estatística propriamente dita, onde foram testadas primeiramente as qualidades métricas (validade, fidelidade e sensibilidade) das escalas que constituem o PsyCap, utilizando-se para o efeito o nível de confiança de 5%.

A primeira escala a ser testada foi a Escala de Esperança. Com o objectivo de identificar o número de factores presentes, foi realizada uma análise factorial. Para garantir que a mesma podia ser executada, foi primeiramente realizado o teste de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO - Anexo C), cujo valor extraído de 0,794 confirmou que a análise de componentes principais podia ser realizada. Tal facto é reforçado pelo teste de esfericidade de Bartlett onde, pela análise do nível de significância (Sig=0,000), inferior a 0,05, se retira a mesma conclusão.

Procedeu-se então à análise factorial à respectiva escala. Ao analisarmos os outputs extraídos pelo SPSS quando pedida a análise factorial, constatou-se que os itens “PCA1” e “PCA3” apresentam valores de saturação muito reduzidos (0,386 e 0,326, respectivamente), como é possível verificar na tabela das comunalidades (Tabela 4).

Tabela 4: Comunalidades do factor Esperança

	Inicial	Extracção
PCA1	1,000	,386
PCA2	1,000	,597
PCA3	1,000	,326
PCA4	1,000	,678
PCA5	1,000	,430
PCA6	1,000	,470

Contudo, apenas um factor com valor próprio superior a 1 foi extraído (factor Esperança), sendo este visível no gráfico de Scree Plot (Anexo C), onde os seus seis itens explicam cerca de 48,11% da variância total (Tabela 5).

Tabela 5: Variância total explicada pela escala Esperança

Componentes	Valores Iniciais			Variância explicada pelos factores extraídos		
	Total	% de Variância	% Acumulada	Total	% de Variância	% Acumulada
1	2,886	48,106	48,106	2,886	48,106	48,106
2	,896	14,941	63,047			
3	,712	11,867	74,914			
4	,684	11,408	86,321			
5	,449	7,489	93,810			
6	,371	6,190	100,000			

Com o objectivo de dividir o conjunto inicial de variáveis em subconjuntos com o maior grau de independência possível, foi usado o método de rotação Varimax, uma vez que se pretende que, para cada componente principal, existam apenas alguns pesos significativos e todos os outros sejam próximos de zero. Uma vez que apenas um factor foi extraído, a solução não pôde ser rodada, facto reforçado através da análise ao gráfico de Scree Plot onde, claramente, apenas um factor possui valor próprio superior a um.

Uma vez testada a validade da escala em questão, procedeu-se ao teste da sua consistência interna através do Alpha de Cronbach. Os seis itens que compõem a escala apresentam um Alpha de 0,774 (Anexo D), valor que revela uma boa consistência interna. De realçar que não foi necessário extrair nenhum item (Anexo D), uma vez que isso não se traduziria em aumento da consistência interna da escala.

Testada a validade e a fidelidade da Escala de Esperança, realizou-se um teste à sua sensibilidade através da análise da distribuição dos resultados. Foram inicialmente calculados os valores dos coeficientes de assimetria e curtose (Anexo E) e, posteriormente, realizado um teste à sua normalidade através do teste Kolmogorov-Smirnov.

Segundo Pestana e Gageiro (2005), uma distribuição diz-se simétrica ou não enviesada quando as medidas de localização (média, moda e mediana) têm o mesmo valor. A nível inferencial, a medida de simetria usada no SPSS é dada pelo quociente entre a simetria e o seu erro padrão.

Efectuados os cálculos da assimetria, o valor extraído (-0,60) encontra-se dentro do intervalo correspondente à curva normal, i.e., entre] -1,96 a 1,96 [, facto que revela que a distribuição é simétrica, como se pode verificar através da análise do histograma da figura 2.

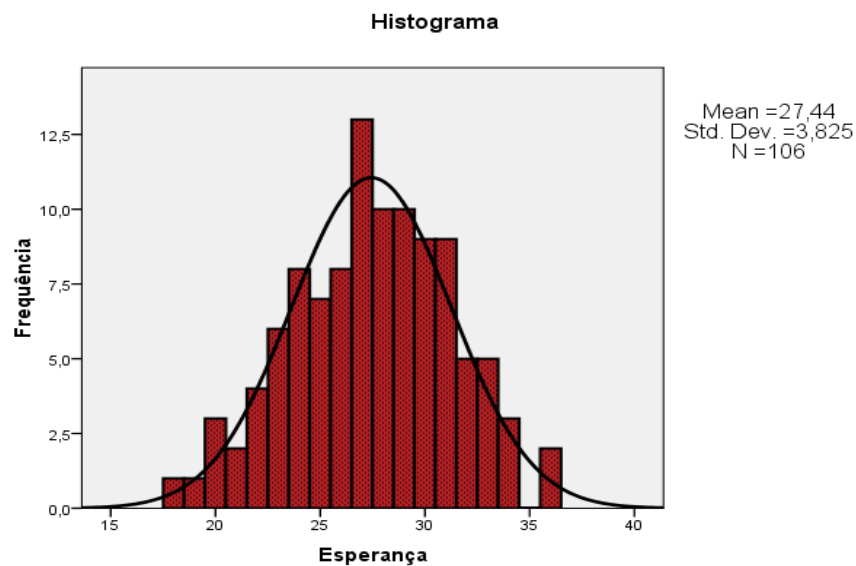


Figura 2: Histograma do factor Esperança

Relativamente ao quociente de curtose, os mesmos autores referem que outra forma de determinar a normalidade da distribuição é através da comparação com uma distribuição normal, para um dado desvio padrão, indica a intensidade das frequências à volta de um ponto central, o que, em termos inferenciais, se reflecte no mesmo cálculo realizado no quociente anterior.

Uma vez que a normalidade da distribuição se encontra no interior do intervalo correspondente a] -1,96 a 1,96 [, do cálculo realizado extraiu-se o valor de -0,76, valor que se encontra, igualmente, dentro do intervalo da normalidade.

Os cálculos dos quocientes de assimetria e curtose revelaram a existência de uma distribuição normal. Contudo, e para que não restassem dúvidas, foi realizado um teste Kolmogorov-Smirnov de aderência à curva normal. Este teste serve para analisar o ajustamento ou aderência à normalidade da distribuição de uma variável de nível ordinal ou superior, através da comparação das frequências relativas acumuladas observadas com as frequências relativas acumuladas esperadas (Pestana & Gageiro, 2005). O resultado extraído (Anexo E), mostra que, para um *p_value* de 0,05, a distribuição é normal.

Uma vez conhecidas as propriedades métricas da Escala de Esperança, passou-se a trabalhar as qualidades da Escala de Optimismo. Tal como no caso anterior, procurou-se, inicialmente, garantir que a análise factorial podia ser realizada através do teste KMO e de esfericidade de Bartlett (Anexo F), onde os resultados (KMO de 0,66 e Bartlett com sig = 0,00) mostram claramente que a análise as componentes principais pode ser feita.

Da análise factorial apenas um factor foi extraído, onde os seus três itens explicam cerca de 62,62% da variância total (Anexo F), valor interessante tendo em conta o número de itens em questão. Uma análise à tabela das comunalidades (Anexo F), mostra claramente que os itens se encontram relativamente saturados no factor. Uma análise ao gráfico de Sree Plot, corrobora a existência de apenas um factor (Figura 3).



Figura 3: Representação gráfica da extracção do factor Optimismo

Na procura de constatar a fidelidade da escala, foi testada a sua consistência interna através do Alpha de Cronbach. O resultado extraído, 0,70 (Anexo G), mostra que a consistência interna da escala é aceitável dado o número reduzido de itens (3), e que a escala está a medir o atributo que pretende medir. De relembrar que apesar de a escala ser constituída por 10 itens, 4 desses itens são distractores e 3 remetem para o pessimismo, pelo que não foram tidos em consideração na análise. Tal como na escala anterior, não foi necessário extrair nenhum dos itens, uma vez que não aumentaria o Alfa da escala (Anexo G).

Garantida a potência do teste, passou-se a testar a sua sensibilidade através da análise da distribuição dos resultados (Anexo H). Na procura de garantir a normalidade da mesma, e tal como na escala anterior, foram calculados os quocientes de curtose e assimetria e, posteriormente, realizado o teste de Kolmogorov-Smirnov.

No caso do cálculo do quociente de curtose, o valor extraído de -1,53 encontra-se no intervalo correspondente a normalidade da distribuição i.e.,] -1,96 a 1,96 [, revelando a sua tendência platicurtica, facto visível através da análise à figura 4. O valor extraído do cálculo do quociente de assimetria (-0,57) revelou, uma vez mais, que a escala se encontra no interior do intervalo da curva normal.

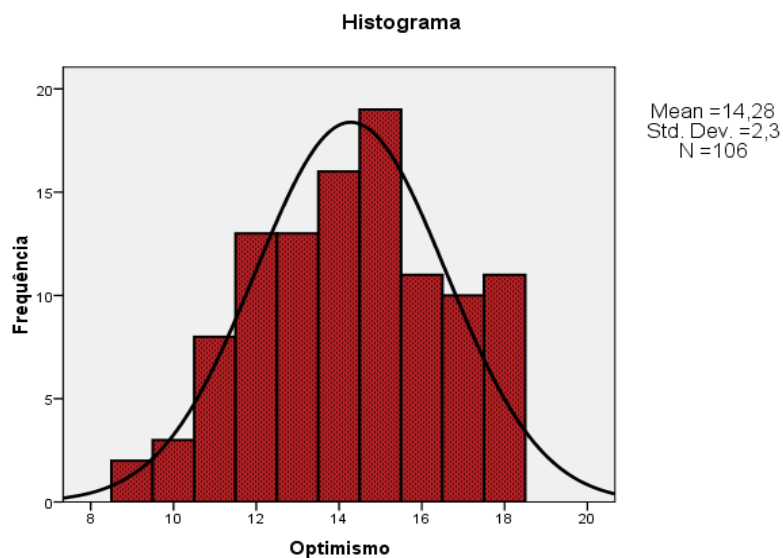


Figura 4: Histograma do factor Optimismo

Para que não restassem dúvidas em relação ao comportamento da escala, foi realizado, uma vez mais, o teste Kolmogorov-Smirnov (Anexo H), onde, para Alpha de 0,05 se aceita a normalidade da distribuição.

Na Escala de Resiliência, e à semelhança das escalas anteriores, o tratamento estatístico iniciou-se com o teste KMO e de esfericidade de Bartlett (Anexo I), onde o resultado de ambos garante que a análise de componentes principais pode ser realizada.

Da análise factorial efectuada foram extraídos quatro factores com valor próprio superior a 1, sendo que o primeiro factor explica 33,79% da variância total, como se pode observar na Tabela 6.

Tabela 6: Variância total explicada pela escala de Resiliência

Componentes	Valores iniciais			Variância explicada pelos factores extraídos		
	Total	% da Variância	% Acumulada	Total	% da Variância	% Acumulada
1	4,730	33,785	33,785	4,730	33,785	33,785
2	1,212	8,655	42,441	1,212	8,655	42,441
3	1,195	8,539	50,979	1,195	8,539	50,979
4	1,046	7,470	58,449	1,046	7,470	58,449
5	,961	6,864	65,313			
6	,822	5,870	71,184			
7	,762	5,445	76,629			
8	,715	5,106	81,735			
9	,601	4,293	86,028			
10	,552	3,940	89,967			
11	,443	3,164	93,132			
12	,393	2,811	95,943			
13	,325	2,324	98,266			
14	,243	1,734	100,000			

Contudo, a análise do gráfico Sree Plot (Figura 5) remete-nos claramente para a existência de apenas um factor.

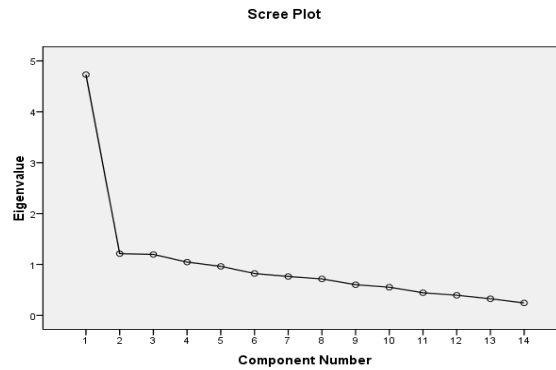


Figura 5: Representação gráfica da extracção do factor Resiliência

Novamente, ao analisarmos o output das comunalidades (Tabela 7), damos-nos conta que o item “PCC14” se encontra pouco saturado do factor que pretende medir (0,386), pelo que ficámos atentos ao seu comportamento aquando do teste à fidelidade da escala.

Tabela 7: Comunalidades dos itens do factor Resiliência

	Inicial	Extracção
PCC1	1,000	,612
PCC2	1,000	,507
PCC3	1,000	,711
PCC4	1,000	,637
PCC5	1,000	,345
PCC6	1,000	,619
PCC7	1,000	,726
PCC8	1,000	,739
PCC9	1,000	,626
PCC10	1,000	,717
PCC11	1,000	,582
PCC12	1,000	,500
PCC13	1,000	,475
PCC14	1,000	,386

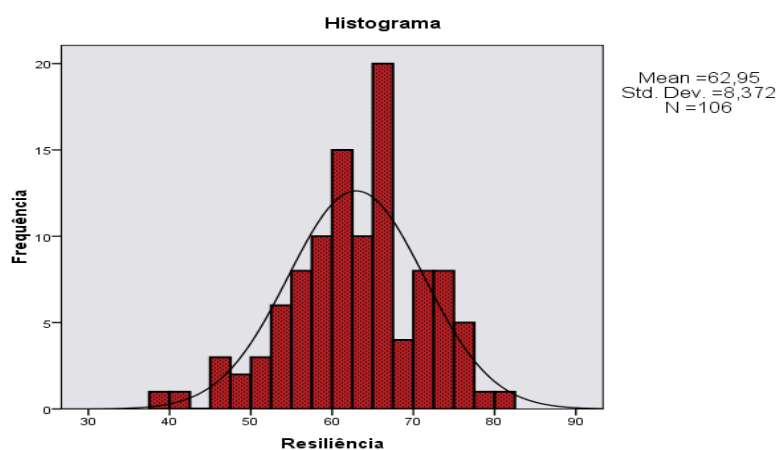
Relativamente à fidelidade, o Alpha de Cronbach de 0,83, com os 14 itens que o compõem, revela a potência da escala (Anexo J). Apesar do item “PCC14” se encontrar a medir mais erro que o factor Resiliência, a sua exclusão da escala não se traduz num aumento do valor de Alpha, pelo que se optou pela sua permanência (Tabela 8).

Tabela 8: Estatística da escala Resiliência

	Média da escala se item eliminado	Variância da escala se item eliminado	Correlação total	Alpha de Cronbach se item eliminado
PCC1	57,65	65,848	,311	,827
PCC2	58,43	62,077	,489	,817
PCC3	58,34	59,312	,594	,810
PCC4	58,43	60,077	,604	,810
PCC5	58,29	59,409	,466	,819
PCC6	58,45	60,669	,535	,814
PCC7	58,95	60,103	,361	,829
PCC8	58,80	60,522	,575	,812
PCC9	58,45	63,660	,365	,825
PCC10	58,49	64,519	,215	,837
PCC11	58,42	59,618	,653	,807
PCC12	58,78	60,914	,500	,816
PCC13	58,16	60,593	,557	,813
PCC14	58,72	59,786	,406	,824

Por fim, procedeu-se ao cálculo da sensibilidade da escala de Resiliência. Há semelhança das escalas anteriores, também aqui foram calculados os quocientes de assimetria e curtose (Anexo J).

No que diz respeito ao quociente de assimetria, o resultado de -1,54 encontra-se no intervalo de] -1,96 a 1,96 [, onde, apesar de normal, revela a sua assimetria à esquerda, comportamento visível na figura 6. No que refere ao quociente de curtose, o resultado de 0,30 revela inclusão no intervalo da normalidade da distribuição.

**Figura 6:** Histograma do factor Resiliência

Por último, realizou-se a análise das qualidades métricas da Escala da Auto-Eficácia. À semelhança das escalas anteriores, procurou-se garantir que a análise factorial podia ser realizada através do teste KMO e de esfericidade de Bartlett (Anexo K), onde os resultados (KMO de 0,90 e Bartlett com sig = 0,00) mostram claramente que a análise as componentes principais pode ser feita.

Procedeu-se então à análise factorial à respectiva escala (Anexo K). Desta análise resultaram dois factores extraídos, sendo que o primeiro factor explica 55,3% da variância total. Uma análise à tabela das comunalidades (Anexo L), mostra que os itens se encontram saturados do factor.

Apesar da análise factorial remeter para a existência de dois factores, a observação do gráfico de Sree Plot (Figura 7) revela a existência clara de apenas um factor, tal como aconteceu na Escala de Resiliência. A análise da matriz de componente rodada também vem confirmar esta conclusão (Anexo L).

