

Universidade Nova de Lisboa
Instituto Superior de Psicologia Aplicada

Sucesso no envelhecimento e histórias de vida em idosos
sócio-culturalmente muito e pouco diferenciados

Nuno Maria Bleck da Silva Amado

Dissertação de Doutoramento em Psicologia Aplicada
Psicologia do Desenvolvimento

Orientador:
Prof. Doutor António Moreira Diniz

2008

Barzun is usually out of bed by 6 A.M. He brews coffee, reads the *San Antonio Express-News*, exercises for forty minutes, and heads down the hall to his study. After lunch, he dips into the manuscripts and books that people send him, answers letters, and takes calls from family members and friends. In the afternoon, he likes to read in the sunroom (...). Cocktails are at six-thirty (Barzun favors Manhattans); a light dinner follows, then a session with the *New York Times*. Barzun doesn't watch TV and is usually in bed by nine-thirty.

He's five inches shorter than he used to be, a decrease due to aging and spinal stenosis, which causes pain and numbness in the legs. He relies on a cane or a walker to get around, and, as one might expect, he is alert to the irony of aging: when time is short, old age takes up a lot of time. There are doctors' visits, tests to be suffered, results to wait for, ailments and medications to be studied—all distractions from the work. "Old age is like learning a new profession," he noted drily. "And not one of your own choosing."

Barzun levanta-se habitualmente às 6 da manhã. Prepara café, lê o *San Antonio Express-News*, faz 40 minutos de exercício, e atravessa o *hall* para o seu escritório. Depois do almoço, mergulha nos manuscritos e livros que as pessoas lhe enviam, responde a cartas, e recebe familiares e amigos. À tarde, gosta de ler na sala (...). Às seis e meia *Cocktails* (Barzun prefere *Manhattans*); segue-se um jantar leve, e depois uma sessão com o *New York Times*. Barzun não vê televisão e, normalmente, está na cama pelas nove e meia.

Ele está cinco polegadas mais baixo, uma diminuição devida ao envelhecimento e à estenose da espinha, que lhe causa dor e dormência nas pernas. Confia numa bengala para se deslocar e, como seria de esperar, está alerta para a ironia do envelhecimento: quando o tempo é escasso, a velhice toma muito tempo. Existem visitas de médicos, testes que têm que ser realizados, resultados pelos quais se tem que aguardar, remédios e medicações para serem estudadas – tudo distrações do trabalho. "A velhice é como aprender uma nova profissão" comenta secamente. "É uma que não foi escolha do próprio."

Arthur Kristal, na *New Yorker* de Outubro 2007, em ensaio sobre Jacques Barzun a propósito do seu centésimo aniversário

Aos meus pais.

Todos os livros da biblioteca não seriam suficientes para descrever a minha admiração e gratidão. Nenhum estudo, tese ou carreira me poderá ensinar mais do que o que aprendi e aprendo com vocês. Será um prazer ver-vos envelhecer felizes.

Agradecimentos

Ao Professor António Moreira Diniz, incansável no seu apoio, generoso com o seu tempo, trabalho e conhecimento.

A todos os adultos idosos que participaram nesta tese, especialmente aos que tiveram a gentileza de partilharem a sua história de vida comigo.

Aos Centros de Dia, e a todos os seus funcionários pela cooperação e disponibilidade.

À minha extensa família pela ajuda e entusiasmo.

A todos que colaboraram na tradução das provas, especialmente à Sofia, nunca hesitante em ajudar.

Aos meus amigos. Fieis, disponíveis e entusiastas.

À Dr. Elsa Jorge cuja colaboração foi de tal valor que várias gerações dos meus descendentes lhe estarão ainda em dívida.

À minha prima Mafalda, que sempre me incentivou a escrever um livro. Uma tese conta?

Aos meus sublimes irmãos:

À Madalena, minha irmã mais velha apesar de nascida dois anos depois de mim, leitora atenta, crítica astuta e apoiante incondicional.

Ao Miguel, generoso nos grandes e nos pequenos gestos, paciente como mil monges budistas (High-five!).

À memória dos meus avós.

À minha avó Nenette, com saudade e ternura. Sinto especialmente falta do seu humor refinado e das nossas conversas/lições de francês.

Ao meu avô Cândido. Com ele cresci e vivi. Acompanhei o seu envelhecimento dia a dia, durante quase três décadas. Partilhámos inúmeras refeições onde, exímio e compulsivo contador de histórias, me narrou mil e um episódios da sua vida milhão e meio de vezes. Manifestou sempre curiosidade pela minha tese. Em momentos de humor, frequentes nele, dizia-me que o envelhecimento era “Uma chatice, pá!”.
Graças ao tempo que passámos juntos sei que é bem mais do que isso.

A todos os que contribuíram para a realização da tese, que constrangimentos de espaço e memória me impedem de mencionar individualmente, incluindo professores, autores, colegas, funcionários, bibliotecários, assistentes sociais, assistentes informáticos e compositores.

Resumo

As alterações demográficas das últimas décadas, bem como o espantoso aumento da esperança média de vida, levaram a que o grupo etário com maior crescimento seja, actualmente, o das pessoas com mais de 65 anos (Instituto Nacional de Estatística, 2007). É, pois, cada vez mais fundamental a compreensão dos processos envolvidos no envelhecimento, dos requisitos necessários para o seu sucesso e dos obstáculos que o impedem.

Tendo em conta que os factores socio-económicos e culturais afectam a vivência do envelhecimento, pretendeu-se contrastar dois grupos sócio-culturalmente muito e pouco diferenciados, através da realização de dois estudos sobre o sucesso no envelhecimento.