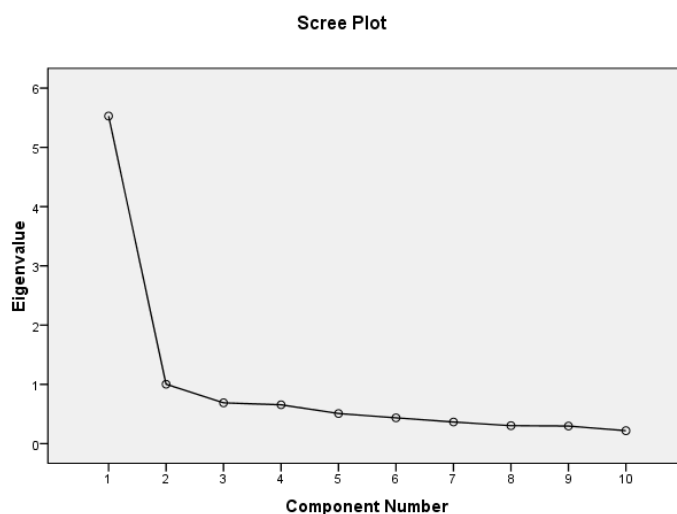


Figura 7: Representação gráfica do factor Auto-Eficácia

Uma vez testada a validade da escala da Auto-Eficácia, procedeu-se então ao teste da consistência interna através do Alpha de Cronbach. Os dez itens que compõem a escala apresentam um Alpha de 0,91 (Anexo M), valor que revela uma muito boa consistência interna. De realçar que, mais uma vez, não foi necessário extrair nenhum

item (Anexo M), uma vez que isso não se traduziria em aumento da consistência interna da escala.

Para concluir a análise das qualidades métricas, realizou-se um teste à sensibilidade, através da análise da distribuição dos resultados (Anexo N). Dos cálculos do quociente de assimetria, deriva um valor extraído de $-0,48$ que se encontra-se dentro do intervalo correspondente à curva normal. No caso do cálculo do quociente de curtose, o valor extraído de $-1,12$ também se encontra no intervalo correspondente à curva normal, assegurando a normalidade da distribuição.

7.2. Objectivos do estudo

De recordar que o objectivo da investigação visa explorar as relações entre, por um lado, as oito funções mentais e as capacidades psicológicas, e, por outro lado, os tipos psicológicos e a manifestação das capacidades psicológicas positivas. Para além disto, procura-se ainda determinar se as preferências comportamentais estão na base da manifestação dos atributos e dos comportamentos psicológicos positivos. Para responder a este objectivo, efectuaram-se os seguintes tratamentos estatísticos: medidas de associação que quantificam a intensidade e a direcção entre variáveis (correlações), comparação de médias duas a duas (Anova *One-way*), comparação múltipla de médias (teste de Tukey) e regressões.

Com efeito, após a análise das qualidades métricas das escalas do PsyCap, optou-se por caracterizar primeiramente o comportamento destas escalas através de uma análise às correlações, recorrendo ao coeficiente de correlação de Pearson.

Analisando a Tabela 9 podemos observar que, para um grau de confiança de 99%, todas as escalas do PsyCap apresentam correlações significativas entre si e todas as correlações encontradas são positivas. A escala da Auto-Eficácia apresenta a correlação positiva mais elevada com a escala da Resiliência ($0,829^{**}$), e a correlação mais baixa encontrada entre estas sub-escalas refere-se à correlação entre o Optimismo e a Esperança ($0,644^{**}$), embora este valor seja ainda significativo.

Tabela 9: Correlações das Escalas do PsyCap

	<i>Esperança</i>	<i>Optimismo</i>	<i>Resiliência</i>
<i>Esperança</i>			
<i>Optimismo</i>	0,644**		
<i>Resiliência</i>	0,681**	0,700**	
<i>Auto-Eficácia</i>	0,685**	0,706**	0,829**

** $p \leq 0,01$

O mesmo procedimento foi então efectuado para as escalas do MBTI, onde as correlações encontradas entre as quatro dicotomias (E-I, S-N, T-F, J-P) revelam valores esperados. Assim, observando a Tabela 10, podemos verificar que todas as correlações obtidas para cada uma das quatro dicotomias apresentam valores próximos de -1 (correlação negativa), para um nível de significância de 0,01 (99%).

Tabela 10: Correlações das dicotomias do MBTI

	<i>Extroversão (E)</i>	<i>Introversão (I)</i>	<i>Sensação (S)</i>	<i>Intuição (N)</i>	<i>Pensamento (T)</i>	<i>Sentimento (F)</i>	<i>Juízo (J)</i>	<i>Percepção (P)</i>
<i>Extroversão (E)</i>								
<i>Introversão (I)</i>	- 0,967**							
<i>Sensação (S)</i>	- 0,121	0,084						
<i>Intuição (N)</i>	0,109	- 0,078	- 0,927**					
<i>Pensamento (T)</i>	- 0,102	0,059	0,257	- 0,213*				
<i>Sentimento (F)</i>	- 0,011	0,072	- 0,296**	0,270**	-0,868**			
<i>Juízo (J)</i>	- 0,147	0,131	0,290**	- 0,331**	0,076	- 0,081		
<i>Percepção (P)</i>	0,151	- 0,130	- 0,254**	0,299**	- 0,007	0,017	-0,952**	

** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$

A título de exemplo, veja-se que a dicotomia das variáveis E-I apresenta a correlação negativa mais elevada, apontando para o facto de as pessoas se situarem num dos pólos: ou são extrovertidas, orientando a sua energia em relação ao mundo exterior,

ou introvertidas, remetendo para o mundo interno a orientação da sua energia. Todas as correlações negativas e elevadas vêm confirmar a polaridade existente nas dicotomias que constituem o MBTI. Por outro lado, ao cruzar as correlações entre as dimensões de uma determinada polaridade com as dimensões de outra qualquer polaridade, verifica-se que estas são baixas (positivas e negativas), o que reforça o conceito de polaridade.

Finalmente, analisaram-se então as associações existentes entre as oito funções mentais e as capacidades psicológicas, procurando esclarecer se determinadas preferências comportamentais estão na base da manifestação dos comportamentos psicológicos positivos.

Neste sentido, e numa primeira análise, extraíram-se as correlações entre as capacidades psicológicas positivas e as preferências comportamentais (Tabela 11). Os resultados obtidos demonstram a existência de correlações cujas magnitudes não excedem o valor de 0,32, o que permite dizer que as associações observadas são fracas a médias. Os níveis de significância, por sua vez, mostram que as associações superiores a 0,20 são observadas na população (i.e., são estatisticamente significativas).

Tabela 11: Correlações entre as escalas do PsyCap e do MBTI

	<i>Esperança</i>	<i>Optimismo</i>	<i>Resiliência</i>	<i>Auto-Eficácia</i>
<i>Extroversão</i>	0,279**	0,029	0,189	0,165
<i>Introversão</i>	- 0,298**	- 0,035	- 0,207*	- 0,199*
<i>Sensação</i>	- 0,045	- 0,059	- 0,026	0,006
<i>Intuição</i>	0,128	0,144	0,163	0,114
<i>Pensamento</i>	0,251**	0,159	0,225*	0,295**
<i>Sentimento</i>	- 0,259**	- 0,103	- 0,190	- 0,292**
<i>Juízo</i>	- 0,168	- 0,200*	- 0,183	- 0,275**
<i>Percepção</i>	0,189	0,219*	0,218*	0,311**

** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$

Como podemos observar na tabela acima, a Auto-Eficácia apresenta correlações positivas com a Percepção (0,311**) e com o Pensamento (0,295**), tendo correlações

negativas com respectivos pólos opostos (Juízo e Sentimento, respectivamente). A dimensão da Esperança está correlacionada positivamente com a Extroversão (0,279**).

Globalmente, verifica-se ainda que a Extroversão, a Intuição, o Pensamento e a Percepção se encontram positivamente correlacionadas com todas as dimensões do PsyCap. Pelo contrário, a Introversão, o Sentimento e o Juízo revelam correlações negativas com todas as variáveis do Capital Psicológico Positivo.

Para confirmar este padrão de correlações, efectuou-se um conjunto de testes estatísticos que, no seu conjunto, oferecem leituras complementares às até agora apresentadas. O raciocínio seguido foi o de comparar, através da Anova *One-Way*, as médias do PsyCap por Tipos do MBTI. Segundo Maroco (2007), este teste requer que a distribuição da variável em estudo seja Normal e que as variâncias populacionais sejam homogéneas.

Foi então criada a variável “Tipos” de modo a diferenciar todos os 16 Tipos do MBTI encontrados na amostra e obter as respectivas frequências. Todos os Tipos existentes no MBTI foram encontrados na amostra, contudo foi constatada a existência de alguns com frequências muito baixas (Anexo O). Apesar de não existir nenhuma regra na literatura quanto ao número mínimo de frequências por grupo, optou-se por incluir apenas aqueles cuja frequência fosse igual ou superior a 7, restando para o efeito 8 Tipos Psicológicos (ENFJ, ENFP, ENTP, ESFJ, ESFP, ESTJ, ESTP e INTP), o que corresponde a 50% dos Tipos mais escolhidos, abrangendo cerca de 74% da amostra (N= 78).

Realizou-se em seguida o teste Kolmogorov-Smirnov para averiguar a normalidade da distribuição, bem como o respectivo teste de Levene para testar a homogeneidade das variâncias (Anexo P). Para Maroco (2007) este teste é um dos mais utilizados e potentes para este fim, sendo um teste particularmente robusto a desvios da normalidade (o que não é o caso das alternativas, como o teste de Bartlett).

No que se refere à normalidade da distribuição, verifica-se que todas as variáveis têm distribuição normal para uma probabilidade de erro de 5% (Anexo P). Relativamente à homogeneidade das variâncias, podemos concluir que as variâncias

populacionais estimadas a partir das amostras são homogêneas, já que os p -values $> \alpha = 0,05$ (Tabela 12).

Tabela 12: Teste à Homogeneidade das Variâncias

	Estatística de Levene	df1	df2	Sig.
Esperança	1,538	7	70	,169
Optimismo	1,376	7	70	,229
Resiliência	,970	7	70	,460
AutoEficácia	1,204	7	70	,312

Dado que se encontram validados os pressupostos de aplicação da Anova, realizou-se então o teste para verificar se existem diferenças significativas entre os Tipos do MBTI em cada um dos PsyCap's. Neste sentido, ao analisarmos a Tabela 13 podemos concluir com uma probabilidade de erro de 5% que existem diferenças significativas, pelo que rejeitamos H_0 ou, de outro modo, que existe pelo menos uma média populacional que é significativamente diferente das restantes, como é o caso da Esperança (p -value = 0,010 $< \alpha = 0,05$), da Resiliência (p -value = 0,023 $< \alpha = 0,05$) e da Auto-Eficácia (p -value = 0,018 $< \alpha = 0,05$). No caso do Optimismo não se observam diferenças significativas entre os Tipos do MBTI.

Tabela 13: Teste Anova *One-Way* à variável PsyCap

		Soma Quadrados	df	Média Quadrados	F	Sig.
Esperança	Entre Grupos	214,108	7	30,587	2,885	,010
	Dentro dos Grupos	742,046	70	10,601		
	Total	956,154	77			
Optimismo	Entre Grupos	53,254	7	7,608	1,721	,118
	Dentro dos Grupos	309,426	70	4,420		
	Total	362,679	77			
Resiliência	Entre Grupos	999,124	7	142,732	2,517	,023
	Dentro dos Grupos	3969,709	70	56,710		
	Total	4968,833	77			
AutoEficácia	Entre Grupos	723,750	7	103,393	2,640	,018
	Dentro dos Grupos	2741,237	70	39,161		
	Total	3464,987	77			

Contudo, a Anova apenas nos permite concluir que existe pelo menos uma média populacional que é significativamente diferente das restantes (quando rejeitamos H_0), não nos informando nada acerca de qual ou quais dos pares de médias são diferentes. Para que tal seja possível, é necessário efectuar um procedimento para comparar médias duas a duas, o qual se designa por “Comparação Múltipla de Médias” (Maroco, 2007). Existem vários testes de comparação múltipla de médias, também designados testes *post-hoc*, sendo que o teste de Tukey é um dos mais robustos a desvios à normalidade e homogeneidade das variâncias, pelo que se optou pela sua utilização.

De seguida apresenta-se uma tabela (Tabela 14) que deriva dos dados extraídos da comparação múltipla de médias (Anexo Q) e que resume as diferenças estatisticamente significativas encontradas entre os Tipos do MBTI considerados nesta análise para cada um dos PsyCap’s.

Tabela 14: Evidências da comparação múltipla de médias

	<i>ENFJ</i>	<i>ENFP</i>	<i>ENTP</i>	<i>ESFJ</i>	<i>ESFP</i>	<i>ESTJ</i>	<i>ESTP</i>	<i>INTP</i>
<i>ENFJ</i>								
<i>ENFP</i>								
<i>ENTP</i>				Esperança P = 0,017 Resiliência P = 0,047 Auto-Eficácia P = 0,009				
<i>ESFJ</i>								
<i>ESFP</i>								
<i>ESTJ</i>								
<i>ESTP</i>				Esperança P = 0,031				
<i>INTP</i>			Resiliência P = 0,052					

Da análise da tabela da comparação múltipla de médias (Anexo Q) é possível constatar que relativamente à Esperança existem diferenças estatisticamente

significativas entre os Tipos ENTP e ESFJ (I.C. a 95%]0,55; 9,70[; $p = 0,017$), bem com entre os Tipos ESTP e ESFJ (I.C. a 95%]0,29; 10,82[; $p = 0,031$).

Relativamente às variáveis Resiliência e Auto-Eficácia as diferenças estatisticamente significativas também são observadas entre o Tipo ENTP e o Tipo ESFJ (Resiliência - I.C. a 95%]0,08; 21,23[; $p = 0,047$; Auto-Eficácia - I.C. a 95%]1,72; 19,30[; $p = 0,09$). No caso da Resiliência, verifica-se ainda que as diferenças observadas entre os Tipos INTP e ENTP são marginalmente significativas (I.C. a 95%]-21,10; 0,04[; $p = 0,052$).

Os resultados apontam pois para que os indivíduos com o Tipo Psicológico ENTP funcionam de forma diferente dos sujeitos que se enquadram no Tipo ESFJ, em relação à Esperança, à Resiliência e à Auto-Eficácia. Quanto ao Optimismo, e em concordância com a Anova, não se verificam diferenças estatisticamente significativas entre nenhum dos Tipos do MBTI.

Dado o padrão encorajador de associações encontradas entre as preferências comportamentais e o capital psicológico positivo, decidiu-se aprofundar a exploração do objectivo da presente investigação, para tal recorrendo ao tratamento dos dados através do modelo de regressão linear tipo I (multivariado), técnica estatística que permite modelar a relação entre uma variável dependente a partir de um conjunto de variáveis independentes, i.e., estimar a sua influência quantitativa na variável de resposta.

Um pormenor importante é o da escolha das variáveis a entrar para a elaboração dos modelos de regressão. Com efeito, sendo que cada função mental emerge associada aos pares (e.g., Extroversão com Introversão; ver igualmente tabela 10), torna-se essencial escolher apenas um elemento de cada par no cálculo das regressões, de modo a evitar os previsíveis efeitos de multicolinearidade caso se optasse por entrar com todas as funções mentais no modelo. Assim, tratando-se de um estudo exploratório o critério escolhido, foi o de eleger a primeira função de cada dicotomia (Extroversão, Sensação, Pensamento e Juízo), ainda que de forma um pouco arbitrária.

O modelo de regressão linear só pode ser usado com objectivos de estimação e de inferência de relações funcionais entre a variável dependente e as variáveis independentes se um conjunto de pressupostos respeitantes ao modelo for válido. Deste

modo, a regressão linear prossegue após a estimação dos coeficientes de regressão, com a validação dos pressupostos aos erros ou resíduos e à (quasi)ortogonalidade entre as variáveis independentes (Maroco, 2007). Estes procedimentos foram efectuados para os quatro PsyCap's (Esperança, Optimismo, Resiliência e Auto-Efiácia).

Iniciou-se então a validação dos pressupostos do modelo para a variável Esperança onde, primeiramente, se procedeu à validação gráfica do pressuposto da normalidade e homogeneidade dos resíduos.

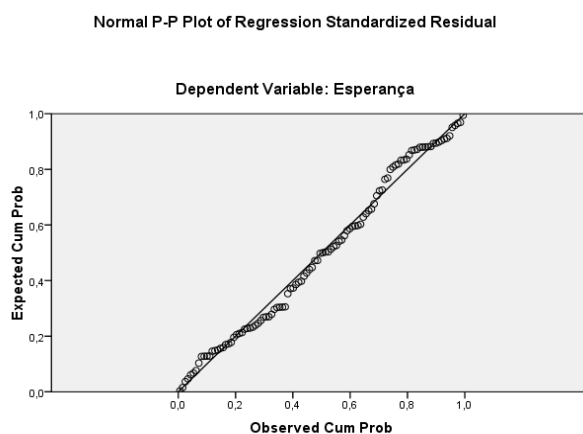


Figura 8: Representação gráfica da distribuição normal dos erros da variável Esperança

Tal como é visível na figura 8, a distribuição aleatória dos resíduos, em torno da diagonal principal, comprova graficamente a normalidade da distribuição dos mesmos, facto reforçado através do teste Kolmogorov-Smirnov onde, para um Alpha de 0,05, se aceita a normalidade da distribuição dos erros (Anexo R).

Verificada a homogeneidade, passou-se à validação estatística do pressuposto da independência dos resíduos, usando para o efeito a estatística de Durbin e Watson (1971, cit. por Maroco, 2007), a qual testa a presença de auto-correlação entre os erros do modelo de regressão linear, i.e., se a magnitude de um resíduo não influencia a magnitude do resíduo seguinte.

Segundo o mesmo, se o valor de d estiver muito próximo de 2 (com uma tolerância de mais ou menos 0,2), então pode-se concluir a não existência de níveis demasiado elevados de auto-correlação entre os resíduos (Maroco, 2007). Caso o valor da estatística seja muito superior ou inferior ao valor 2, então a auto-correlação será positiva ou negativa, respectivamente.

Da análise à tabela 15, sendo o valor da estatística de $d= 1,78$, e para um nível de confiança de 95%, aceita-se o pressuposto da independência dos resíduos.

Tabela 15: Valor da estatística de Durbin-Watson para a Esperança

Modelo	R	R Quadrado	R Quadrado Ajustado	Erro padrão da estimativa	Durbin-Watson
1	,425(a)	,180	,148	3,531	1,774

O último pressuposto do modelo exige que as variáveis independentes não estejam fortemente correlacionadas entre si, condição designada por multicolinearidade. (Maroco, 2007). Em situações óptimas, as variáveis independentes não estão de forma alguma correlacionadas, i.e., são ortogonais, acontecimento que dificilmente se constata, uma vez que existe sempre algum tipo de associação entre, pelo menos, duas variáveis independentes.

Assim, e para diagnosticar a existência ou não de níveis elevados de multicolinearidade, foi usada uma matriz de correlações bivariadas entre as variáveis do MBTI (ver Tabela 10), recorrendo ao quociente de Pearson (Maroco, 2007). O mesmo refere a não existência de um valor limite a partir do qual seja possível prever problemas na estimação do modelo devido à colinearidade entre variáveis independentes, referindo contudo que valores de Pearson acima de 0,75 conduzem a graves problemas de multicolinearidade.

Tal como se pode constatar, em nenhuma das combinações possíveis das funções do MBTI (ver Tabela 10), e tendo em consideração a exceção dos valores para cada par de dicotomias, o valor do quociente de Pearson é superior a 0,75, o que nos leva a crer que os factores não possuem níveis demasiado elevados de multicolinearidade (Anexo R). De notar que este pressuposto fica desde já validado para todas as variáveis dependentes (PsyCap's).

Uma vez validados todos os pressupostos necessários há realização do modelo de regressão linear tipo I (ou multivariado), procedeu-se à realização do mesmo (Anexo R).

Relembre-se que, nesta fase, interessa saber qual é a dimensão do MBTI que explica melhor a variação da variável Esperança.

Como é visível na tabela 15, o coeficiente de determinação (R Quadrado Ajustado), que explica a proporção da variabilidade total explicada pela regressão, i.e., a proporção de variabilidade total na variável dependente (Esperança) que é atribuível à sua dependência com todos os factores (Maroco, 2007), podemos afirmar que praticamente 15% ($R^2_a = 0,148$) da variabilidade total da variável Esperança é explicada pelos factores presentes no modelo de regressão linear ajustado.

Colocando-se a questão se o modelo ajustado é ou não significativo, e analisando o quadro da ANOVA (b) (Anexo S) conclui-se que, para um *p-value* igual a 0,000 que o modelo ajustado aos dados é altamente significativo ($F(5,557)$, com 4 g.l.), indicando que a variação da variável Esperança depende em parte dos quatro preditores (neste caso, Extroversão, Sensação, Pensamento e Juízo) .

Chegamos finalmente ao momento de saber qual dos factores em análise tem um efeito mais significativo sobre a variável Esperança. Analisando a tabela 16, e usando os coeficientes de regressão estandardizados (coeficientes beta), rapidamente se constata que os factores “Extroversão” ($\beta = 0,284$; $t = 3,1$; $p\text{-value} = 0,003$) e “Pensamento” ($\beta = 0,303$; $t = 3,242$; $p\text{-value} = 0,002$) são os que mais contribuem para a predição da “Esperança”.

Tabela 16: Coeficientes de regressão estandardizados dos factores “Extroversão”, “Sensação”, “Pensamento” e Juízo” para a variável Esperança

Modelo		Coeficientes não estandardizados		Coeficientes estandardizados		Sig.
		B	Std. erro	Beta	t	
1	(Constante)	23,812	1,639		14,531	,000
	Extroversão	,139	,045	,284	3,100	,003
	Sensação	-,038	,077	-,049	-,502	,617
	Pensamento	,224	,069	,303	3,242	,002
	Juízo	-,082	,058	-,136	-1,430	,156

Estes resultados vêm de encontro aos obtidos através da análise às correlações anteriormente efectuadas, onde a Esperança apresenta as correlações mais elevadas e

significativas exactamente com a Extroversão (0,279**) e com o Pensamento (0,271**) (ver Tabela 11).

Interessa-nos agora saber qual ou quais das funções do MBTI mais contribuem para a variação do Optimismo. Do mesmo modo, o modelo estatístico a utilizar será o modelo de regressão linear multivariado tipo I, caso os pressupostos validados anteriormente também aqui o sejam.

Iniciou-se novamente a validação dos pressupostos do modelo para Optimismo procedendo-se à validação do pressuposto da normalidade e homogeneidade dos resíduos. A distribuição aleatória dos resíduos, em torno da diagonal principal, comprova graficamente a normalidade da distribuição dos mesmos (Anexo T), comportamento reforçado através do teste Kolmogorov-Smirnov onde, para a probabilidade de erro tipo I (α) de 0,05, se aceita a normalidade da distribuição dos erros (Anexo T).

Para testar a independência dos resíduos foi novamente usada a estatística de Durbin e Watson (1971, cit. por Maroco, 2007) onde para um valor de d relativamente afastado de 2 ($d = 1,64$) e para um p -value de 0,05, se questiona se os resíduos são de facto independentes (Anexo T). Contudo, uma vez que o valor de d é considerado apenas relativamente afastado de 2, resolveu-se prosseguir a análise.

Dado que o pressuposto da multicolinearidade foi já validado anteriormente (tabela 10), efectuou-se a regressão. Da observância da Tabela 17, o coeficiente de determinação ($R^2_a = 0,036$), mostra claramente a pouca expressão dos factores do MBTI na variação do Optimismo, explicando apenas 3,6% da variabilidade total da variável dependente pelos factores presentes no modelo de regressão linear ajustado.

Tabela 17: Valor do coeficiente de determinação para o Optimismo

Modelo	R	R Quadrado	R Quadrado Ajustado	Erro padrão da estimativa
1	,270a)	,073	,036	2,258

Uma vez mais se coloca a questão sobre o ajustamento significativo do modelo onde, analisando o quadro da ANOVA(b) conclui-se que, para um *p-value* igual a 0,102, que o modelo é pouco significativo (Anexo U).

Por fim, com o objectivo de constatar qual o factor que mais contribui para a variação do Optimismo, a análise dos coeficientes beta revela que nenhum factor do MBTI em causa tem um efeito significativo na variação da variável dependente (Anexo U).

Contudo, ao verificar a existência de um coeficiente beta negativo relativamente alto para o factor Juízo ($\beta = - 1,99$), fez-nos supor que o seu par, Percepção, talvez pudesse ter algum peso na variação do Optimismo. Esta suposição foi confirmada (Anexo V) e, apesar de não ser suficiente para tornar o modelo significativo, a introdução da variável Percepção faz aumentar ligeiramente o R^2_a (0,039) e a significância do modelo ($p = 0,09$), apresentando um valor de coeficiente beta que revela um efeito significativo da Percepção (Anexo V) sobre a variação da variável Optimismo ($\beta = 0,206$; $t = 2,057$; $p\text{-value} = 0,042$).

Esta conclusão, embora com as suas limitações, também está patente na análise feita às correlações existentes entre as oito funções mentais do MBTI e os PsyCap's, tal como se verificou no caso da Esperança (ver Tabela 10), onde a única correlação estatisticamente significativa encontrada para o Optimismo foi com a variável Percepção (0,219*, para $p = 0,05$).

Relativamente à variável Resiliência, a distribuição aleatória dos resíduos, em torno da diagonal principal, comprova também graficamente a normalidade da distribuição dos mesmos (Anexo W), aceitando-se a normalidade da distribuição dos erros ($K-S = 0,702$).

Observando a Tabela 18, sendo o valor da estatística de $d = 1,83$, e para um nível de confiança de 95%, aceita-se igualmente o pressuposto da independência dos resíduos. Uma vez que o pressuposto da multicolinearidade já foi validado anteriormente (ver Tabela 10), todos os pressupostos de aplicação da regressão linear tipo I estão legitimados.

Tabela 18: Valor da estatística de Durbin-Watson para a Resiliência

Modelo	R	R Quadrado	R Quadrado Ajustado	Erro padrão da estimativa	Durbin-Watson
1	,356(a)	,126	,092	7,978	1,826

Com efeito, pretende-se agora aferir quais as dimensões do MBTI que explicam melhor variação da Resiliência. Dado o coeficiente de determinação, $R^2_a = 0,09$ (Tabela 17), podemos afirmar que 9% da variabilidade total da variável Resiliência é explicada pelos factores presentes no modelo de regressão linear ajustado, o qual é altamente significativo ($F(3,654)$; 4 g.l.; $p = 0,008$) (Anexo W).

Analisando a Tabela 19, e recorrendo aos coeficientes de regressão estandardizados, podemos constatar que os factores “Extroversão” ($\beta = 0,189$; $t = 2$; $p\text{-value} = 0,049$) e “Pensamento” ($\beta = 0,263$; $t = 2,7$; $p\text{-value} = 0,008$) são os que têm um efeito mais significativo na predição da “Resiliência”.

Tabela 19: Coeficientes de regressão estandardizados dos factores “Extroversão”, “Sensação”, “Pensamento” e “Juízo” para a variável Resiliência

Modelo		Coeficientes não estandardizados		Coeficientes estandardizados		t	Sig.
		B	Std. erro	Beta			
1	(Constante)	57,906	3,703			15,638	,000
	Extroversão	,203	,102	,189		1,995	,049
	Sensação	-,038	,173	-,022		-,217	,829
	Pensamento	,425	,156	,263		2,723	,008
	Juízo	-,224	,130	-,169		-1,727	,087

Tal como se verificou na variável Esperança, estes resultados vêm de encontro aos obtidos através da análise às correlações anteriormente efectuadas, onde a Resiliência apresenta as correlações mais elevadas e significativas com a Extroversão (0,189) e com o Pensamento (0,225**), bem como com a Percepção (0,218**) que aqui não foi considerada (ver Tabela 11).

Por último, os mesmos procedimentos estatísticos foram efectuados com a variável Auto-Eficácia, onde se aceita a normalidade da distribuição dos erros ($K-S =$

0,78), comprovada também a distribuição aleatória dos resíduos, em torno da diagonal principal (Anexo X).

Da estatística teste respectiva, pode-se concluir a não existência de auto-correlação entre os resíduos ($d = 2,051$, para um nível de confiança de 95%), pelo que se aceita o pressuposto da independência dos resíduos (Tabela 20).

Tabela 20: Valor da estatística de Durbin-Watson para a Auto-Eficácia

Modelo	R	R Quadrado	R Quadrado Ajustado	Erro padrão da estimativa	Durbin-Watson
1	,448 ^a	,201	,169	6,309	2,051

Quanto à variabilidade total da variável Auto-Eficácia, esta é explicada em cerca de 17% ($R^2_a = 0,169$) pelos factores presentes no modelo ajustado (Tabela 20). Este modelo ajustado revela-se altamente significativo ($F(6,357)$; 4 g.l.; $p = 0,000$) (Anexo X).

Os factores que mais contribuem para a explicação desta variabilidade na variável Auto-Eficácia (Tabela 21) são mais uma vez a Extroversão ($\beta = 0,160$; $t = 1,76$; $p\text{-value} = 0,080$) e, principalmente, o Pensamento ($\beta = 3,27$; $t = 3,54$; $p\text{-value} = 0,001$). Os resultados assemelham-se aos obtidos através da análise às correlações, onde a Auto-Eficácia apresenta as correlações mais elevadas e significativas com a Extroversão (0,165) e com o Pensamento (0,295**) (consultar Tabela 11).

Tabela 21: Coeficientes de regressão estandardizados dos factores “Extroversão”, “Sensação”, “Pensamento e “Juízo” para a variável Auto-Eficácia

Modelo		Coeficientes não estandardizados		Coeficientes estandardizados		t	Sig.
		B	Std. erro	Beta			
1	(Constante)	41,439	2,928			14,151	,000
	Extroversão	,142	,080	,160		1,766	,080
	Sensação	,034	,137	,024		,250	,803
	Pensamento	,437	,124	,327		3,540	,001
	Juízo	-,312	,103	-,284		-3,033	,003

O valor de associação encontrado entre a Auto-Eficácia e a Percepção (0,311**), foi o mais elevado entre todas as correlações efectuadas. Contudo, a Percepção não foi

aqui considerada, considerando-se apenas o seu pólo oposto, o Juízo, tal como justificado anteriormente. No entanto, verificando o valor obtido para o coeficiente de regressão estandardizado da variável Juízo ($\beta = -0,284$; $t = 3,033$; $p\text{-value} = 0,003$), torna-se expectável que o seu pólo, a Percepção, possa também explicar a variabilidade total da Auto-Eficácia, pelo que se foi averiguar esta suposição.

Assim, com a inclusão da Percepção, e respectiva exclusão do seu par Juízo, mantém-se a distribuição aleatória dos resíduos em torno da diagonal principal, pelo que também se aceita a normalidade da distribuição dos erros ($K\text{-S} = 0,78$) (Anexo Y).

A estatística de Durbin-Wanton (Tabela 22) mantém-se praticamente inalterada em relação à anterior (com inclusão do Juízo), aceitando-se o pressuposto de independência dos resíduos ($d = 2,075$, para um nível de confiança de 95%).

Tabela 22: Valor da estatística de Durbin-Watson para a Auto-Eficácia com inclusão da Percepção, e exclusão do Juízo

Modelo	R	R Quadrado	R Quadrado Ajustado	Erro padrão da estimativa	Durbin-Watson
1	,456 ^a	,208	,177	6,281	2,075

A inclusão da variável percepção aumenta ligeiramente o valor de variabilidade total da variável Auto-Eficácia, explicada agora em cerca de 18% ($R^2_a = 0,177$) pelos factores presentes no modelo ajustado (Extroversão, Sensação, Pensamento e Percepção). Também aqui o modelo ajustado é altamente significativo ($F(6,639)$; 4 g.l.; $p = 0,000$) (Anexo Y).

A análise da Tabela 23 mostra claramente que a Percepção ($\beta = 2,95$; $t = 3,19$; $p\text{-value} = 0,002$) é um dos factores que mais contribui para a explicação da variabilidade na variável Auto-Eficácia, bem como o Pensamento ($\beta = 3,08$; $t = 3,39$; $p\text{-value} = 0,001$), confirmando a nossa suposição. No entanto, é de notar que a inclusão da Percepção baixa, ainda que muito ligeiramente, a contribuição da Extroversão ($\beta = 0,154$; $t = 1,71$; $p\text{-value} = 0,090$) e o Pensamento ($\beta = 0,308$; $t = 3,339$; $p\text{-value} = 0,01$).

Tabela 23: Valores dos coeficientes de regressão estandardizados dos factores “Extroversão”, “Sensação”, “Pensamento” e “Percepção” para a variável Auto-Eficácia

Modelo		Coeficientes não estandardizados		Coeficientes estandardizados		Sig.
		B	Std. erro	Beta	t	
1	(Constante)	33,067	3,041		10,872	,000
	Extroversão	,137	,080	,154	1,712	,090
	Sensação	,030	,135	,021	,221	,826
	Pensamento	,412	,123	,308	3,339	,001
	Percepção	,314	,098	,295	3,191	,002

Em resumo, das análises efectuadas podemos concluir que a Esperança, a Resiliência e a Auto-Eficácia apresentam correlações positivas e estatisticamente significativas com o Pensamento. O Optimismo, a Resiliência e a Auto-Eficácia correlacionam-se positivamente com a Percepção. A Esperança manifesta uma correlação positiva com a Extroversão. Uma outra conclusão interessante diz respeito às correlações encontradas entre a Introversão e a Esperança, a Resiliência e a Auto-Eficácia: estas correlações são negativas e estatisticamente significativas.

Podemos ainda constatar que existem diferenças estatisticamente significativas entre as médias do Tipos do MBTI em cada um dos PsyCap’s, sendo que para a Esperança, a Resiliência e Auto-Eficácia estas diferenças encontram-se entre os Tipos ENTP e ESFJ. No caso da Esperança, verificam-se também diferenças entre os Tipos ESFJ e ESTP. Já no que respeita ao Optimismo, não foram encontradas diferenças entre nenhum dos Tipos do MBTI.