Para o primeiro estudo, de cariz quantitativo, recorreu-se a uma amostra de 194 adultos idosos voluntários com idades compreendidas entre os 65 e os 100 anos ($M = 76$). Foram elaborados e testados dois modelos preditores do sucesso no envelhecimento. Estes modelos continham, como variáveis exógenas, a posição social, o género, e a pertença à terceira ou quarta-idade. Como variáveis endógenas, a sabedoria, os comportamentos de selecção, optimização e compensação (SOC), a força da fé e o bem-estar subjectivo (BES). No primeiro modelo proposto (A), o BES foi operacionalizado através do cálculo do bem-estar total, que integrava afectos positivos, afectos negativos e satisfação com a vida. No segundo modelo (B), o BES foi operacionalizado através de duas variáveis, os afectos negativos e o bem-estar positivo, integrando afectos positivos e satisfação com a vida.

Através da modelação de equações estruturais (*LISREL* 8.53; Jöreskog & Sörbom, 2002), e após a validação factorial das provas que operacionalizaram as variáveis endógenas dos modelos, verificou-se que todos os preditores do bem-estar total eram estatisticamente significativos. Os homens, os sujeitos de posição social elevada, os que atravessavam a terceira-idade e os que demonstravam níveis elevados de comportamentos SOC, sabedoria e força da fé, mostraram maior bem-estar total. No modelo B, as mulheres, os sujeitos na quarta-idade, e os com pouca força da fé mostraram maiores níveis de afectos negativos, ao passo que os sujeitos de posição social elevada, com níveis elevados de sabedoria e comportamentos SOC mostraram maior bem-estar positivo. A presença de afectos negativos revelou-se associada a um menor bem-estar positivo.

O segundo estudo, de carácter qualitativo, envolveu a realização de seis histórias de vida junto de participantes do primeiro estudo que haviam revelado níveis extremos de bem-estar total. Na análise das histórias de vida, além de se recorrer às categorias pré-definidas propostas por McAdams (1993), e às associadas aos modelos de sucesso no envelhecimento, identificaram-se outras categorias, emergentes do discurso dos sujeitos. Estas análises realçaram a necessidade de atender à singularidade de cada adulto idoso, tendo-se verificado a imensa influência das relações sociais e do contexto cultural no desenvolvimento. Ao contrário dos sujeitos de baixo bem-estar total, que centravam o seu discurso em problemas de saúde, os de elevado bem-estar total pareciam ser capazes de atribuir significado e coerência à sua vida, inclusive face às dificuldades e à doença.

A complementaridade dos dois níveis de análise utilizados, nomotético e ideográfico, mostrou-se fecunda para o estudo do sucesso no envelhecimento.

Dos estudos realizados destaca-se a importância da posição social, género, pertença à terceira ou quarta-idade, força da fé, sabedoria, e, especialmente, dos comportamentos SOC, para a compreensão e a intervenção no sucesso no envelhecimento

Abstract

The demographic evolution of the last decades, with the amazing extension of the average life expectancy, made the people above 65 the fastest growing age group of today (Instituto Nacional de Estadística, 2007). It is, thus, fundamental to further the understanding of the processes related to aging, of the bases for its success and the obstacles in its way.

Considering that socio-economic and cultural factors affect the experience of aging, a contrast between two groups, a low socio-culturally one and a high one, was attempted through the conduction of two studies on successful aging.

The first study, of a quantitative nature, employed a sample of 194 old-aged adults, with ages ranging from 65 to 100 years ($M = 76$). Two models of successful aging were elaborated and tested. These models possessed, as exogenous variables, social position, gender, and third vs fourth-age. Wisdom, selection, optimization and compensation (SOC) behaviors, strength of faith and subjective well-being (SWB) were the endogenous variables. In the first model (A), SWB was operationalized as total well-being, integrating positive affect, negative affect and life satisfaction. In the second model (B), SWB was operationalized by two variables, negative affect and positive well-being, which integrated positive affect and life satisfaction.

Through structural equation modeling (LISREL 8.53; Jöreskog & Sörbom, 2002), and after the factorial validation of the instruments chosen to operationalize the endogenous variables of the models, it was observed that all predictors of total well-being were statistically significant. Men, high social position subjects and those with high levels of SOC behaviors, wisdom and strength of faith, showed higher levels of total well-being. In the model B, women, subjects on the fourth-age and those with low levels of strength of faith showed higher levels of negative affect, while the high social position subjects, with high levels of wisdom and SOC behaviors showed higher positive well-being. The presence of negative affect was related to less positive well-being.

The second study, of a qualitative nature, dealt with the narration of six life stories by participants who, in the first study, had shown extreme levels of total well-being. In the analysis of the life stories, not only pre-determined categories derived from McAdams (1993, 1996) and from the successful aging models were used, but other categories, which emerged from the old-aged adults narratives, were identified. These

analyses stressed the need to take into account the individuality of each old-aged adult, showing the enormous influence of social relations and cultural context on personal development. While participants with low levels of total well-being made health problems the center of their narratives, high level total well-being participants seemed able to find significance and coherence in their lives, even when regarding difficulties and disease.

The complementarities of both levels of analysis used, ideographic and nomothetic, showed themselves to be fruitful for the study of successful aging.

From the studies, we highlight the importance of social position, gender, third and fourth-age, strength of faith and, specially, of SOC behaviors for the intervention and understanding of a successful aging.

Índice

Introdução	1
Parte I: Revisão da literatura e problema de investigação	5
1 Envelhecimento humano	7
1.1. Nota prévia sobre o envelhecimento	7
1.2. Teorias sobre o envelhecimento	10
1.3. A teoria de Erikson do desenvolvimento psico-social	12
1.3.1. Virtudes e críticas à teoria de Erikson	17
1.4. Dan McAdams: integrando desenvolvimento e narrativa	20
1.4.1. Características do <i>self</i> moderno	21
1.4.2. Histórias de vida	22
1.5. A psicologia desenvolvimental do ciclo-de-vida	29
2. Adaptação no envelhecimento	35
2.1. A meta-teoria da selecção optimização e compensação	35
2.2. Teoria do controlo de Heckhausen e Schultz	37
2.3. Assimilação e acomodação segundo Brandtstädter	39
2.4. A teoria da selectividade socioemocional de Carstensen	41
3. Sabedoria	43
3.1. A sabedoria como meta-heurística de orquestração da mente e virtude em direcção à excelência	44