Por fim, no modelo de regressão linear ajustado, os factores (dentro dos escolhidos) que mais contribuem para a variabilidade total da variável Esperança, da Resiliência e da Auto-Eficácia são o Pensamento e a Extroversão. A análise feita à posteriori à Auto-Eficácia, com a exclusão do Juízo do modelo ajustado e inclusão do seu par Percepção, veio revelar que a Percepção é uma variável que também contribui para a predição da Auto-Eficácia.

8. DISCUSSÃO

O objectivo desta investigação prendeu-se com a necessidade de explorar as relações entre as preferências comportamentais (MBTI) e a manifestação das capacidades psicológicas positivas (PsyCap). Mais especificamente, procurou-se indagar as relações entre, por um lado, as oito funções mentais e as capacidades psicológicas, e, por outro lado, os tipos psicológicos e a manifestação das capacidades psicológicas positivas. Tentando ir um pouco mais além, procurou-se ainda averiguar se as preferências comportamentais estão na base da manifestação dos atributos e dos comportamentos psicológicos positivos.

Neste sentido, relativamente à relação entre a variável Esperança e as oito funções mentais do MBTI, os resultados demonstraram a existência de correlações positivas e significativas com a Extroversão e o Pensamento, bem como uma correlação negativa significativa com a Introversão. Por outro lado, os resultados obtidos através do modelo de regressão, o qual se revelou significativo, também apontam no mesmo sentido, indicando que praticamente 15% da variabilidade total da variável Esperança é explicada pelos factores presentes no modelo de regressão linear ajustado, mas os factores que mais contribuem para a sua predição são a Extroversão e o Pensamento. Estes resultados sugerem pois que os indivíduos que têm mais Esperança tendem a ser mais extrovertidos, preferindo obter energia através do mundo exterior, e mais pensativos, preferindo organizar e estruturar a informação de forma lógica, objectiva e impessoal (Hall, Lindzey & Campbell, 2000). Do mesmo modo, a correlação negativa encontrada entre a Esperança e a Introversão aponta para que os indivíduos com elevados níveis de introversão tendam a ser menos esperançosos.

Como vimos, a Esperança é considerada na literatura como um estado motivacional positivo que resulta da interacção entre a crença dos indivíduos na sua capacidade em atingir um determinado objectivo e a sua capacidade para definir planos eficazes para o alcance desses mesmos objectivos (Palma, Cunha & Lopes, 2007). Este estudo sugere que os sujeitos que avaliam a informação, que prevêem o resultado lógico das alternativas de acção, ordenando e ponderando os factos (Friedman & Schustack,

2004), ou seja, que utilizam o Pensamento como a principal função para processar informação, tenderão a acreditar mais na sua capacidade de atingir um dado objectivo e de definir planos para o alcançar, orientando a sua energia para o mundo externo e objectivo (Extroversão). Pelo contrário, os indivíduos que avaliam a informação com base nos seus valores pessoais, independentemente da lógica, através de um juízo individualizado que tem origem no interior do “eu” (Sentimento) e que concentram a sua atenção no mundo interior das ideias, memórias e emoções (Introversão), tenderão a experienciar um nível mais baixo Esperança.

No âmbito da psicologia positiva, o estudo de Harrington e Loffredo (2001) sobre a relação entre o bem-estar psicológico, a satisfação com a vida, a auto-consciência, e as quatro dimensões do MBTI, veio revelar que os extrovertidos apresentam um nível mais elevado de bem-estar psicológico e de satisfação com a vida do que os introvertidos.

Ainda relativamente à Esperança, constatou-se que os indivíduos que se enquadram no Tipo ENTP funcionam de forma diferente dos indivíduos com o Tipo ESFJ. Hirsh e Kummerow (1998) referem que as pessoas com preferência ENTP (Intuição Extrovertida com Pensamento Introvertido) são hábeis ao entender o funcionamento dos sistemas e têm espírito empreendedor e desenvoltura ao manobrá-los para conquistar os seus objectivos, são activos e enérgicos, analíticos, lógicos e objectivos, competentes em criar possibilidades conceptuais e depois analisá-las estrategicamente, prestando menor atenção aos seus pólos menos preferidos, a Sensação e o Sentimento. Os sujeitos do Tipo ESFJ (Sentimento Extrovertido com Sensação Introvertida) são afectuosos, conscienciosos, buscam a harmonia, valorizam a segurança e a estabilidade, acompanham a execução de uma tarefa até ao fim, dando menor atenção aos seus pólos não-preferidos, o Pensamento e a Sensação (Myers, 1998). Hirsh e Kummerow (1998) alertam ainda para que, sob grande pressão, os ESFJ passam a ser incomodados pelos seus pensamentos e opiniões negativas, agindo de maneira crítica em relação a eles próprios e aos outros.

Apesar das análises efectuadas não nos permitirem tirar conclusões sólidas sobre qual destes Tipos tenderá a possuir um maior nível de Esperança, de acordo com os resultados anteriores, podemos inferir que os sujeitos do Tipo ENTP por terem como

função auxiliar o Pensamento tendam a ser mais esperançosos do que os indivíduos do Tipo ESFJ, que tem o Sentimento como *função dominante*.

Foram ainda encontradas diferenças significativas na Esperança entre os Tipos ESTP e ESFJ (já descritos anteriormente). Os sujeitos que se enquadram no Tipo ESTP (Sensação Extrovertida com Pensamento Introverso) são considerados pessoas cheias de energia, activas, pragmáticas, racionais e eficientes na resolução de problemas, reagindo criativamente a situações desafiadoras, dando menor atenção aos seus pólos não-preferidos, a Intuição e o Sentimento. Na mesma linha de pensamento anterior, os ESTP tenderão a possuir um grau mais elevado de Esperança, já que também utilizam o Pensamento como *função auxiliar*, do que os ESFJ que têm no Sentimento a sua *função dominante*.

Outra das capacidades psicológicas positivas considerada neste estudo foi o Optimismo. Os Optimistas atribuem a causas pessoais, permanentes e universais, os acontecimentos positivos, e remetem para causas externas, temporárias e relacionadas com situações específicas, os acontecimentos negativos (Seligman, 1998; Luthans & Youssef, 2004; Palma, Cunha & Lopes, 2007). No que respeita à relação desta variável com os factores do MBTI, os resultados encontrados não se revelaram muito animadores, verificando-se apenas duas correlações estatisticamente significativas com o Optimismo: uma positiva com a Percepção, e outra negativa com o seu par Juízo. No mesmo sentido, o modelo regressão manifestou-se pouco significativo, demonstrando claramente a pouca expressão dos factores do MBTI presentes no modelo na variação do Optimismo, os quais explicam apenas 3,6% da variabilidade total desta variável, sendo a Percepção o único factor que apresenta um efeito significativo sobre a sua variação. Também não foram encontradas diferenças significativas na expressão do Optimismo entre nenhum dos Tipos do MBTI.

Deste modo, os resultados apenas sugerem que os Optimistas tenderão a viver de modo mais espontâneo e flexível (utilizando a Percepção como preferência), ao invés de viver de uma forma mais planeada e organizada (Juízo).

Uma possível explicação para a pouca expressão das oito funções mentais do MBTI na variação do Optimismo pode estar ligada à base interna ou externa das

expectativas. Segundo Snyder, enquanto as expectativas de esperança têm uma base interna, as expectativas otimistas são amplamente determinadas pelos outros (Luthans, 2002a). Outra explicação plausível assenta na própria escala que avalia o Optimismo. Na escala utilizada, três dos itens cotáveis remetem para o Pessimismo, os quais não foram tidos em consideração neste estudo. Num estudo recente onde foi utilizada a mesma escala mas considerando os itens relativos ao Pessimismo, Lopes, Cunha e Palma (2006) apontam para a existência de um conjunto de indivíduos os quais designaram de Optimistas Paradoxais. Segundo os autores, este perfil psicológico positivo difere dos Optimistas e dos Pessimistas apresentando características de ambos: possuem altos níveis de optimismo em relação ao futuro longínquo (que os pessimistas não possuem), e moderados níveis de pessimismo em relação ao futuro próximo (que os optimistas não apresentam). De acordo com os resultados obtidos, é pois possível pensar que outros tipos de Optimismo, como os Optimistas Paradoxais ou mesmo os Pessimistas, possam estar relacionados com as dimensões do MBTI, pelo que devem ser considerados em estudos futuros.

Quanto à Resiliência, verificou-se a existência de correlações positivas e significativas com o Pensamento e com a Percepção, uma correlação positiva com a Extroversão, e ainda uma correlação negativa e estatisticamente significativa com a Introversão, à semelhança do verificado na Esperança. Do mesmo modo, o modelo de regressão linear aponta para que 9% da variabilidade total da Resiliência é explicada pelos factores presentes no modelo, onde a Extroversão e o Pensamento se apresentam como os factores que mais contribuem para a sua predição.

Neste sentido, de acordo com os resultados, temos razões para crer que os sujeitos mais resilientes tendem a ser mais pensativos, preferindo tomar decisões com base em informação organizada de forma lógica e objectiva, e tendem a preferir obter energia através do mundo externo, sendo mais extrovertidos. A Introversão parece ser igualmente um bom indicador do grau de resiliência mas em sentido inverso, ou seja, os indivíduos mais introvertidos, que preferem obter energia através do mundo interno das ideias, tendem a ser menos resilientes. A Percepção não foi tida em consideração no modelo de regressão, mas o seu grau de associação com a Resiliência permite-nos acreditar que os indivíduos mais resilientes tenderão a utilizar a Percepção como preferência, preferindo viver de modo espontâneo e flexível.

A Resiliência é a capacidade psicológica positiva mais recente do COP, e é definida na literatura como a capacidade para recuperar de situações adversas, conflituosas, incertas, ou falhanços, mantendo o equilíbrio e a responsabilidade (Luthans, 2002b; Palma, Cunha & Lopes, 2007). Os resultados sugerem então os indivíduos que utilizam o Pensamento como a principal função para processar informação, que ordenam e ponderam os factos prevendo o resultado lógico das alternativas de acção (Friedman & Schustack, 2004), que usam o raciocínio “causa-efeito”, tenderão a possuir uma maior capacidade de recuperação quando enfrentam problemas ou condições adversas mantendo a harmonia. Por outro lado, os sujeitos fechados no seu mundo interior, que recebem energia da reflexão sobre os seus pensamentos, memórias e sentimentos (Myers, 1998), ou seja, os Introversos, tenderão a ter uma maior dificuldade de recuperação face às adversidades do que Extroversos, que se orientam para o mundo exterior.

Estudos sugerem que as pessoas com alta resiliência tendem a ser mais eficazes numa grande variedade de experiências da vida, ajustando-se e desenvolvendo-se, mesmo perante as adversidades (Masten, 2001; Coutu, 2002). Coutu (2002) afirma que uma das características típicas das pessoas resilientes é a capacidade de improvisação e de adaptação à mudança, bem como a aceitação da realidade tal como ela é. Os resultados obtidos neste estudo também apontam na mesma direcção, sugerindo que os indivíduos que preferem usar o seu processo de Percepção no mundo exterior, vivendo de uma forma flexível e espontânea, estando disponíveis para informações novas e abertas à mudança (Myers, 1998), tenderão a superar as adversidades de forma mais eficaz.

Tal como se verificou na Esperança, também em relação à Resiliência as diferenças significativas encontradas entre os Tipos do MBTI apontam para que os indivíduos com preferências ENTP e ESFJ não funcionam da mesma maneira. Os sujeitos que se enquadram no Tipo ENTP são desembaraçados ao resolver problemas novos e desafiantes, entediados pela rotina, competentes em criar possibilidades conceptuais e em analisá-las, vêem as limitações como desafios a superar e estão orientados à mudança (Hirsh e Kummerow, 1998). Os ESFJ são comprometidos com a preservação das tradições, valorizando a segurança e a estabilidade (Myers, 1998). No mesmo sentido da análise feita anteriormente, podemos então inferir que os indivíduos

que preferem o Tipo ENTP por possuírem o Pensamento como *função auxiliar* tendam a ser mais resilientes do que os sujeitos cuja preferência incide sobre o Tipo ESFJ, os quais têm como *função dominante* o Sentimento, prestando menor atenção a um dos seus pólos não-preferidos, o Pensamento.

Por último, das análises estatísticas realizadas com a variável Auto-Eficácia obteve-se um modelo de regressão linear ajustado significativo, onde a variabilidade total desta variável é explicada em cerca de 17% pelos factores presentes no modelo, sendo que, mais uma vez, os factores que mais contribuem para a sua explicação são a Extroversão e principalmente o Pensamento. De salientar que em ciências sociais este valor pode ser considerado interessante. Daqui podemos concluir que os indivíduos com maior sentimento de Auto-Eficácia tenderão a ser mais extrovertidos e pensativos.

Tomando a Auto-Eficácia como a convicção que uma pessoa tem relativamente à sua capacidade para mobilizar a motivação, os recursos cognitivos e os cursos de acção necessários para realizar com êxito uma tarefa específica num dado contexto (Bandura, 1997; Stajkovic & Luthans, 1998), os resultados apontam para que os indivíduos com maior sentimento de Auto-Eficácia tendem a concentrar a sua atenção no mundo exterior, recebendo energia da interacção com os outros e das actividades (Extroversão) e são estimulados pela avaliação e análise da informação, para decidir de uma forma lógica (Pensamento).

A análise às associações existentes entre a Auto-Eficácia e as oito funções mentais do MBTI, vieram demonstrar que para além das correlações positivas verificadas com a Extroversão e o Pensamento, verificam-se correlações negativas e estatisticamente significativas com o Sentimento e com o Juízo, e ainda uma correlação positiva estatisticamente significativa com a Percepção. Esta associação entre a Auto-Eficácia e a Percepção apresentou o valor de magnitude mais elevada de todas as correlações existentes. Por este facto, decidiu-se regredir um novo modelo incluindo a Percepção, e extraíndo do modelo o seu par Juízo (junto com a Extroversão, a Sensação e o Pensamento). Esta alteração fez aumentar, ainda que ligeiramente, a variabilidade total da Auto-Eficácia que é explicada pelos factores presentes no modelo em 1%, passando a 18%; mas sobretudo veio demonstrar claramente que a Percepção é uma das

funções mentais que mais contribui para a sua explicação, juntamente com a Extroversão e o Pensamento.

Assim, estes resultados sugerem que os indivíduos com maior sentimento de Auto-Eficácia também tendem a ser mais perceptivos, sendo estimulados pela sua desenvoltura em adaptar-se às exigências do momento, estando abertos a informações novas e mudanças de última hora (Hall, Lindzey & Campbell, 2000). Do mesmo modo, os indivíduos mais sensitivos e aqueles que utilizam o Juízo como preferência tendem a experimentar um menor sentimento de Auto-Eficácia.

Por fim, relativamente às diferenças entre os Tipos do MBTI, os resultados apelam para a evidência de que os Tipos ENTP e ESFJ também não se comportam da mesma forma em relação à Auto-Eficácia. Segundo Luthans (2002a), um indivíduo com Auto-Eficácia positiva baseia as suas decisões tendo em consideração uma avaliação positiva das suas capacidades e percebe os desafios como oportunidades, tende a não desistir quando enfrenta obstáculos, abordando os problemas de forma determinada, e tende a ser resistente ao stress. Os sujeitos com preferência ENTP parecem partilhar estes atributos: vêem as limitações como desafios a superar, gostam de desafios complexos e estimulantes, são assertivos, analíticos e objectivos, e confiam na sua capacidade de improvisar (Hirsh e Kummerow, 1998). Para os ESFJ, situações de tensas ou de conflito deixam-nos pouco à vontade, o que pode levá-los a colocar os problemas de lado, e, sob grande pressão, os seus pensamentos e opiniões negativas passam a incomodá-los (Myers, 1998).

9. CONCLUSÕES

9.1. Contribuições do Estudo

Uma das contribuições dos nossos resultados é para a própria teoria do Comportamento Organizacional Positivo (COP), ou mais propriamente para alguns dos critérios que lhe são inerentes. Um dos critérios mais diferenciadores do COP talvez seja o critério de abertura ao desenvolvimento, o que pressupõe que as forças psicológicas positivamente orientadas devem ser vistas primeiramente como uma consequência dos estados psicológicos e não como comportamentos que resultam de traços mais estáveis e consistentes (Luthans & Youssef, 2004; Luthans, 2002a; Cameron, Dutton & Quinn, 2003), estando abertos à aprendizagem e ao desenvolvimento.

Apesar das variâncias explicadas serem reduzidas, os resultados permitem-nos pensar que a linha que separa os estados dos traços pode ser ténue. Este estudo revelou que os indivíduos que usam a Extroversão e o Pensamento como as suas preferências comportamentais tendem a possuir maiores níveis de Esperança, de Resiliência e de Auto-Eficácia, bem como aponta para que haja diferenças de funcionamento entre alguns Tipos em relação a estas capacidades psicológicas positivas (nomeadamente entre os Tipos ENTP e ESFJ). Deste modo, é possível pensar que alguns factores da personalidade influenciam ou talvez estejam na origem destes atributos psicológicos positivos, acreditando que os traços podem mudar sobre certas condições e que estão abertos ao desenvolvimento.

De facto, o estudo da personalidade pode ser hoje em dia colocado num perspectiva futura positiva e progressiva e o MBTI, apesar de ter por base teorias da personalidade, é exemplo disso mesmo: não aborda as preferências comportamentais como um quadro estático, mas sim como um espaço de sistemas de energia dinâmicos com processos interactivos, que levam ao auto-conhecimento e ao conhecimento dos outros, e perspectivam o desenvolvimento individual. No seguimento desta suposição empírica, novos estudos deverão ser desenvolvidos, tendo em consideração um rigor metodológico que ultrapasse as limitações desta investigação.

Os resultados deste estudo são importantes pois apontam para uma maior evidência de que algumas características da personalidade podem estar relacionadas com o PsyCap. Em particular, eles demonstram como o MBTI pode ser um instrumento poderoso para aceder às variáveis de personalidade que estão associadas a estes atributos. E apesar de não terem sido efectuadas análises estatísticas para aferir as qualidades métricas das escalas do MBTI, as correlações negativas e estatisticamente significativas encontradas para todas as escalas dicotómicas, vieram confirmar a polaridade existente entre as quatro dicotomias (E-I, S-N, T-F, J-P); por outro lado, as baixas correlações entre as 4 escalas apontam para a sua independência.

No que diz respeito às características psicométricas das escalas que constituem o PsyCap foram encontrados indicadores satisfatórios de consistência interna, com valores de 0,70 (Optimismo), 0,774 (Esperança), 0,83 (Resiliência) e 0,91 (Auto-Eficácia). No caso das escalas do Optimismo e da Esperança, estes valores são aliás um pouco superiores aos observados em alguns estudos (Luthans et al., 2005; Lopes, Cunha & Palma, 2006) onde ambas apresentaram valores de Alfa de Cronbach inferiores a 0,70.

Outra das contribuições práticas desta investigação está associada ao recrutamento e selecção. A título de exemplo, os resultados apontam para que, na necessidade de recrutar de alguém com um nível elevado destas capacidades psicológicas positivas, um candidato cuja preferência comportamental é a Introversão, possivelmente tenderá a ser menos esperançoso, menos resiliente e com um menor sentimento de auto-eficácia; pelo contrário, Extroversão, Pensamento e Percepção parecem ser melhores indicadores de capital psicológico positivo mais elevado.

9.2. Limitações e Futuras Direcções

Este estudo tem algumas limitações. Primeiro, os nossos participantes são todos estudantes de Psicologia apenas de uma instituição de Ensino Superior, pelo que os resultados não podem ser generalizados à população. Para testar a generalização das relações que encontrámos entre os PsyCap's e algumas das oito funções mentais do MBTI e para investigar outras possíveis relações, estas deveriam ser estudadas noutras

organizações e em contextos diferentes. Particularmente interessante para estudos futuros, seria analisar estas relações em contextos organizacionais com diferentes culturas, como por exemplo em multinacionais.

Segundo, a nossa opção de incluir no modelo de regressão linear apenas o primeiro par de cada dicotomia das oito funções mentais do MBTI, levou-nos a deixar de fora do modelo de regressão algumas variáveis que apresentavam correlações significativas com os PsyCap's. Como consequência, a variância total explicada pelos factores do MBTI para cada um dos PsyCap's e os factores que mais contribuem para essa explicação poderiam sofrer alterações, pelo que se sugere que futuros estudos devem regredir unicamente os factores que apresentem os valores de correlação estatisticamente mais significativos.

Outra das limitações desta investigação, prende-se com as diferenças estatisticamente significativas entre cada um dos 16 Tipos do MBTI em relação a cada uma das capacidades psicológicas positivo. Por um lado, apesar de todos os Tipos terem sido encontrados na amostra, oito dos Tipos apresentaram frequências muito baixas que não justificavam o seu tratamento estatístico, pelo que não foram considerados. Por outro, as estatísticas que utilizámos não nos permitiram identificar claramente qual dos Tipos onde foram encontradas diferenças significativas (principalmente os ENTP e os ESFJ) teria um maior nível das respectivas capacidades psicológicas (Esperança, Resiliência e Auto-Eficácia). Assim, futuramente seria interessante verificar se existem diferenças significativas entre todos os Tipos e, ao existirem essas diferenças, utilizar procedimentos estatísticos que permitam dizer com maior fidedignidade qual ou quais apresentam um maior grau ao nível de cada PsyCap.

Por fim, estudos futuros podem investigar a relações entre o Capital Psicológico Positivo e algumas dimensões da personalidade, utilizando para o efeito questionários diferentes como o NEO PI-R e o seu modelo do *Big Five*, com vista a explorar quais as características de personalidade que possam influenciar estas capacidades psicológicas. De acordo com o estudo de McCrae e Costa (1989), mais tarde replicado por Furnham (1996), a Extroversão do MBTI está fortemente correlacionada com o factor de extroversão do NEO PI-R. Do mesmo modo, estes autores encontraram correlações

positivas entre o tipo N (Intuição) e o factor de Abertura à Experiência, e entre o tipo F (Sentimento) e o factor Amabilidade.

Dado que já existem algumas medidas que permitem aceder ao capital psicológico positivo, o nosso objectivo aqui foi o tentar começar a explorar quais os factores que influenciam estas capacidades. A personalidade surgia como um dos factores mais promissores e o MBTI, por ter por base uma teoria dinâmica que consagra a possibilidade de desenvolvimento individual, como um dos testes mais indicados para testar estas possíveis relações. Contudo, a pouca literatura existente sobre a relação entre estes conceitos, e a própria assumpção teórica de que os PsyCap's têm por base estados e não traços, levou-nos a enfrentar alguns obstáculos na discussão dos resultados. Talvez, mais importante do que os detalhes dos resultados, seja a abertura de novas possibilidades para explorar as relações entre estes conceitos. Esta conclusão pode ser formulada sob a forma de desafio, na tentativa de avançar na investigação sobre o que pode influenciar ou estar na origem dos PsyCap's.

10. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 349–361.
- Cameron, K. S., Dutton, J. E., & Quinn, R. E. (Eds.). (2003). *Positive organizational scholarship: Foundations of a new discipline*. San Francisco: Berrett-Koehler.
- Clifton, D.O., & Harter, J.K. (2003). Investing in strengths. In Cameron, J.E. Dutton, & R.E. Quinn (Eds.), *Positive Organizational Scholasrhip: Foundations of a new discipline*. San Francisco: Berrett-Koeller, pp.111-121.
- Coutu, D. L. (2002). How resilience works. *Harvard Business Review*, 80 (5), 46- 55.
- Csikszentmihalyi, M. (2006). Introduction. In M. Csikszentmihalyi, M., & I. S. Csikszentmihalyi (Eds.), *A life worth living: contributions to positive psychology* (pp. 3-14). New York: Oxford University Press.
- Cunha, M., Cardoso, C., Cunha, R. & Rego, A. (2004). *Manual de Comportamento Organizacional e Gestão*. Editora RH, (6ª Edição).
- D'Oliveira. T. (2005). Teses e dissertações: Recomendações para a elaboração e estruturação de trabalhos científicos (2ª ed.). Lisboa: Editora RH.
- Frederickson, B. L. (2003). *The Value of Positive Emotions*. *American Scientist*, vol. 91, pp. 23-28.
- Friedman, H.. & Schustack, M. (2004). *Teorias da personalidade: Da teoria clássica à pesquisa moderna*. Prentice Hall (2ª Edição)

- Furnham, A. (1996). The big five versus the big four: The relationship between the Myers-Briggs Type Indicator (MBTI) and the NEO-PI five factor model of personality. *Personality and Individual Differences*, 21, 303-307.
- Hall, C., Lyndsey, G. & Campbell, J. (2000). *Teorias da Personalidade*. Porto Alegre: Artes Médicas, (4ª Edição).
- Harrington, R. & Loeffredo, D. (2001). The Relationship Between Life Satisfaction, Self-Consciousness and The Myers-Briggs Type Inventory Dimensions. *The Journal of Psychology*, 135(4), 439-450.
- Hirsh, S. & Kummerow, J. (1998). *Introdução ao Tipo nas Organizações*. Palo Alto, Calif.,: CPP, Inc.
- Klohn, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1067–1079.
- Luthans, F. (2002a). Positive Organizational Behavior: Developing and managing psychological strengths for performance improvement. *Academy of Management Executive*, 16(1), 57-72.
- Luthans, F. (2002b). The need for and meaning of positive organizational behavior. *Journal of Organizational Behavior*, 23, 695-706.
- Luthans, F., & Avolio, B. (2003). Authentic Leadership Development. In K.S. Cameron, J.E. Dutton, & R.E. Quinn (Eds.), *Positive organizational scholarship: Foundations of a new discipline*. San Francisco: Berrett-Koehler, pp. 241-258.
- Luthans, F., Avolio, B., Walumbwa, F.O., & Li, W. (2005). The psychological capital of Chinese workers: Exploring the relationship with performance. *Management and Organization Review*, 1(2), 249-271
- Luthans, F., & Youssef, C. (2004). Human, Social, and Now Positive Psychological Capital Management: Investing in people for competitive advantage. *Organizational Dynamics*, 33(2), 143-160.

- Luthans, F., Youssef, C., & Avolio, B. (2007). *Psychological Capital. Developing the Human Competitive Edge*. New York: Oxford University Press.
- Lopes, M., Cunha, M. & Palma, P. (2006). A Dialectical Approach to Organizational Positivity. *Working Paper*.
- Maroco, J. & Bispo, R. (2003). *Estatística Aplicada às Ciências Sociais e Humanas*. Lisboa: Climepsi.
- Maroco, J. (2007). *Análise estatística com utilização do SPSS (3ª Ed.)*. Lisboa: Edições Sílabo
- Masten, Ann S. (2001). Ordinary magic.: Resilience process in development. *American Psychologist*, 56 (3), 227-239.
- McCrae, R.R. & Costa, P.T. (1989). Reinterpreting the Myers- Briggs Type Indicator from the perspective of the five-factor model of personality. *Journal of Personality*, 52, 17-40.
- Myers, I. (1998). *Introdução ao Tipo*. Palo Alto, Calif.,: CPP, Inc.
- Myers, K. & Kirby, L. (1994). *Introduction to Type: Dynamics and Development*. Palo Alto, Calif.,: CPP, Inc.
- Palma, P., Cunha, M., & Lopes, M. (2007). Comportamento organizacional positivo e empreendedorismo: Uma influência mutuamente vantajosa. *Comportamento Organizacional e Gestão*, 13(1), 93-114.
- Park, N. & Peterson, C. (2007). Methodological Issues in Positive Psychology and the assessment of character strengths. In A. D. Ong & M. H. M. van Dulmen, (Eds.), *Oxford Handbook of methods in positive psychology* (pp. 292-305). New York: Oxford University Press.

- Pervin, L. A. (1998). *La ciencia de la personalidad*. Madrid: McGraw-Hill. (Tradução do original em Inglês, *The science of personality*. New York: McGraw-Hill).
- Pestana, M.H. & Gageiro, J.N (2005). *Análise de dados para ciências sociais: a complementaridade do SPSS (4ª ed.)*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Peterson, C. (2002). The future of optimism. *American Psychologist*, 55, 44-55.
- Peterson, C. & Luthans, F. (2002). Does the manager's level of hope matter? Preliminary research evidence of a positive impact. *Proceedings of the 47th Midwest Academy of Management*. Indianapolis, IN.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues. A handbook and classification*. Oxford: Oxford University Press.
- Robson, C. (2002). *Real World Research*. (2ª ed.). UK: Blackwell Publishing.
- Scheier, M.F., & Carver, C.S. (1985). Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
- Schwarzer, R., Hahn, A. & Jerusalem, M. (1993). Negative affect in East German migrants: longitudinal effects of unemployment and social support. *Anxiety, Stress, Coping*, 6, 57-69.
- Seligman, M. (1998). *Learned optimism*. New York: Pocket Books.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness. Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. London: Nicholas Brealey Publishing.
- Seligman, M.E.P. (2006). Breaking the 65 Percent Barrier. In M. Csikszentmihalyi, M., & I. S. Csikszentmihalyi (Eds.), *A life worth living: contributions to positive psychology* (pp. 230-236). New York: Oxford University Press.

- Seligman, M.E.P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, 5 (1), 5-14.
- Seligman, M.E.P, Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions. *American Psychologist*, 60 (5), 410-421.
- Seligman, M.E.P., Park, A. C., & Steen, T. & Peterson, C. (2006). A balanced psychology and a full life. In F. A. Huppert, N. Baylis, & B. Keverne. *The science of well-being* (pp. 285-304). Oxford: Oxford University Press (2nd Edition).
- Snyder, C. R. (2000). *Handbook of hope*. San Diego: Academic Press.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. (Eds). (2002). *Handbook of Positive Psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- Snyder, C., Sympson, S., Ybasco, F., Borders, T., Babyak, M. & Higgins, R. (1996). Development and validation of the state hope scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 321-335.
- Stajkovic, A. & Luthans, F. (1998). Social cognitive theory and self-efficacy: Going beyond tradicional motivational and behavioral approaches. *Organizational Dynamics*, 26, 62-74.
- Wright, T.A. (2003). Positive Organizational Behavior: An idea whose time has truly come. *Journal of Organizational Behavior*, 24, 437-442.

ANEXOS

ANEXO A

A Dicotomia E-I Onde prefere concentrar a atenção? De onde retira a energia?	
Extroversão	Introversão
Os indivíduos que preferem a Extroversão gostam de concentrar a sua atenção no mundo exterior, das pessoas e das actividades. Direcționam a sua energia e atenção para o exterior e recebem energia da interacção com os outros e das acções.	Os indivíduos que preferem a Introversão gostam de concentrar a atenção no seu próprio mundo interno, nas ideias e experiências próprias. Direcționam a sua energia e atenção para o interior e recebem energia da reflexão sobre os seus pensamentos, memórias e sentimentos.
Características associadas às pessoas que preferem a Extroversão:	Características associadas às pessoas que preferem a Introversão:
<ul style="list-style-type: none"> • Em sintonia com o ambiente exterior • Preferem a comunicação verbal • Elaboram as ideias conversando sobre elas • Aprendem melhor fazendo ou discutindo • Têm interesses amplos • Sociáveis e expressivas • Tomam prontamente a iniciativa no trabalho e nos relacionamentos 	<ul style="list-style-type: none"> • Fechadas no seu mundo interior • Preferem a comunicação por escrito • Elaboram as ideias reflectindo sobre elas • Aprendem melhor através da reflexão e da “prática” mental • Aprofundam os seus interesses • Reservadas e contidas • Tomam a iniciativa quando a situação ou problema é bastante importante para elas

A Dicotomia S-N Como prefere receber informações?	
Sensação	Intuição
Os indivíduos que preferem a Sensação gostam de receber informações que sejam reais e concretas – o que está realmente a acontecer. Observam os detalhes do que se passa ao seu redor e são especialmente adaptadas às realidades práticas.	Os indivíduos que preferem a Intuição gostam de receber informações considerando o quadro geral, concentrando-se nos relacionamentos e nas ligações entre os factos. Desejam compreender modelos e estão especialmente adaptadas para ver novas possibilidades.
Características associadas às pessoas que preferem a Sensação:	Características associadas às pessoas que preferem a Intuição:
<ul style="list-style-type: none"> • Orientadas para a realidade actual • Preferem o factual e o concreto • Concentram-se no que é real e verdadeiro • Observam e recordam os detalhes • Cuidadas antes de tirar conclusões • Compreendem ideias e teorias através de aplicações práticas • Valorizam a experiência 	<ul style="list-style-type: none"> • Orientadas às possibilidades futuras • Imaginativas e verbalmente criativas • Concentram-se nos modelos e nos significados dos dados • Lembram-se de detalhes referentes a um modelo • Tiram conclusões com rapidez, seguem a sua intuição • Procuram esclarecer ideias e teorias antes de colocá-las em prática • Valorizam a inspiração

A Dicotomia T-F Como toma decisões?	
Pensamento	Sentimento
As pessoas que ao tomar decisões preferem usar o Pensamento, consideraram as consequências lógicas de uma escolha ou atitude. Procuram distanciar-se mentalmente da situação, de modo a poder examinar os prós e os contras de maneira objectiva. São estimuladas pela avaliação e pela análise para poder identificar o que há de errado na situação e assim poder solucionar o problema. O seu objectivo é encontrar um modelo ou princípio que se aplique a todas as situações similares.	As pessoas que ao tomar decisões preferem usar o Sentimento, consideram o que é importante para elas e para aqueles que estão envolvidos na situação. Colocam-se mentalmente na situação a fim de poderem identificar-se com os demais e tomar decisões baseadas nos seus valores, demonstrando respeito pelas pessoas. São estimuladas pela estima e pelo apoio dos outros e buscam as qualidades das pessoas para elogiar. Têm como objectivo criar harmonia e tratar cada indivíduo como único.
Características associadas às pessoas que preferem o Pensamento:	Características associadas às pessoas que preferem o Sentimento:
<ul style="list-style-type: none"> • Analíticas e racionais • Usam o raciocínio “causa-efeito” • Solucionam problemas através da lógica • Esforçam-se por obter um padrão objectivo de verdade • Podem ser “firmes” • Justas – querem um tratamento igual para todos 	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstram empatia pelos outros • Guiadas por valores pessoais • Avaliam o impacto das suas decisões sobre as pessoas • Esforçam-se por obter harmonia; compassivas • Podem aparentar ter “bom coração”

A Dicotomia J-P Como lida com o mundo exterior?	
Juízo	Percepção
As pessoas que preferem usar o seu processo de Juízo no mundo exterior gostam de viver de forma planeada e ordenada, tentando regular e ter controlo sobre as suas vidas. Procuram tomar decisões, chegar a uma conclusão e seguir adiante. As suas vidas tendem a ser estruturadas e organizadas, estabilizadas. Para elas, seguir um plano e um calendário é muito importante, pois são estimuladas pelo cumprimento de tarefas e obrigações.	As pessoas que preferem usar o seu processo de Percepção no mundo exterior gostam de viver de uma forma flexível e espontânea, procurando experimentar e entender a vida, ao invés de tentar controlá-la. Para elas, planos detalhados e decisões finais são limitadores; elas preferem estar abertas a informações novas e mudanças de última hora. São estimuladas pela sua desenvoltura em adaptar-se às exigências do momento.
Características associadas às pessoas que preferem o Juízo:	Características associadas às pessoas que preferem o Percepção:
<ul style="list-style-type: none"> • Seguem um plano • Organizam as suas vidas • Sistemáticas e metódicas • Fazem planos para curto e longo prazo • Gostam de ter as coisas decididas • Tentam evitar pressões de última hora 	<ul style="list-style-type: none"> • Espontâneas e flexíveis • Informais e abertas • Adaptam-se, alteram condutas e procedimentos • Apreciam as coisas indeterminadas e abertas à mudança • Sentem-se energizadas por pressões de última hora

ANEXO B

Cara(o) colega,

No âmbito do currículo do Mestrado Integrado em Psicologia do Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA), os alunos têm de realizar uma dissertação de mestrado com vista à sua conclusão. O questionário que é apresentado seguidamente procura estabelecer relações entre o capital psicológico, os valores e a preferências comportamentais das pessoas.