3.2. A sabedoria como integração de características cognitivas, reflexivas e afectivas da personalidade	45
3.3. A sabedoria como equilíbrio	46
3.4. A sabedoria como um constructo multi-dimensional	48
4. Religião, fé e sua relação com a velhice	51
4.1. O estudo da religião e da espiritualidade no âmbito da psicologia	51
4.2. A religião na velhice	54
5. Bem-estar subjectivo (BES)	57
5.1. Sobre a felicidade: perspectivas eudaimonica e hedónica	60
5.2.1. BES emocional	62
5.2.2. Satisfação com a vida	64
5.3. Teorias sobre o BES	64
5.4. Características pessoais, sociais, culturais e BES	67
5.4.1. Variáveis sócio-demográficas e BES	67
5.4.2. Personalidade e BES	69
5.4.3. Relações sociais, casamento e BES	72
5.4.4. Cultura e BES	73
5.4.5. BES e adultos idosos	74
6. Formulação do problema de investigação	77

Parte II: Dois estudos sobre o envelhecimento	83
7. Estudo 1: Modelos preditores do sucesso no envelhecimento	85
7.1. Validação factorial da versão reduzida do <i>Santa Clara Strength of Religious faith Questionnaire (SCSRFQ)</i>	90
7.2. Validação factorial da <i>Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)</i>	98
7.3. Validação factorial do <i>Life Satisfaction Index – A (LSI - A)</i>	102
7.4. Validação factorial da versão reduzida do <i>SOC Questionnaire</i>	106
7.5. Validação factorial da <i>Self Assessed Wisdom Scale (SAWS)</i>	109
7.6. Teste dos Modelos Preditores do Sucesso no Envelhecimento	115
8. Estudo 2: Histórias de vida em adultos idosos muito e pouco sócio-culturalmente diferenciados	123
8.1. A história de vida e a psicologia	123
8.2. Histórias individuais	131
8.2.1. A história de Maria	133
8.2.2. A história de Pedro	139
8.2.3. A história de Clementina	148
8.2.4. A história de Helena	155
8.2.5. A história de João	163
8.2.6. A história de Jorge	170
8.3. As histórias de vida: análise global	178

Conclusão	185
Nota Final	193
Referências bibliográficas	195

Índice de Figuras

Figura 1. Modelo preditor de sucesso no envelhecimento A	88
Figura 2. Modelo preditor de sucesso no envelhecimento B	89
Figura 3. Estrutura factorial da versão reduzida do <i>SCSRFQ</i>	97
Figura 4. Estrutura factorial da <i>PANAS</i>	101
Figura 5. Estrutura factorial do <i>LSI-A</i>	105
Figura 6. Estrutura factorial da versão reduzida do <i>SOC Questionnaire</i>	108
Figura 7. Estrutura factorial da <i>SAWS</i>	112
Figura 8. Teste do modelo unifactorial da Sabedoria	113
Figura 9. Teste do modelo preditor do sucesso no envelhecimento A	116
Figura 10. Teste do modelo preditor do sucesso no envelhecimento B	119

Índice de Tabelas

Tabela 1. Distribuição percentílica das variáveis z SOC, z Fé, z SAB e BEtotal	126
Tabela 2. Distribuição dos participantes de acordo com o seu BES, Posição Social e Género	126

Índice de Anexos

Anexo I. Quadro de Posições Sociais	225
Anexo II. <i>Mini Mental State Examination (MMSE)</i>	227
Anexo III. Questionário de Força da Fé Religiosa de Santa Clara: Versão Reduzida	231
Anexo IV. Autorizações para uso de provas	233
Anexo V. Ficha Sócio-demográfica	239
Anexo VI. Termo de consentimento informado para a participação no Estudo 1	241
Anexo VII. Teste da estrutura factorial da versão reduzida do QFFRSC	243
Anexo VIII. Escala de Afectos Positivos e Negativos (EAPN)	247
Anexo IX - Teste da estrutura factorial da EAPN	249
Anexo X. Índice de Satisfação com a Vida – A (ISV-A)	259
Anexo XI. Teste do modelo da estrutura factorial do ISV – A	261
Anexo XII. Questionário SOC	269
Anexo XIII. Teste do modelo da estrutura factorial da versão reduzida do Questionário SOC	271
Anexo XIV. Escala de Auto-Avaliação de Sabedoria (EAAS)	275
Anexo XV. Teste do modelo da estrutura factorial da EAAS	277
Anexo XVI. Teste do modelo unifactorial da EAAS	291
Anexo XVII. Teste do modelo preditor de sucesso no envelhecimento A	295
Anexo XVIII. Teste do modelo preditor de sucesso no envelhecimento B	301
Anexo XIX. Termo de consentimento informado para a realização de história de vida	307

Introdução

Nunca, na história da humanidade, tantos viveram tanto tempo. As enormes mudanças científicas, sociais e políticas do último século acarretaram uma revolução demográfica sem precedentes. Passou-se de um modelo de elevada natalidade e elevada mortalidade para um modelo de baixa mortalidade e baixa natalidade. Esta mudança traz consigo enormes consequências sociais. No centro de tudo está o envelhecimento populacional. O grupo etário com maior taxa de crescimento é, actualmente, o grupo acima dos sessenta anos, prevendo-se que em 2020, em Portugal, esse grupo constituirá cerca de um quinto da população (Instituto Nacional de Estatística [INE], 2002). Em vários países tal já ocorre (*World Health Organization [WHO]*, 2002). Em Portugal, o índice de envelhecimento, que reflecte a relação entre o número de idosos (65 ou mais anos) e o de jovens (entre os 0 e os 14 anos), ultrapassou pela primeira vez os 100 em 1999, estando em 2001 nos 103 (INE, 2002). Esta tendência tem-se mantido, e é possível que o número de adultos idosos possa mais do que duplicar os de jovens até 2030 (INE, 2007).

O envelhecimento, quer ao nível do indivíduo, quer da população, constitui um fenómeno multifacetado digno de abordagem por várias ciências. O problema tem vertentes sociais, culturais, económicas, políticas, filosóficas, tecnológicas, espirituais e psicológicas. Expressões como *gray power* ou revolução grisalha foram criadas para tentar explicitar o impacto destas alterações demográficas, nomeadamente o recentemente adquirido poder político dos adultos idosos, fruto da demografia (Hornblower, 1988). O efeito desta revolução é enorme, afectando, por exemplo, os sistemas e serviços de saúde, a segurança social, o mundo laboral e a vida do dia-a-dia (onde pela primeira vez o número de cabeças grisalhas supera de forma extraordinária o número de crianças). Mas não se deve esquecer que é motivo de celebração. É o fruto de melhores medicamentos, melhor alimentação, melhor saneamento básico, melhores cuidados de saúde, melhores habitações. É, também, um desafio enorme à capacidade e criatividade humana. Apenas nos últimos cinquenta anos o progresso realizado é extraordinário, indo dos aparelhos auditivos às universidades da terceira-idade, dos produtos ortopédicos aos Centros de Dia, do tratamento das cataratas aos avanços no diagnóstico e tratamento do cancro. Por muitos cuidados, problemas e dificuldades que sejam colocados pela existência de um número tão elevado de adultos idosos, esta deve ser, acima de tudo, motivo de orgulho.

Embora o estudo dos adultos idosos e do envelhecimento tenha sido sempre alvo de especulações filosóficas e, no século XIX, científicas, ele só se constituiu como disciplina específica, a gerontologia, recentemente (Paúl, 2005). O Antigo Testamento, um dos mais antigos textos escritos, já refere o envelhecer e diferentes formas sociais de percepção dos idosos. Hipócrates, Platão e Aristóteles criaram teorias sobre o envelhecimento (Minois, 1999). Cícero, o filósofo romano, escreveu um livro sobre o assunto, intitulado “De senectute”. Séneca, na sua correspondência, e Montaigne, nos seus ensaios, apontavam o envelhecimento como a altura em que o sujeito se retirava dos assuntos mundanos e se dedicava à filosofia.

No último século, a obra de Stantley Hall, *Senescence, the second half of life*, publicada em 1922, constitui-se como um marco da gerontologia, tendo sido precedida pelos estudos de Quetelet e Galton (Paúl, 2005).

Desde a década de 1980 que a gerontologia começa a ganhar estatuto, e que a complexidade do fenómeno do envelhecimento começa a produzir um frutuoso e intenso diálogo inter-disciplinar (Birren & Schroots, 1996). O culminar desta atenção foi a Resolução 47/5, por parte das Nações Unidas (1992), declarando o ano de 1999 como o ano das pessoas idosas. Existem muitos autores e programas de investigação debruçados apenas sobre a temática do envelhecimento. A visão dominante é a de que ele é um fenómeno bio-psico-social. As suas ramificações são muitas e complexas.

Em Portugal, só muito recentemente as investigações sobre o envelhecimento começaram a realizar a transição das revistas científicas para as prateleiras das livrarias, como é atestado pelas publicações, muito recentes, de Lima (2004), Fonseca (2004), Oliveira (2005), Paúl e Fonseca (2005) e Marchand (2005).

Pretendemos apresentar neste trabalho, primeiro uma breve síntese sobre os tipos de envelhecimento e sobre algumas das principais teorias surgidas na literatura nos últimos cinquenta anos. Tal síntese mostrará que o envelhecimento deve ser encarado como um fenómeno heterogéneo. Em seguida, apresentaremos a teoria do desenvolvimento psico-social de Erikson (1980, 1982), onde se verá o envelhecimento como uma fase específica do ciclo-de-vida, com características únicas, não necessariamente boas ou más. Esta teoria fornece um primeiro contexto para compreender as mudanças operadas no envelhecimento e a sua diferença e relação com as fases prévias do ciclo-de-vida. Após a apresentação e debate da teoria de Erikson, sintetizamos a teoria da formação da identidade de McAdams (1993, 1996) que integra pressupostos de Erikson com aspectos narrativos e, dentro destes, a ideia de que a construção da identidade está

relacionada com a história de vida do sujeito. A psicologia desenvolvimental do ciclo-de-vida (Baltes, 1987, 1997), apresentada depois é, talvez, a concepção dominante da actualidade, tomando como princípio uma co-construção bio-cultural e histórica do desenvolvimento, permitindo encarar o envelhecimento não como uma fase de declínio, mas como um período específico do ciclo-de-vida, sujeito a múltiplas influências, onde ocorrem perdas, mas também ganhos. Com estas três concepções pretendemos demonstrar a heterogeneidade do envelhecimento, bem como aspectos específicos que condicionam a vivência dos adultos idosos, como a proximidade da morte e o predomínio das perdas sobre os ganhos, mais acentuado ainda na chamada quarta-idade.

No capítulo sobre adaptação no envelhecimento, abordamos a importância da redefinição de objectivos e da capitalização de recursos para um sucesso no envelhecimento. Várias teorias relativas a esta temática serão apresentadas, lidando com aspectos como gestão de ganhos e perdas e hierarquização de objectivos e prioridades, com uma ênfase especial para a meta-teoria da selecção, optimização e compensação do grupo de Berlim (Freund & Baltes, 1998, 2002).

Estando apresentadas várias formas de os adultos idosos lidarem com as dificuldades características do envelhecimento, viramo-nos para o constructo mais associado ao seu lado positivo, a sabedoria. Em diferentes e variadas teorizações, esta é sempre apontada como o ganho por excelência da velhice. Apresentaremos então algumas das principais teorias psicológicas sobre a sabedoria, sublinhando a forma como o constructo é operacionalizado.