Neste sentido, solicitamos a sua colaboração para o preenchimento do questionário em anexo, o qual procura recolher informação sobre as suas percepções, relativamente a si próprio.

Não existem respostas certas ou erradas. Interessam as suas opiniões fornecidas de forma espontânea e sincera. As opiniões que expressar no questionário são confidenciais e serão tratadas apenas por nós.

Pela importância que este trabalho se reveste para nós, gostaríamos de expressar a nossa gratidão pela sua participação.

Ana Afonso e Neusa Vitorino
Instituto Superior de Psicologia Aplicada
Rua Jardim do Tabaco, 34
1149-041 Lisboa

I: Capital Psicológico	Este grupo é composto por quatro secções; avalia-se a forma como se sente e se descreve a si próprio(a). Por favor, leia cada questão com cuidado, e responda assinalando com um círculo o número que melhor reflectir a sua opinião.
-------------------------------	---

Secção A – Selecciono o grau em que cada uma das afirmações melhor o(a) descreve a si como pessoa. Tem 6 opções de resposta, que oscilam entre 1 “Definitivamente Falso”, e 6 “Definitivamente Verdadeiro”.

Se me encontrar em apuros, acho que vou ser capaz de pensar em possíveis formas de sair deles	1	2	3	4	5	6
Neste momento, sinto-me a perseguir energicamente os meus objectivos	1	2	3	4	5	6
Existem muitas formas de resolver os problemas que estou a enfrentar actualmente	1	2	3	4	5	6
Vejo-me como sendo bastante bem sucedido(a)	1	2	3	4	5	6
Consigo pensar em muitas maneiras de alcançar os objectivos que estabeleço para mim	1	2	3	4	5	6
Neste momento, sinto-me a alcançar os objectivos que estabeleci para mim mesmo(a)	1	2	3	4	5	6

Secção B – Selecciono o grau em que cada uma das afirmações melhor o(a) descreve a si como pessoa. Tem 6 opções de resposta, que oscilam entre 1 “Discordo Fortemente”, e 6 “Concordo Fortemente”.

Mesmo em relação às coisas com as quais me estou a sentir inseguro(a) neste momento, continuo a esperar o melhor	1	2	3	4	5	6
Ando a sentir facilidade em relaxar	1	2	3	4	5	6
Se alguma coisa tiver que me correr mal, assim correrá	1	2	3	4	5	6
Sinto-me optimista quanto ao meu futuro	1	2	3	4	5	6
Gosto muito dos meus amigos actuais	1	2	3	4	5	6
É importante para mim manter-me ocupado(a)	1	2	3	4	5	6
Nos dias que passam, não espero que as coisas corram à minha maneira	1	2	3	4	5	6
Neste momento, não me sinto aborrecido(a)	1	2	3	4	5	6
Não espero que me aconteçam coisas boas nos próximos dias	1	2	3	4	5	6
Actualmente, espero que me aconteçam mais coisas boas do que más	1	2	3	4	5	6

Secção C – Para cada afirmação que se segue, selecciono o grau em que cada uma melhor se aplica a si. As 6 opções de resposta oscilam entre 1 “Não se aplica, de todo, a mim”, e 6 “Aplica-se fortemente a mim”.

Sou generoso(a) para com os meus amigos	1	2	3	4	5	6
Consigo recuperar e superar rapidamente dos sustos	1	2	3	4	5	6
Gosto de lidar com situações novas e pouco usuais	1	2	3	4	5	6
Sou geralmente bem sucedido a causar uma impressão favorável nos outros	1	2	3	4	5	6
Gosto de provar novas comidas que ainda não tinha provado antes	1	2	3	4	5	6

Sou visto(a) pelos outros como uma pessoa muito enérgica	1	2	3	4	5	6
Quando vou para locais conhecidos, gosto de variar o caminho por onde vou	1	2	3	4	5	6
Sou mais curioso(a) do que a maioria das pessoas	1	2	3	4	5	6
A maior parte das pessoas que vou conhecendo são agradáveis	1	2	3	4	5	6
Normalmente, penso bem nas coisas antes de agir	1	2	3	4	5	6
Gosto de fazer coisas novas e difíceis	1	2	3	4	5	6
O meu dia-a-dia está cheio de coisas que me despertam interesse	1	2	3	4	5	6
Estaria disposto(a) a descrever-me como tendo uma personalidade bastante forte	1	2	3	4	5	6
Ultrapasso a minha raiva contra alguém de uma forma relativamente rápida	1	2	3	4	5	6

Secção D – Agora pedimos-lhe para referir o modo como geralmente enfrenta problemas e dificuldades. As 6 opções de resposta oscilam entre 1 “Não se aplica, de todo, a mim”, e 6 “Aplica-se fortemente a mim”.

Consigo sempre resolver problemas difíceis se me esforçar o suficiente	1	2	3	4	5	6
Se alguém se opõe a mim, consigo encontrar os meios para obter o que quero	1	2	3	4	5	6
Para mim é fácil manter as minhas metas e alcançar os meus objectivos	1	2	3	4	5	6
Tenho confiança que seja capaz de lidar eficazmente com acontecimentos inesperados	1	2	3	4	5	6
Graças ao meu engenho, sei como lidar com situações imprevistas	1	2	3	4	5	6
Sou capaz de resolver a maior parte dos problemas, se investir o esforço necessário	1	2	3	4	5	6
Consigo manter a calma quando enfrento dificuldades, pois posso confiar nas minhas capacidades de resolução de problemas	1	2	3	4	5	6
Quando sou confrontado com um problema, normalmente consigo encontrar várias soluções	1	2	3	4	5	6
Se estou com um problema, normalmente consigo pensar numa solução	1	2	3	4	5	6
Geralmente consigo lidar com o que quer que seja que se atravesse no meu caminho	1	2	3	4	5	6

II: Valores	Neste segundo grupo são apresentadas pessoas com determinadas características. Relativamente a cada um dos “retratos”, diga em que medida se considera parecido(a) ou não com essa pessoa. Utilize a escala de 1 a 6 fornecida.					
--------------------	---	--	--	--	--	--

1	2	3	4	5	6
Exactamente como eu	Muito parecida comigo	Parecida comigo	Um bocadinho parecida comigo	Nada parecida comigo	Não tem nada a ver comigo

Uma pessoa que dá importância a ter novas ideias e ser criativa. Gosta de fazer as coisas à sua maneira	1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---	---

Uma pessoa para quem é importante ser rica. Quer ter muito dinheiro e coisas caras	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa que acha importante que todas as pessoas no mundo sejam tratadas igualmente. Acredita que todos devem ter as mesmas oportunidades na vida	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa que dá muita importância a poder mostrar as suas capacidades. Quer que as pessoas admirem o que faz	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa que dá importância a viver num sítio onde se sinta segura. Evita tudo o que possa por a sua segurança em risco	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa que gosta de surpresas e está sempre à procura de coisas novas para fazer. Acha que é importante fazer muitas coisas diferentes na vida	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa que acha que as pessoas devem fazer o que lhes mandam. Acha que as pessoas devem cumprir sempre as regras mesmo quando ninguém está a ver	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa para quem é importante ouvir pessoas diferentes de si. Mesmo quando discorda de alguém continua a querer compreender essa pessoa	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa para quem é importante ser humilde e modesta. Tenta não chamar a atenções sobre si.	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa para quem é importante passar bons momentos. Gosta de tratar bem de si	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa para quem é importante tomar as suas próprias decisões sobre o que faz. Gosta de ser livre e não estar dependente dos outros	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa para quem é importante ajudar os que a rodeiam. Gosta de zelar pelo seu bem-estar	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa para quem é importante ter sucesso. Gosta de receber o reconhecimento dos outros	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa para quem é importante que o Governo garanta a sua segurança, contra todas as ameaças. Quer que o Estado seja forte, de modo a poder defender os cidadãos	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa que procura a aventura e gosta de correr riscos. Quer ter uma vida emocionante	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa para quem é importante portar-se sempre como deve ser. Evita fazer coisas que os outros digam que é errado	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa para quem é importante que os outros lhe tenham respeito. Quer que as pessoas façam o que ele diz	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa para quem é importante ser leal para com os amigos. Dedicar-se às pessoas que lhe são próximas	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa que acredita seriamente que as pessoas devem proteger a natureza. Proteger o ambiente é importante para ela	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa que dá importância à tradição. Faz tudo o que pode para agir de acordo com a sua religião e a sua família	1	2	3	4	5	6
Uma pessoa que procura aproveitar todas as oportunidades para se divertir. É importante para ele fazer coisas que lhe dão prazer	1	2	3	4	5	6

III: Preferências comportamentais	Neste terceiro grupo procuram-se identificar as suas preferências em termos de tomada de decisão e de comportamento. Existem três secções, que requerem modos distintos de responder.
--	---

Secção A – Assinale qual das opções de resposta se aproxima mais do modo como normalmente se sente ou reage (A ou B):

1. É

Fácil de conhecer, ou	A
Difícil de conhecer?	B

3. Você

Fala facilmente com quase toda a gente pelo tempo que for necessário, ou	A
Tem muita coisa a dizer só com certas pessoas ou em certas condições?	B

5. Se estivesse a recolher donativos, na sua vizinhança, para uma organização como a Cruz Vermelha, as suas visitas seriam

Breves e sérias, ou	A
Sociáveis e simpáticas?	B

7. Quando um imprevisto o força a deixar de lado o plano do seu dia, você

Sente-se incomodado por deixar de lado os seus planos, ou	A
Aceita com prazer o inesperado desvio?	B

9. É um maior elogio ser tratado como

Uma pessoa de verdadeiro sentimento, ou	A
Uma pessoa que é consistentemente sensata?	B

11. Você na maioria das vezes deixa

O seu coração dominar a mente, ou	A
A mente dominar o seu coração?	B

13. Se tem que seguir um plano

Atrai-lhe, ou	A
Sente-se constrangido?	B

15. Quando fala com amigos, você

Às vezes diz-lhes uma coisa confidencialmente, ou	A
Quase nunca diz nada que não queira que seja repetido?	B

2. Quando quer concluir uma tarefa, depende

De começar cedo, para depois ter tempo livre, ou	A
Ou da pressão que surge no último minuto?	B

4. Gostaria preferencialmente de ser considerado como

Uma pessoa prática, ou	A
Uma pessoa com engenho?	B

6. É normalmente

Sociável, ou	A
Um pouco calado e reservado?	B

8. Quando lê por prazer, você

Gosta de maneiras pouco vulgares e originais de transmitir as coisas, ou	A
Gosta que escritores digam exactamente o que querem dizer?	B

10. Tem tendência a ter

Amizades profundas com poucas pessoas, ou	A
Amizades vastas com muitas pessoas diferentes?	B

12. Consegue ter uma longa conversa

Só com pessoas que tenham os mesmos interesses que os seus, ou	A
Com quase qualquer pessoa?	B

14. Quando começa um grande projecto que tem que ser entregue dentro de uma semana

Você dá tempo para fazer uma lista das “coisas a fazer” e a ordem de fazê-las, ou	A
“Metete mãos à obra”?	B

16. Se ensinasse, gostaria mais de ensinar

Cursos baseados em factos, ou	A
Cursos baseados em teoria?	B

17. É mais provável que fale em

Elogio, ou	A
Culpa?	B

19. Quando tem uma coisa agendada com muita antecedência que irá fazer a uma determinada altura, acha

Bom que possa planear de modo adequado,	A
Ou um pouco desagradável sentir-se “preso”?	B

21. Acha que é um maior defeito ser

Antipático, ou	A
Insensato?	B

23. Se estivesse a considerar planear um certo rumo, qual destes argumentos a seu favor seria mais atractivo para si?

Pessoas querem muito que o faça, ou	A
Isto é a coisa mais lógica para você fazer?	B

25. Prefere

Arranjar encontros, festas, etc., com antecedência, ou	A
Estar disposto a fazer o que parece divertido quando a oportunidade surge?	B

27. Você

Pensa que toda a gente de quem gosta sabe que gosta delas, ou	A
Admira pessoas durante muito tempo sem lhes dizer que as admira?	B

29. Considera um grande defeito numa pessoa que

Tenha muito sentimento, ou	A
Não tenha sentimento suficiente?	B

31. Acha que ter uma rotina diária é

Uma maneira confortável de fazer as coisas, ou	A
Ou difícil mesmo quando é necessário?	B

33. Acha que é um maior defeito

Mostrar demasiado fulgor, ou	A
Não ter fulgor suficiente?	B

35. Normalmente você

Dá mais valor ao sentimento do que à lógica,	A
Ou dá mais valor à lógica do que ao sentimento?	B

18. Você normalmente

Mostra os seus sentimentos abertamente, ou	A
Guarda os seus sentimentos para si?	B

20. Normalmente dá-se bem com

Pessoas imaginativas, ou	A
Pessoas realistas?	B

22. Quando estranhos olham para si,

Sente-se desconfortável, ou	A
Não se importa?	B

24. É seu hábito

Confiar em ninguém, ou no máximo numa pessoa, ou	A
Ter uma data de amigos em quem confia?	B

26. Você

Prefere fazer coisas à última hora, ou	A
Fazer as coisas à última hora é irritante?	B

28. Ao fazer coisas que muitas outras pessoas fazem, atrai-lhe mais

Fazê-las numa maneira instituída, ou	A
Inventar uma maneira própria?	B

30. Quando está com um grupo de pessoas, gostaria normalmente de

Tomar parte na discussão do grupo, ou	A
Falar com uma pessoa de cada vez?	B

32. Na sua maneira de viver, prefere ser

Original, ou	A
Convencional?	B

34. Entre os seus amigos, é

Um dos últimos a saber as coisas, ou	A
Tem sempre notícias sobre toda a gente?	B

36. Em ocasiões sociais, você

Vai falar com uma só pessoa de quem gosta,	A
Ou junta-se ao grupo?	B

37. Quando tem um trabalho especial para fazer, gosta de

Organizá-lo cuidadosamente antes de começar, ou	A
Achar o que for necessário enquanto trabalha?	B

39. Em festas, você

Por vezes aborrece-se, ou	A
Diverte-se sempre?	B

38. Estaria melhor se

Lidasse melhor com a rotina, ou	A
Lidasse melhor com a variedade?	B

40. Na sua vida doméstica, quando chega ao final duma tarefa, está

Claro o que tem para fazer a seguir e está preparado para “deitar mãos à obra”, ou	A
Contente em relaxar até que a próxima inspiração lhe venha?	B

Secção B – Que palavra, em cada par, é mais atractiva para si? Pense no significado das palavras, não na aparência nem em como elas soam

41	A	afirmação	conceito	B
42	A	convicente	comovente	B
43	A	falar	escrever	B
44	A	pontual	sem pressa	B
45	A	construir	inventar	B
46	A	aprovar	questionar	B
47	A	concreto	abstracto	B
48	A	benefícios	bênçãos	B
49	A	calmo	alegre	B
50	A	metódico	relaxado	B
51	A	literal	figurativo	B
52	A	analisar	compreender	B
53	A	produção	desenho	B
54	A	macio	duro	B
55	A	reservado	falador	B
56	A	sistemático	casual	B

57	A	sinal	símbolo	B
58	A	decisivo	amoroso	B
59	A	aceitar	mudar	B
60	A	quem	o quê	B
61	A	agendado	sem planeamento	B
62	A	conhecido	desconhecido	B
63	A	cauteloso	confiante	B
64	A	factos	ideias	B
65	A	amável	firme	B
66	A	fundação	cúpula	B
67	A	justiça	misericórdia	B
68	A	teoria	experiência	B
69	A	sem sentido crítico	crítico	B
70	A	pensamento	sentimento	B
71	A	fluido	sólido	B
72	A	compaixão	previsão	B

Secção C – Assinale qual das opções de resposta se aproxima mais da forma como habitualmente sente ou actua (A ou B).