Terminado este capítulo, seguimos com uma revisão da literatura sobre a religião e a fé e a sua relação com o envelhecimento. São vários os motivos que nos levam a escolher a religião como uma variável privilegiada no estudo do envelhecimento, mas entre eles destacam-se dois: o primeiro prende-se com a eficácia da religião como sistema de *coping* na velhice; o segundo diz respeito à necessidade de sentido, e por vezes de transcendência, que é superior nas pessoas idosas, sendo muitas vezes satisfeita pela fé e religião (Coleman & O'Hanlon, 2004). Contudo, como veremos, existem uma série de considerações a ter em conta no estudo destas relações, e que são ainda mais prementes pelo estudo destes fenómenos ser recente e envolto em polémica.

No capítulo seguinte, abordamos o estudo do bem-estar. Inicialmente realizamos a distinção entre duas perspectivas sobre o mesmo. A *eudaimonica* e a *hedonista*. É dentro da segunda perspectiva que nos filiamos. Segue-se uma breve resenha sobre a avaliação cognitiva do bem-estar e sobre o bem-estar afectivo, e o debate em torno da

independência vs bipolaridade de afectos positivos e negativos. Apresentamos depois várias teorias explicativas sobre a origem do bem-estar, incluindo a distinção de teorias topo-base e base-topo, a teoria dos padrões relativos e as teorias baseadas na consecução de objectivos. Prossegui-mos o capítulo com a revisão dos estudos sobre a influência de pessoais, sociais e culturais no bem-estar. Concluimos com uma descrição das relações do bem-estar com a idade, com especial enfoque na velhice.

Após a revisão da literatura formulamos o problema de investigação, enunciando os objectivos deste trabalho. Segue-se a elaboração dos nossos modelos de sucesso no envelhecimento, e a exposição dos estudos necessários para o seu teste. Feita a apresentação e discussão dos resultados obtidos, ocorre uma mudança de método e de abordagem. Dos estudos nomotéticos, quantitativos, passamos para uma perspectiva ideográfica, qualitativa, apresentando as histórias de vida de seis idosos, escolhidos por possuírem níveis excepcionais de bem-estar subjectivo (quer positivos, quer negativos). É descrito método utilizado para abordar as narrativas, que são sinteticamente apresentadas, com a sua análise e discussão. Segue-se a conclusão global, onde sintetizamos os resultados das duas abordagens, debatemos as limitações e resultados dos estudos e realizamos sugestões para pesquisas futuras e possíveis intervenções junto de adultos idosos.

Parte I:

Revisão da literatura e problema de investigação

1. Envelhecimento Humano

1.1. Nota prévia sobre o envelhecimento

Toda a atenção de que o envelhecimento tem sido alvo nos últimos anos será pouco útil se se tomar os adultos idosos como um grupo homogéneo. A realidade é que são um grupo heterogéneo a vários níveis, por exemplo, cultural, sócio-económico e em termos de saúde (Schroots, Fernández-Ballesteros, & Rudinger, 1999). Têm ocorrido várias tentativas de estabelecer padrões de envelhecimento que estabeleçam categorias significativas para distinguir processos de envelhecimento. Uma das primeiras foi a de Busse (1969) que designou dois tipos de envelhecimento. Um deles é o *envelhecimento primário* e diz respeito a mudanças intrínsecas e irreversíveis decorrentes do envelhecimento. O outro é o *envelhecimento secundário* respeitante às doenças associadas à idade mas reversíveis ou de prevenção possível. Birren e Schroots (1996), posteriormente acrescentaram um terceiro tipo, o *envelhecimento terciário*, que diz respeito a mudanças que ocorrem de forma precipitada na velhice. Este envelhecimento terciário poderia também ser apelidado de declínio terminal e implica que pouco antes da morte existe um declínio rápido e acentuado. A universalidade deste processo está ainda em causa. Estas classificações foram alvo de uma renomeação, passando o envelhecimento primário a ser designado como envelhecimento normal ou saudável, e o envelhecimento secundário como envelhecimento patológico. Para evitar a ênfase na patologia que muitos dos estudos sobre envelhecimento tinham tomado até então, com um foco quase exclusivo na avaliação da doença, na disfuncionalidade, na esperança média de uma vida saudável e em conceitos afins, Row e Kahn (1987) propuseram uma distinção, dentro do envelhecimento considerado saudável ou não patológico, entre envelhecimento usual (não patológico mas de alto risco) e de sucesso (baixo risco e alto nível de funcionabilidade).

Além da diferenciação entre os vários tipos do envelhecimento será importante dar conta das várias áreas de estudo da gerontopsicologia. Assim, Birren e Schroots (1996) apontam três áreas. Na primeira o enfoque é colocado sobre as pessoas idosas e a última fase da vida. Os autores apontam uma certa tendência preconceituosa em alguns destes estudos, focando-se demasiado nos aspectos negativos do envelhecimento. Perante o facto de que grande parte dos idosos vive de forma independente e tem elevados níveis funcionais, os autores consideram que deveria existir um equilíbrio maior entre os

aspectos não problemáticos do envelhecimento, subvalorizados, e os relativos ao declínio e doença, sobrevalorizados. A segunda grande área diz respeito à psicologia da idade, que lida com as diferenças etárias. Os estudos aqui são geralmente transversais. O que se tem vindo a descobrir é que a idade cronológica, como variável independente, pouca utilidade tem na compreensão do processo de envelhecimento. Uma terceira área de estudo é da psicologia do envelhecimento. Aqui a atenção recai sobre as mudanças regulares no comportamento depois da jovem adultez. Os estudos aqui são, muitas vezes, longitudinais.

Como já vimos, várias definições foram avançadas para diversos tipos de envelhecimento (saudável, patológico; primário, secundário). Uma distinção é, na nossa opinião, fundamental, e concerne a diferença entre terceira e quarta-idade. Apesar da marca inicial da entrada para a terceira-idade, sinalizada pela idade da reforma (65 anos), datar já do sistema de pensões estabelecido por Bismarck na Alemanha (Coleman & O'Hanlon, 2004), apenas nos anos setenta, por proposta por Neugarten (1974, cit por Baltes & Smith, 2003) se criou a oposição ente jovens idosos (*young old*) e velhos idosos (*old old*), sendo a primeira definida como o período entre os 65 e os 75 anos, e a segunda como o período depois dos 70 anos. Esta separação evoluiu para uma análoga, entre a terceira e a quarta-idade. Apesar de não existir uma barreira específica, dependendo a passagem entre idades de muitas variáveis (incluindo as sócio-demográficas) a distinção conceptual entre elas é útil e, tendo em conta o aumento exponencial de sujeitos vivendo a quarta-idade, essencial.

Existem duas formas de definir a terceira e quarta-idade que, mais do que vistas como concorrentes, devem ser encaradas como complementares (Baltes & Smith, 2003). A definição baseada na população, em que a transição da terceira para a quarta-idade ocorre quando 50% dos coortes (membros da mesma geração), já não estão vivos. Ou seja, alguém nascido em 1914 entrará na quarta-idade quando 50% das pessoas nascidas nesse ano não forem vivas. Assim procedendo, aumenta-se a probabilidade de que os sujeitos na quarta-idade estão de facto a sofrer processos de envelhecimento. De acordo com este critério de corte, a transição da terceira para a quarta-idade acontece, nos países desenvolvidos, entre os 75 e os 80 anos (Olshansky, Carnes, & Désesquelles, 2001). É possível refinar ainda mais este critério, excluindo sujeitos que morreram mais cedo. Assim, a transição da terceira para a quarta-idade ocorre na altura em que apenas 50% dos sujeitos que atingiram os 50 ou 60 anos de idade estão vivos. Tal coloca esta

transição, nos países desenvolvidos, entre os 80 e os 85 anos de idade (Baltes & Smith, 2003)

Outra forma de separar a terceira da quarta-idade é através de critérios individuais. Trata-se de estimar a duração máxima do ciclo-de-vida de um indivíduo ao invés duma média populacional. Actualmente, não contando com os sujeitos que possuem à partida doenças que lhes limitam a possibilidade de uma vida mais longa, considera-se que o ciclo-de-vida máximo de um indivíduo varia entre os 80 e os 120 anos de idade (Baltes & Smith, 2003). Assim sendo, a transição da terceira para a quarta-idade pode começar em alturas diferentes, iniciando-se aos 60 para alguns indivíduos e perto dos 90 para outros. Entretanto, a possibilidade da longevidade humana, da duração máxima que a vida humana pode alcançar, poder ultrapassar os 120 anos já referidos, está em aberto (Carnes & Olshansky, 2007). A importância de estabelecer uma distinção entre estes dois períodos etários prende-se com as suas características. A terceira-idade é aquela sobre a qual tem recaído uma certa visão idílica de alguma da literatura sobre os idosos. De facto, são vários os motivos de optimismo, contrastando com a visão negativa de apenas há algumas décadas, para os sujeitos nesta idade. Baltes e Smith (2003) apontam sete boas notícias: o aumento da esperança de vida; um considerável potencial latente para uma melhor forma (*fitness*) física e mental; gerações sucessivas mostrando ganhos de forma física e mental; provas de reservas cognitivo-emocionais da mente em envelhecimento; aumento da percentagem de pessoas que envelhece com sucesso; elevados níveis de bem-estar emocional e pessoal (*plasticidade-do-self*); e, a existência de estratégias para gerir os ganhos e perdas da velhice. Se a terceira-idade parece ser fonte de rejúbilo, a quarta-idade marca a passagem para o declínio inevitável, mesmo que se mantenha a hipótese de alguns ganhos. Baltes e Smith (2003) traçam cinco pontos de preocupação sobre esta fase da vida: perdas consideráveis de potencial cognitivo e capacidade para aprender; aumento da síndrome de stresse crónico; prevalência da demência (50% nas pessoas com 90 anos); elevados níveis de fragilidade, disfuncionalidade e multimorbilidade; e, a dúvida sobre uma morte digna nesta fase de vida.

Para o grupo de Berlim, cuja linha de pesquisa será apresenta adiante, as descobertas sobre a quarta-idade tornaram-se num foco de reflexão e preocupação (Baltes, 2003). Como será referido em maior pormenor, se a evolução “ignorou” o envelhecimento, quanto mais envelhecido um organismo, menos recursos possui, e menos eficazes se tornam os recursos da cultura. A quarta-idade é um território que, tendo em conta os

conhecimentos existentes sobre a história humana, poucas vezes foi ocupado, e nunca por tantas pessoas. Muitas questões éticas se levantam, sobre até que ponto será sensato estender a vida, não tomando em conta as consequências de perda de dignidade, autonomia e mesmo identidade que tal extensão pode acarretar.

Coleman e O'Hanlon (2004) apontam os 85 anos como a linha de transição entre a terceira e quarta-idade para os países ocidentais. Não obstante, apontam a relativa subjectividade de tal demarcação, focando a importância da fragilidade, acima da deficiência, como factor sinalizante da quarta-idade. Julgamos, contudo, que em Portugal, tendo em conta as características sócio-culturais da população, nomeadamente o seu baixo nível de escolaridade e um percurso desenvolvimental que, em muitos casos, decorreu em meios de privação e pobreza, será mais indicado utilizar os 80 anos como linha de demarcação. Este marco tem sido utilizado em vários estudos desenvolvidos no âmbito da linha de investigação "Transições na vida adulta: dinâmicas adaptativas do adulto idoso", coordenada por António Diniz no Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA), mostrando diferenças entre a terceira e quarta-idade, por exemplo, ao nível da experiência dos afectos (Amado & Diniz, 2008a), da satisfação com a vida (Diniz, Amado, & Gouveia, no prelo), e da força da fé (Amado & Diniz, 2008b).