73. É maior elogio dizer que alguém tem	
Visão, ou	A
Senso comum?	B

74. Tem mais cuidado com	
Os sentimentos das pessoas, ou	A
Os direitos delas?	B

75. Quando está numa festa, gosta de

Ajudar a animar a festa, ou	A
Deixar as pessoas divertirem-se à maneira delas?	B

76. Geralmente prefere

Marcar os seus compromissos sociais com antecedência, ou	A
Estar livre para fazer as coisas impulsivamente?	B

77. Quando está com um grupo de bons amigos, você

Fala mais do que deve, ou	A
Fala menos do que deve?	B

78. É naturalmente

Mais interessado em pessoas do que e coisas,	A
Ou mais interessado em coisas e como elas funcionam do que em relações humanas?	B

79. Num grupo grande, mais vezes

Apresenta outros, ou	A
É apresentado?	B

81. Prefere pensar sobre um assunto

Discutindo-o com outra pessoa, ou	A
Matutando-o na sua cabeça?	B

83. Com rotinas diárias, prefere

Terminá-las logo ao início do dia, ou	A
Trabalhar em intervalos juntamente com um projecto mais interessante?	B

85. Você

Sente satisfação em completar um trabalho cedo, ou	A
Gosta da rapidez e eficiência que adquire precisamente antes do prazo?	B

87. Quando tem uma sugestão que devia de ser mencionada numa reunião, você

Levanta-se e expressa-a naturalmente, ou	A
Hesita em o fazer?	B

80. Quando vai passar o dia a algum sítio, gostaria mais de

Planear o que vai fazer e aonde, ou	A
Apenas ir?	B

82. As novas pessoas que conhece, sabem no que está interessado

Logo, ou	A
Somente quando o conhecem bem?	B

84. Normalmente diz

Mais do que pretende dizer, ou	A
Menos do que pretende dizer?	B

86. Quando se encontra com estranhos, acha que é

Agradável, ou pelo menos fácil, ou	A
Uma coisa que requer bastante esforço?	B

88. Gostaria de ter discutido o significado de

Muitas destas perguntas, ou	A
Só de algumas?	B

IV: Dados biográficos	Neste grupo é pedida alguma informação pessoal, necessária para posterior comparação estatística entre grupos.
------------------------------	--

Género: F M

Idade: _____

Estado civil: Casado Solteiro Divorciado Outra

Nº de dependentes: _____

Estado profissional: Desempregado
Empregado por conta de outrem
Empresário em nome individual
Trabalhador independente
Outro

_____)

(pf especifique:

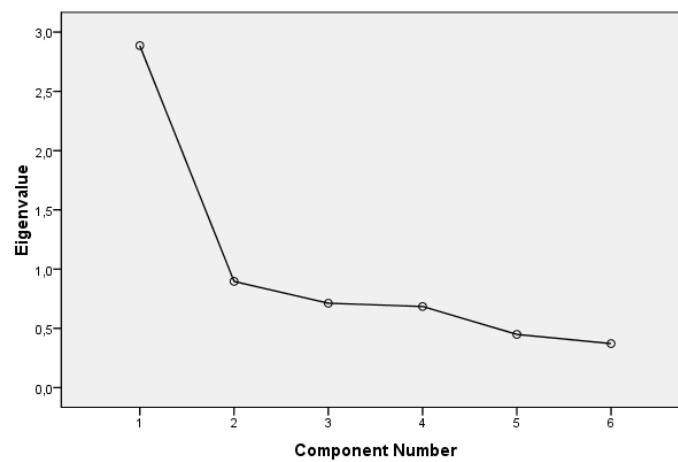
Muito obrigado pela sua participação!

ANEXO C

KMO and Bartlett's Test

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.	,794
Bartlett's Test of Sphericity Approx. Chi-Square	159,240
df	15,000
Sig.	,000

Scree Plot

Component Matrix^a

	Component
	1
PCA4	,823
PCA2	,772
PCA6	,685
PCA5	,656
PCA1	,621
PCA3	,571

Extraction Method: Principal Component Analysis.

a. 1 components extracted.

ANEXO D

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,774	6

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PCA1	22,51	10,862	,459	,755
PCA2	22,84	10,003	,617	,714
PCA3	22,88	10,528	,414	,773
PCA4	23,27	9,953	,682	,699
PCA5	22,81	11,374	,488	,748
PCA6	22,91	11,001	,494	,746

ANEXO E

Statistics

Esperança

N	Valid	106,000
	Missing	,000
	Mean	27,443
	Median	27,500
	Mode	27,000
	Std. Deviation	3,825
	Variance	14,630
	Skewness	-,142
	Std. Error of Skewness	,235
	Kurtosis	-,354
	Std. Error of Kurtosis	,465

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Esperança
N		106
Normal Parameters ^a	Mean	27,44
	Std. Deviation	3,825
Most Extreme Differences	Absolute	,076
	Positive	,052
	Negative	-,076
Kolmogorov-Smirnov Z		,788
Asymp. Sig. (2-tailed)		,564

a. Test distribution is Normal.

ANEXO F

KMO and Bartlett's Test

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		,657
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	56,382
	df	3,000
	Sig.	,000

Communalities

	Initial	Extraction
PCB1	1,000	,564
PCB4	1,000	,692
PCB10	1,000	,623

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Total Variance Explained

Component	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	1,878	62,616	62,616	1,878	62,616	62,616
2	,640	21,327	83,943			
3	,482	16,057	100,000			

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Component Matrix^a

	Component
	1
PCB4	,832
PCB10	,789
PCB1	,751

Extraction Method: Principal Component Analysis.

a. 1 components extracted.

ANEXO G

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,701	3

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PCB1	9,44	2,992	,471	,664
PCB4	9,62	2,294	,573	,536
PCB10	9,50	2,824	,517	,610

ANEXO H

Statistics

Optimismo

N	Valid	106,000
	Missing	,000
	Mean	14,283
	Median	14,000
	Mode	15,000
	Std. Deviation	2,300
	Variance	5,291
	Skewness	-,134
	Std. Error of Skewness	,235
	Kurtosis	-,699
	Std. Error of Kurtosis	,465

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Optimismo
N		106
Normal Parameters ^a	Mean	14,28
	Std. Deviation	2,300
Most Extreme Differences	Absolute	,104
	Positive	,085
	Negative	-,104
Kolmogorov-Smirnov Z		1,066
Asymp. Sig. (2-tailed)		,206

a. Test distribution is Normal.

ANEXO I

KMO and Bartlett's Test

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		,803
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	424,225
	df	91,000
	Sig.	,000

Rotated Component Matrix^a

	Component			
	1	2	3	4
PCC3	,772	,048	,322	,092
PCC2	,692	,127	,088	,070
PCC11	,626	,262	,247	,244
PCC12	,530	,462	-,042	,060
PCC13	,419	,330	,147	,411
PCC5	,367	,338	,308	,030
PCC9	,008	,781	,004	,129
PCC4	,303	,701	,215	,086
PCC6	,501	,601	,053	-,066
PCC7	,251	-,034	,811	-,063
PCC8	,092	,478	,685	,183
PCC14	,342	-,007	,377	,357
PCC10	,264	-,082	-,204	,774
PCC1	-,115	,269	,253	,680

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 6 iterations.

ANEXO J

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,829	14

Statistics

Resiliência

N	Valid	106,000
	Missing	,000
	Mean	62,953
	Median	63,000
	Mode	66,000
	Std. Deviation	8,372
	Variance	70,083
	Skewness	-,362
	Std. Error of Skewness	,235
	Kurtosis	,138
	Std. Error of Kurtosis	,465

ANEXO K

KMO and Bartlett's Test

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.	,899
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square
	558,265
	df
	45,000
	Sig.
	,000

Total Variance Explained

Component	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings			Rotation Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
	1	5,529	55,286	55,286	5,529	55,286	55,286	3,635	36,349
2	1,002	10,024	65,310	1,002	10,024	65,310	2,896	28,960	65,310
3	,689	6,886	72,196						
4	,655	6,554	78,750						
5	,508	5,080	83,830						
6	,436	4,355	88,185						
7	,365	3,649	91,834						
8	,303	3,027	94,861						
9	,296	2,965	97,825						
10	,217	2,175	100,000						

Extraction Method: Principal
Component Analysis.

ANEXO L

Communalities

	Initial	Extraction
PCD1	1,000	,694
PCD2	1,000	,634
PCD3	1,000	,500
PCD4	1,000	,664
PCD5	1,000	,705
PCD6	1,000	,548
PCD7	1,000	,697
PCD8	1,000	,746
PCD9	1,000	,687
PCD10	1,000	,655

Extraction Method: Principal
Component Analysis.

Rotated Component Matrix^a

	Component	
	1	2
PCD8	,823	,262
PCD5	,813	,211
PCD7	,779	,299
PCD4	,772	,260
PCD9	,651	,513
PCD3	,508	,492
PCD1	,148	,820
PCD2	,228	,763
PCD10	,377	,716
PCD6	,442	,593

Extraction Method: Principal
Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with
Kaiser Normalization.

ANEXO M

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,909	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PCD1	40,16	40,117	,572	,905
PCD2	40,66	40,474	,594	,904
PCD3	40,51	39,452	,637	,901
PCD4	40,43	38,743	,684	,898
PCD5	40,67	40,357	,680	,899
PCD6	40,08	39,774	,651	,900
PCD7	40,49	37,452	,720	,896
PCD8	40,57	38,762	,725	,896
PCD9	40,33	38,452	,767	,894
PCD10	40,67	38,604	,684	,899

ANEXO N

Statistics

AutoEficácia

N	Valid	106,000
	Missing	,000
	Mean	44,953
	Median	45,000
	Mode	48,000 ^a
	Std. Deviation	6,923
	Variance	47,931
	Skewness	-,112
	Std. Error of Skewness	,235
	Kurtosis	-,516
	Std. Error of Kurtosis	,465

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

ANEXO O

Tipos MBTI

		Frequência	Percentagem	Valid. Percent	Percentagem Acumulada
Valido	ENFJ	7	6,6	6,6	6,6
	ENFP	15	14,2	14,2	20,8
	ENTJ	5	4,7	4,7	25,5
	ENTP	13	12,3	12,3	37,7
	ESFJ	8	7,5	7,5	45,3
	ESFP	7	6,6	6,6	51,9
	ESTJ	13	12,3	12,3	64,2
	ESTP	7	6,6	6,6	70,8
	INFJ	2	1,9	1,9	72,6
	INFP	5	4,7	4,7	77,4
	INTJ	3	2,8	2,8	80,2
	INTP	8	7,5	7,5	87,7
	ISFJ	2	1,9	1,9	89,6
	ISFP	1	,9	,9	90,6
	ISTJ	6	5,7	5,7	96,2
	ISTP	4	3,8	3,8	100,0
	Total	106	100,0	100,0	

ANEXO P

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Esperança	Optimismo	Resiliência	AutoEficácia
N		78	78	78	78
Normal Parameters ^a	Mean	27,85	14,40	63,83	45,68
	Std. Deviation	3,524	2,170	8,033	6,708
Most Extreme Differences	Absolute	,095	,109	,073	,084
	Positive	,095	,096	,073	,065
	Negative	-,072	-,109	-,064	-,084
Kolmogorov-Smirnov Z		,838	,966	,646	,742
Asymp. Sig. (2-tailed)		,484	,308	,798	,641

Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Esperança	1,538	7	70	,169
Optimismo	1,376	7	70	,229
Resiliência	,970	7	70	,460
AutoEficácia	1,204	7	70	,312

ANEXO Q

Comparações Múltiplas

Tukey HSD

Variável Dependente	(I) Tipos	(J) Tipos	Diferença de Médias (I-J)	Erro Padrão	Sig.	95% Intervalo Confiança	
						Lower Bound	Upper Bound
Esperança	ENFJ	ENFP	-,495	1,490	1,000	-5,15	4,16
		ENTP	-2,429	1,526	,754	-7,20	2,34
		ESFJ	2,696	1,685	,749	-2,57	7,96
		ESFP	,429	1,740	1,000	-5,01	5,87
		ESTJ	-,044	1,526	1,000	-4,81	4,73
		ESTP	-2,857	1,740	,724	-8,29	2,58
		INTP	1,696	1,685	,972	-3,57	6,96
	ENFP	ENFJ	,495	1,490	1,000	-4,16	5,15
		ENTP	-1,933	1,234	,768	-5,79	1,92
		ESFJ	3,192	1,425	,342	-1,26	7,65
		ESFP	,924	1,490	,998	-3,73	5,58
		ESTJ	,451	1,234	1,000	-3,40	4,31
		ESTP	-2,362	1,490	,758	-7,02	2,29
		INTP	2,192	1,425	,784	-2,26	6,65
	ENTP	ENFJ	2,429	1,526	,754	-2,34	7,20
		ENFP	1,933	1,234	,768	-1,92	5,79
		ESFJ	5,125 ⁺	1,463	,017	,55	9,70
		ESFP	2,857	1,526	,574	-1,91	7,63
		ESTJ	2,385	1,277	,577	-1,61	6,37
		ESTP	-,429	1,526	1,000	-5,20	4,34
		INTP	4,125	1,463	,107	-,45	8,70
ESFJ	ENFJ	-2,696	1,685	,749	-7,96	2,57	
	ENFP	-3,192	1,425	,342	-7,65	1,26	
	ENTP	-5,125 ⁺	1,463	,017	-9,70	-,55	
	ESFP	-2,268	1,685	,878	-7,53	3,00	
	ESTJ	-2,740	1,463	,574	-7,31	1,83	

		ESTP	-5,554*	1,685	,031	-10,82	-,29
		INTP	-1,000	1,628	,999	-6,09	4,09
	ESFP	ENFJ	-,429	1,740	1,000	-5,87	5,01
		ENFP	-,924	1,490	,998	-5,58	3,73
		ENTP	-2,857	1,526	,574	-7,63	1,91
		ESFJ	2,268	1,685	,878	-3,00	7,53
		ESTJ	-,473	1,526	1,000	-5,24	4,30
		ESTP	-3,286	1,740	,564	-8,72	2,15
		INTP	1,268	1,685	,995	-4,00	6,53
	ESTJ	ENFJ	,044	1,526	1,000	-4,73	4,81
		ENFP	-,451	1,234	1,000	-4,31	3,40
		ENTP	-2,385	1,277	,577	-6,37	1,61
		ESFJ	2,740	1,463	,574	-1,83	7,31
		ESFP	,473	1,526	1,000	-4,30	5,24
		ESTP	-2,813	1,526	,594	-7,58	1,96
		INTP	1,740	1,463	,932	-2,83	6,31
	ESTP	ENFJ	2,857	1,740	,724	-2,58	8,29
		ENFP	2,362	1,490	,758	-2,29	7,02
		ENTP	,429	1,526	1,000	-4,34	5,20
		ESFJ	5,554*	1,685	,031	,29	10,82
		ESFP	3,286	1,740	,564	-2,15	8,72
		ESTJ	2,813	1,526	,594	-1,96	7,58
		INTP	4,554	1,685	,139	-,71	9,82
	INTP	ENFJ	-1,696	1,685	,972	-6,96	3,57
		ENFP	-2,192	1,425	,784	-6,65	2,26
		ENTP	-4,125	1,463	,107	-8,70	,45
		ESFJ	1,000	1,628	,999	-4,09	6,09
		ESFP	-1,268	1,685	,995	-6,53	4,00
		ESTJ	-1,740	1,463	,932	-6,31	2,83
		ESTP	-4,554	1,685	,139	-9,82	,71
Optimismo	ENFJ	ENFP	-,276	,962	1,000	-3,28	2,73
		ENTP	-1,835	,986	,581	-4,91	1,24
		ESFJ	,357	1,088	1,000	-3,04	3,76