1.2. Teorias sobre o envelhecimento

O *Committee of Human Development at the University of Chicago*, onde quer Neugarten, quer Havighurst, nomes preponderantes do estudo do envelhecimento, começaram as suas carreiras, formulou a primeira teoria psico-social do envelhecimento, resultante dum estudo realizado em *Kansas City*, envolvendo cerca de 700 indivíduos relativamente saudáveis e a viver nas suas residências, com idades entre os 40 e os 90 anos (Fonseca, 2005). A *teoria do desligamento* (Cumming & Henry, 1961, cit por Coleman & O'Hanlon, 2004) postulava que ao envelhecer, o indivíduo retirava-se progressivamente dos seus papéis sociais, centrando-se cada vez menos no meio e cada vez mais em si próprio. Esta retirada era acompanhada pela sociedade que substituí-a o adulto idoso por pessoas mais novas. O processo era irreversível a partir do seu começo, tendo expressão em diferentes e variadas culturas. Esta teoria sofreu fortes críticas (vd. Fonseca, 2005), sendo uma das principais a de que este desligamento não era muitas vezes voluntário. No entanto, tendo em conta o contexto cultural em que a

teoria surgiu, ela não é, de todo, desprovida de méritos. Ao invés de ver o idoso como um ser fraco, ou de avaliar o seu sucesso vendo até que forma era parecido com alguém de meia-idade, os autores proponentes da teoria defenderam uma especificidade psicológica do idoso e dos seus processos relacionais, atribuindo-lhe autonomia e encarando-o como um espírito livre, que, por já não estar preso a papéis anteriores, pode pensar e dizer o que quiser (Coleman & O'Hanlon, 2004).

Em oposição à teoria do desligamento surgiu a *teoria da actividade*, onde se relaciona a actividade com o bem-estar no envelhecimento (Kossuth & Bengtson, 1988; Papalia & Olds, 1995). Esta postula, entre outros princípios, que: a satisfação vital está vinculada a papéis familiares, sociais e laborais, e que há portanto que dotar os idosos de papéis apreciados socialmente; ao prolongar a actividade prolonga-se também a meia-idade e a adultez; a actividade depende do estado de ânimo (Rossel, 2004). No fundo, de acordo com esta teoria, o sucesso no envelhecimento é o não parecer envelhecido e agir como alguém de meia-idade. O sujeito deve pois continuar a agir como se estivesse na meia-idade e adiar o mais possível a entrada na velhice. Também esta teoria foi alvo de fortes críticas.

As teorias do desligamento e da actividade, passe as suas diferenças, possuem ambas o problema de postular uma fórmula geral aplicada a todos os idosos. Não têm em conta a multidireccionalidade do desenvolvimento, nem as diferenças de personalidade e de histórias de vida dos sujeitos. Não obstante, a teoria da actividade parece servir de base às intervenções junto dos idosos (Paúl, 1996, cit por Fonseca, 2005; Wadensten, 2003). Ao realizar o nosso estudo, foi notório que em muitos centros de dia a lógica de funcionamento passa pelo estabelecimento de uma agenda ocupada, em que a mesma actividade é proposta a todos os idosos, sem considerações sobre diferenças individuais. Mesmo na *WHO* (2002) a perspectiva adoptada é a do *envelhecimento activo*, considerado como indo além da saúde, esperando-se dos idosos participação activa e frequente em contextos sociais, familiares, educativos e outros.

Por seu lado, na *teoria da continuidade* (Havens, 1968) é postulado que, ao adaptar-se ao processo de envelhecimento, o indivíduo procura capitalizar os recursos e estratégias prévias, que funcionaram em períodos precedentes do ciclo-de-vida. O envelhecimento é apenas uma continuação dos hábitos, preferências e disposições anteriores. Embora esta teoria não preconize uma fórmula igual para todos os idosos, não toma em consideração mudanças significativas no desenvolvimento que pedem mais do que a adaptação de recursos anteriores, já que existem circunstâncias novas,

nunca antes vividas e em relação às quais as soluções utilizadas na meia-idade pouco sucesso terão.

Uma das teorias que mais encara o envelhecimento como uma fase específica e única é a da *gerotranscendência* de Lars Törnstrom (1997, 2003). A gerotranscendência corresponde a uma mudança de perspectiva, passando de uma visão materialista e pragmática do mundo para uma visão mais cósmica e transcendente, acarretando um aumento na satisfação de vida e no bem-estar. Com o envelhecimento ocorre um desenvolvimento em direcção à sabedoria. O sujeito gerotranscendente experimenta um novo entendimento de questões fundamentais, com ecos espirituais e existenciais, redefinição sobre tempo e espaço, vida e morte, e muitas vezes um sentimento de comunhão com uma entidade cósmica. Num estudo realizado pelo autor (Törnstrom, 1997), a gerotranscendência foi operacionalizada em três dimensões: transcendência cósmica, coerência, e necessidade de solidão. Verificou-se que todas aumentavam com a idade. Porém, os sujeitos podem desenvolver as diversas facetas da gerotranscendência em diferentes ritmos, podendo esse desenvolvimento ser ajudado ou contrariado por diferentes forças, como por exemplo pelo pessoal das instituições de cuidados de idosos. Importante nesta formulação teórica, é a perspectiva prática que oferece, nomeadamente para os profissionais de saúde lidando com idosos, tendo-se verificado que a utilização deste quadro conceptual é um benefício para quer cuidadores, quer idosos (Wandén, 2003).

1.3. A teoria de Erikson do desenvolvimento psico-social

Erik Erikson é um dos mais conhecidos teóricos do desenvolvimento. Ele elaborou um enorme corpo teórico que visa a descrição integrada dos muitos e diferentes aspectos do ciclo-de-vida (1980, 1982), o qual contribuiu para mudanças na forma como este era perspectivado. Isto ocorreu, nomeadamente quanto à adolescência e à velhice, onde os conceitos por ele desenvolvidos (como crise de identidade ou generatividade) tiveram, na altura, um carácter inovador. Das teorias de estádios, só talvez a de Freud e Piaget são mais conhecidas. Contudo, Erikson (1980, 1982) foi o primeiro a abranger todo o ciclo-de-vida. Para ele o desenvolvimento é um processo do nascimento à morte onde a biologia e a sociedade interagem de diferentes formas em diferentes momentos. O desenvolvimento ocorre, pois, segundo o que Erikson chama de o princípio epigenético. Este princípio remete para a existência de uma ordem pré-determinada no