	ESFP	,571	1,124	1,000	-2,94	4,08
	ESTJ	-,066	,986	1,000	-3,15	3,01
	ESTP	-1,571	1,124	,855	-5,08	1,94
	INTP	-1,143	1,088	,965	-4,54	2,26
ENFP	ENFJ	,276	,962	1,000	-2,73	3,28
	ENTP	-1,559	,797	,518	-4,05	,93
	ESFJ	,633	,920	,997	-2,24	3,51
	ESFP	,848	,962	,987	-2,16	3,85
	ESTJ	,210	,797	1,000	-2,28	2,70
	ESTP	-1,295	,962	,878	-4,30	1,71
	INTP	-,867	,920	,981	-3,74	2,01
ENTP	ENFJ	1,835	,986	,581	-1,24	4,91
	ENFP	1,559	,797	,518	-,93	4,05
	ESFJ	2,192	,945	,298	-,76	5,14
	ESFP	2,407	,986	,238	-,67	5,49
	ESTJ	1,769	,825	,397	-,81	4,35
	ESTP	,264	,986	1,000	-2,82	3,34
	INTP	,692	,945	,996	-2,26	3,64
ESFJ	ENFJ	-,357	1,088	1,000	-3,76	3,04
	ENFP	-,633	,920	,997	-3,51	2,24
	ENTP	-2,192	,945	,298	-5,14	,76
	ESFP	,214	1,088	1,000	-3,19	3,61
	ESTJ	-,423	,945	1,000	-3,37	2,53
	ESTP	-1,929	1,088	,640	-5,33	1,47
	INTP	-1,500	1,051	,842	-4,78	1,78
ESFP	ENFJ	-,571	1,124	1,000	-4,08	2,94
	ENFP	-,848	,962	,987	-3,85	2,16
	ENTP	-2,407	,986	,238	-5,49	,67
	ESFJ	-,214	1,088	1,000	-3,61	3,19
	ESTJ	-,637	,986	,998	-3,72	2,44
	ESTP	-2,143	1,124	,551	-5,65	1,37
	INTP	-1,714	1,088	,763	-5,11	1,69
ESTJ	ENFJ	,066	,986	1,000	-3,01	3,15
	ENFP	-,210	,797	1,000	-2,70	2,28

		ENTP	-1,769	,825	,397	-4,35	,81
		ESFJ	,423	,945	1,000	-2,53	3,37
		ESFP	,637	,986	,998	-2,44	3,72
		ESTP	-1,505	,986	,790	-4,59	1,57
		INTP	-1,077	,945	,946	-4,03	1,87
	ESTP	ENFJ	1,571	1,124	,855	-1,94	5,08
		ENFP	1,295	,962	,878	-1,71	4,30
		ENTP	-,264	,986	1,000	-3,34	2,82
		ESFJ	1,929	1,088	,640	-1,47	5,33
		ESFP	2,143	1,124	,551	-1,37	5,65
		ESTJ	1,505	,986	,790	-1,57	4,59
		INTP	,429	1,088	1,000	-2,97	3,83
	INTP	ENFJ	1,143	1,088	,965	-2,26	4,54
		ENFP	,867	,920	,981	-2,01	3,74
		ENTP	-,692	,945	,996	-3,64	2,26
		ESFJ	1,500	1,051	,842	-1,78	4,78
		ESFP	1,714	1,088	,763	-1,69	5,11
		ESTJ	1,077	,945	,946	-1,87	4,03
		ESTP	-,429	1,088	1,000	-3,83	2,97
Resiliência	ENFJ	ENFP	-3,124	3,447	,985	-13,89	7,65
		ENTP	-9,011	3,530	,191	-20,04	2,02
		ESFJ	1,643	3,897	1,000	-10,53	13,82
		ESFP	,714	4,025	1,000	-11,86	13,29
		ESTJ	-2,934	3,530	,991	-13,96	8,10
		ESTP	-5,429	4,025	,877	-18,01	7,15
		INTP	1,518	3,897	1,000	-10,66	13,70
	ENFP	ENFJ	3,124	3,447	,985	-7,65	13,89
		ENTP	-5,887	2,854	,449	-14,80	3,03
		ESFJ	4,767	3,297	,833	-5,53	15,07
		ESFP	3,838	3,447	,952	-6,93	14,61
		ESTJ	,190	2,854	1,000	-8,73	9,11
		ESTP	-2,305	3,447	,998	-13,07	8,47
		INTP	4,642	3,297	,851	-5,66	14,94
	ENTP	ENFJ	9,011	3,530	,191	-2,02	20,04

	ENFP	5,887	2,854	,449	-3,03	14,80
	ESFJ	10,654*	3,384	,047	,08	21,23
	ESFP	9,725	3,530	,124	-1,31	20,76
	ESTJ	6,077	2,954	,452	-3,15	15,31
	ESTP	3,582	3,530	,971	-7,45	14,61
	INTP	10,529	3,384	,052	-,04	21,10
ESFJ	ENFJ	-1,643	3,897	1,000	-13,82	10,53
	ENFP	-4,767	3,297	,833	-15,07	5,53
	ENTP	-10,654*	3,384	,047	-21,23	-,08
	ESFP	-,929	3,897	1,000	-13,11	11,25
	ESTJ	-4,577	3,384	,875	-15,15	6,00
	ESTP	-7,071	3,897	,613	-19,25	5,11
	INTP	-,125	3,765	1,000	-11,89	11,64
ESFP	ENFJ	-,714	4,025	1,000	-13,29	11,86
	ENFP	-3,838	3,447	,952	-14,61	6,93
	ENTP	-9,725	3,530	,124	-20,76	1,31
	ESFJ	,929	3,897	1,000	-11,25	13,11
	ESTJ	-3,648	3,530	,968	-14,68	7,38
	ESTP	-6,143	4,025	,791	-18,72	6,43
	INTP	,804	3,897	1,000	-11,37	12,98
ESTJ	ENFJ	2,934	3,530	,991	-8,10	13,96
	ENFP	-,190	2,854	1,000	-9,11	8,73
	ENTP	-6,077	2,954	,452	-15,31	3,15
	ESFJ	4,577	3,384	,875	-6,00	15,15
	ESFP	3,648	3,530	,968	-7,38	14,68
	ESTP	-2,495	3,530	,997	-13,53	8,54
	INTP	4,452	3,384	,890	-6,12	15,02
ESTP	ENFJ	5,429	4,025	,877	-7,15	18,01
	ENFP	2,305	3,447	,998	-8,47	13,07
	ENTP	-3,582	3,530	,971	-14,61	7,45
	ESFJ	7,071	3,897	,613	-5,11	19,25
	ESFP	6,143	4,025	,791	-6,43	18,72
	ESTJ	2,495	3,530	,997	-8,54	13,53
	INTP	6,946	3,897	,634	-5,23	19,12

	INTP	ENFJ	-1,518	3,897	1,000	-13,70	10,66
		ENFP	-4,642	3,297	,851	-14,94	5,66
		ENTP	-10,529	3,384	,052	-21,10	,04
		ESFJ	,125	3,765	1,000	-11,64	11,89
		ESFP	-,804	3,897	1,000	-12,98	11,37
		ESTJ	-4,452	3,384	,890	-15,02	6,12
		ESTP	-6,946	3,897	,634	-19,12	5,23
AutoEficácia	ENFJ	ENFP	-1,790	2,864	,998	-10,74	7,16
		ENTP	-6,242	2,934	,408	-15,41	2,92
		ESFJ	4,268	3,239	,889	-5,85	14,39
		ESFP	,286	3,345	1,000	-10,17	10,74
		ESTJ	-,934	2,934	1,000	-10,10	8,23
		ESTP	-5,286	3,345	,760	-15,74	5,17
		INTP	,143	3,239	1,000	-9,98	10,26
	ENFP	ENFJ	1,790	2,864	,998	-7,16	10,74
		ENTP	-4,451	2,371	,571	-11,86	2,96
		ESFJ	6,058	2,740	,358	-2,50	14,62
		ESFP	2,076	2,864	,996	-6,87	11,03
		ESTJ	,856	2,371	1,000	-6,55	8,27
		ESTP	-3,495	2,864	,923	-12,45	5,45
		INTP	1,933	2,740	,997	-6,63	10,49
	ENTP	ENFJ	6,242	2,934	,408	-2,92	15,41
		ENFP	4,451	2,371	,571	-2,96	11,86
		ESFJ	10,510 ⁺	2,812	,009	1,72	19,30
		ESFP	6,527	2,934	,350	-2,64	15,69
		ESTJ	5,308	2,455	,387	-2,36	12,98
		ESTP	,956	2,934	1,000	-8,21	10,12
		INTP	6,385	2,812	,324	-2,40	15,17
	ESFJ	ENFJ	-4,268	3,239	,889	-14,39	5,85
		ENFP	-6,058	2,740	,358	-14,62	2,50
		ENTP	-10,510 ⁺	2,812	,009	-19,30	-1,72
		ESFP	-3,982	3,239	,920	-14,10	6,14
		ESTJ	-5,202	2,812	,589	-13,99	3,58
		ESTP	-9,554	3,239	,078	-19,67	,57

	INTP	-4,125	3,129	,889	-13,90	5,65
ESFP	ENFJ	-,286	3,345	1,000	-10,74	10,17
	ENFP	-2,076	2,864	,996	-11,03	6,87
	ENTP	-6,527	2,934	,350	-15,69	2,64
	ESFJ	3,982	3,239	,920	-6,14	14,10
	ESTJ	-1,220	2,934	1,000	-10,39	7,95
	ESTP	-5,571	3,345	,709	-16,02	4,88
	INTP	-,143	3,239	1,000	-10,26	9,98
ESTJ	ENFJ	,934	2,934	1,000	-8,23	10,10
	ENFP	-,856	2,371	1,000	-8,27	6,55
	ENTP	-5,308	2,455	,387	-12,98	2,36
	ESFJ	5,202	2,812	,589	-3,58	13,99
	ESFP	1,220	2,934	1,000	-7,95	10,39
	ESTP	-4,352	2,934	,814	-13,52	4,81
	INTP	1,077	2,812	1,000	-7,71	9,86
ESTP	ENFJ	5,286	3,345	,760	-5,17	15,74
	ENFP	3,495	2,864	,923	-5,45	12,45
	ENTP	-,956	2,934	1,000	-10,12	8,21
	ESFJ	9,554	3,239	,078	-,57	19,67
	ESFP	5,571	3,345	,709	-4,88	16,02
	ESTJ	4,352	2,934	,814	-4,81	13,52
	INTP	5,429	3,239	,702	-4,69	15,55
INTP	ENFJ	-,143	3,239	1,000	-10,26	9,98
	ENFP	-1,933	2,740	,997	-10,49	6,63
	ENTP	-6,385	2,812	,324	-15,17	2,40
	ESFJ	4,125	3,129	,889	-5,65	13,90
	ESFP	,143	3,239	1,000	-9,98	10,26
	ESTJ	-1,077	2,812	1,000	-9,86	7,71
	ESTP	-5,429	3,239	,702	-15,55	4,69

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

ANEXO R

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	23,812	1,639		14,531	,000		
	Extroversão	,139	,045	,284	3,100	,003	,966	1,035
	Sensação	-,038	,077	-,049	-,502	,617	,857	1,167
	Pensamento	,224	,069	,303	3,242	,002	,929	1,077
	Juízo	-,082	,058	-,136	-1,430	,156	,903	1,107

a. Dependent Variable: Esperança

Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions				
				(Constant)	Extroversão	Sensação	Pensamento	Juízo
1	1	4,510	1,000	,00	,00	,01	,01	,01
	2	,186	4,918	,01	,29	,03	,45	,00
	3	,170	5,147	,00	,10	,04	,30	,47
	4	,100	6,700	,00	,00	,82	,15	,37
	5	,033	11,682	,99	,60	,11	,09	,16

a. Dependent Variable: Esperança

ANEXO S

ANOVA^b

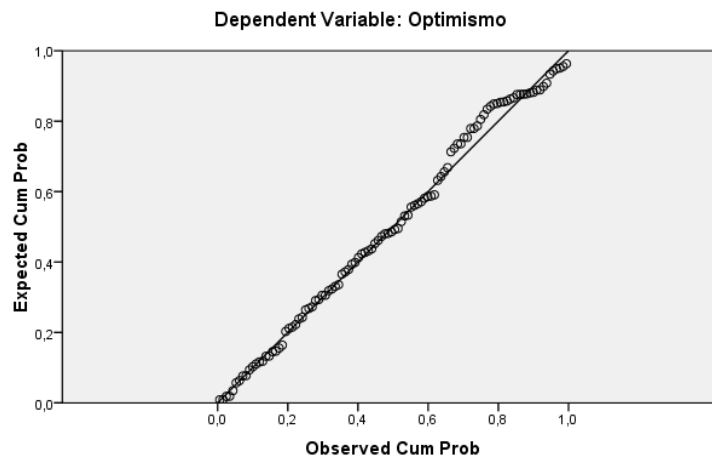
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	277,114	4	69,279	5,557	,000 ^a
	Residual	1259,046	101	12,466		
	Total	1536,160	105			

a. Predictors: (Constant), Juízo, Pensamento, Extroversão, Sensação

b. Dependent Variable: Esperança

ANEXO T

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Optimismo
N		106
Normal Parameters ^a	Mean	14,28
	Std. Deviation	2,300
Most Extreme Differences	Absolute	,104
	Positive	,085
	Negative	-,104
Kolmogorov-Smirnov Z		1,066
Asymp. Sig. (2-tailed)		,206

a. Test distribution is Normal.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,270 ^a	,073	,036	2,258	1,638

a. Predictors: (Constant), Juízo, Pensamento, Extroversão, Sensação

b. Dependent Variable: Optimismo

ANEXO U

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	40,490	4	10,122	1,985	,102 ^a
	Residual	515,020	101	5,099		
	Total	555,509	105			

a. Predictors: (Constant), Juízo, Pensamento, Extroversão, Sensação

b. Dependent Variable: Optimismo

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	14,636	1,048		13,965	,000		
	Extroversão	,004	,029	,013	,130	,897	,966	1,035
	Sensação	-,023	,049	-,048	-,466	,642	,857	1,167
	Pensamento	,084	,044	,188	1,890	,062	,929	1,077
	Juízo	-,073	,037	-,199	-1,971	,051	,903	1,107

a. Dependent Variable: Optimismo

ANEXO V

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,276 ^a	,076	,039	2,254	1,645

a. Predictors: (Constant), **Percepção**, Pensamento, Extroversão, Sensação

b. Dependent Variable: Optimismo

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	42,178	4	10,545	2,075	,090 ^a
	Residual	513,331	101	5,082		
	Total	555,509	105			

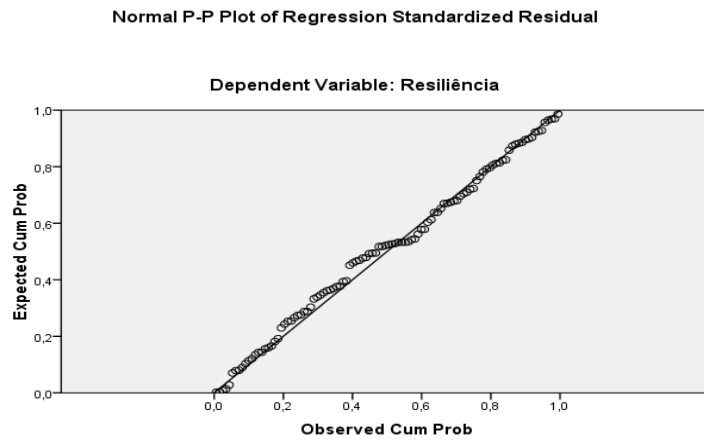
a. Predictors: (Constant), **Percepção**, Pensamento, Extroversão, Sensação

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	12,695	1,092		11,630	,000		
	Extroversão	,003	,029	,009	,093	,926	,963	1,038
	Sensação	-,024	,049	-,051	-,492	,624	,867	1,154
	Pensamento	,078	,044	,175	1,754	,083	,924	1,082
	Percepção	,073	,035	,206	2,057	,042	,916	1,092

a. Dependent Variable: Optimismo

ANEXO W

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Resiliência
N		106
Normal Parameters ^a	Mean	62,95
	Std. Deviation	8,372
Most Extreme Differences	Absolute	,068
	Positive	,060
	Negative	-,068
Kolmogorov-Smirnov Z		,702
Asymp. Sig. (2-tailed)		,708

a. Test distribution is Normal.

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	930,195	4	232,549	3,654	,008 ^a
	Residual	6428,570	101	63,649		
	Total	7358,764	105			

a. Predictors: (Constant), Juízo, Pensamento, Extroversão, Sensação

b. Dependent Variable: Resiliência

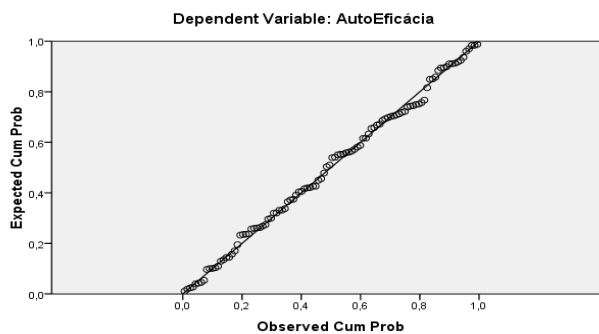
ANEXO X

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		AutoEficácia
N		106
Normal Parameters ^a	Mean	44,95
	Std. Deviation	6,923
Most Extreme Differences	Absolute	,076
	Positive	,045
	Negative	-,076
Kolmogorov-Smirnov Z		,780
Asymp. Sig. (2-tailed)		,577

a. Test distribution is Normal.

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1012,258	4	253,064	6,357	,000 ^a
	Residual	4020,506	101	39,807		
	Total	5032,764	105			

a. Predictors: (Constant), Juízo, Pensamento, Extroversão, Sensação

b. Dependent Variable: AutoEficácia

ANEXO Y**ANOVA^b**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1047,821	4	261,955	6,639	,000 ^a
	Residual	3984,943	101	39,455		
	Total	5032,764	105			

a. Predictors: (Constant), Percepção, Pensamento, Extroversão, Sensação

b. Dependent Variable: AutoEficácia