desenvolvimento. Contudo, esta ordem não deve ser vista de forma demasiado rígida. Certos críticos interpretam por vezes a teoria de Erikson como demasiado presa à evolução biológica (Fonseca, 2005), o que é falso. Erikson era muito sensível às questões culturais, tendo estado envolvido em estudos de carácter antropológico e psicobiográfico. A própria teoria tem o nome de teoria psico-social do desenvolvimento. Nesta, a predeterminação é tão biológica quanto social. Afinal, é sempre mais provável que se crie uma relação afectiva antes de se criar filhos e que a preocupação com a educação destes ocorra antes da preocupação com o legado, associada à generatividade. Apresentaremos a sua teoria com algum pormenor para poder explicar como esta é bastante mais abrangente e flexível do que a visão apresentada por alguns autores. As obras de Erikson a partir das quais realizamos a síntese a apresentar são: *Identity and the life cycle* (1980) *Childhood and Society* (1950) e *The Life Cycle Completed* (1988), complementadas pelo comentário de Sugarman (2000) à teoria de Erikson.

Sendo um seguidor de Freud, Erikson pegou em muitas das suas ideias e acrescentou-lhes a questão da influência da sociedade, que, na altura, era quase totalmente ausente do discurso psicanalítico. De Freud, Erikson utilizou também o conceito de crise. Em cada estágio do desenvolvimento existe uma crise. Progressivamente o conceito passou a designar algo como tarefa desenvolvimental. As crises são constituídas por uma oposição entre dois pólos. Confiança básica *versus* desconfiança básica, autonomia *versus* vergonha e dúvida, etc. Assim, tal como em Freud, o desenvolvimento pode ocorrer de forma patológica se as crises forem mal resolvidas. Por outro lado, cada estágio pode trazer uma nova virtude. Note-se que ao contrário de Piaget, para passar de um a outro estágio do desenvolvimento não é preciso superar estas crises. Outro aspecto que é importante referir é o de que, embora cada crise/tarefa seja central a um estágio do desenvolvimento, estas mantêm-se mais ou menos presentes através de toda a vida e podem ser abordadas noutras alturas da vida. Um exemplo é a situação de divórcio por altura da meia-idade que pode levar ao reviver de questões ligadas com a intimidade ou mesmo identidade, as quais são tarefas pertencentes a estádios anteriores.

Passamos em seguida a apresentar os estádios de desenvolvimento do Ego, segundo Erikson. Apesar de o nosso estudo se focar apenas nos dois estádios finais, descrevemos todos os estádios para ser possível a contrastação com a perspectiva de McAdams (apresentada a seguir), e, também, por certos conceitos, como a generatividade, serem hoje em dia alvo de estudo na velhice.

Oral-sensitivo (dos 0 ao 1 ano de idade): entre a confiança básica e a desconfiança básica. Nesta fase a criança herda dos pais a ideia de que o mundo é um local razoavelmente seguro, com pessoas de confiança que gostam dela e com as quais se pode contar. A confiança estende-se não só do meio-ambiente e dos outros mas também sobre o próprio corpo e as suas funções. Um exemplo de que o bebé está a desenvolver-se no sentido da confiança básica é a sua capacidade de permitir à mãe (ou outro cuidador) sair do seu campo de visão sem sofrer de uma angústia ou raiva extremas. Porém, se os pais são inadequados ou não transmitem confiança, se rejeitam, perturbam ou ignoram o bebé, este penderá para a desconfiança básica. O mundo parecer-lhe-á um local inseguro e verá as pessoas de forma desconfiada e apreensiva. Erikson salientava que apesar do desenvolvimento “desejável” ser no sentido da confiança básica, deve sempre existir um pouco de desconfiança para protecção própria.

A virtude que se pode alcançar neste estágio é a *Esperança*, a crença de que no fim as coisas correrão bem, de que se será capaz de superar as adversidades, dificuldades e contratempos que qualquer vida possui e que são inerentes à tarefa de viver. Neste estágio a manifestação social é a religião e a fé.

Anal-Muscular (dos 2 aos 3 anos): entre a autonomia e a dúvida e vergonha. Se os pais permitirem à criança explorar e interagir com o seu ambiente esta desenvolverá um sentimento de autonomia e independência. É a altura do querer fazer, da insistência e da persistência. Como nesta fase a criança ainda não sabe muitas coisas sobre as suas próprias capacidades e sobre o mundo, sobre o que é possível e impossível corre o risco de falhar e de ser ridícula, desenvolvendo sentimentos de ridículo e vergonha. A criança começa a duvidar das suas capacidades e pode assim diminuir as suas iniciativas. Cabe aos pais assegurarem que todo o esforço das crianças em fazer não é em vão. A virtude que se pode alcançar neste estágio é a *Vontade*. A vontade de fazer e criar, de ir e de descobrir. Mais uma vez, apesar de a autonomia ser desejável deve evitar-se o seu extremo, que traz consigo impulsividade. Um certo grau de desconfiança das nossas capacidades é sempre salutar. A manifestação social deste estágio é a lei e ordem. Esta espelha a procura de balanço entre a liberdade e o controlo e as relações entre deveres e direitos.

Genital-locomotor (dos 3 aos 6 anos): entre a iniciativa e a culpa. Sentindo-se mais autónoma, a criança começa a descobrir quem é e o que pretende ser. É a altura do fazer-de-conta, do imitar os adultos. A idade em que “o jogo” é central. A iniciativa é maioritariamente governada pela consciência e com esta vem a culpa. A culpa excessiva

impede a iniciativa. Pais que sobrecarregam a consciência da criança podem levá-la a evitar fazer seja o que for com medo do falhanço ou de represálias. É a altura do juízo moral, do estabelecimento dos padrões de bem e de mal.

A virtude que se pode alcançar neste estágio é o *Propósito*. O sentimento de que existe um propósito na vida e de que este é determinado por nós próprios com imaginação e espírito de iniciativa. Um excesso de iniciativa, e a ausência de culpa, pode conduzir a ser-se impiedoso. Os ditadores possuem muitas vezes esta característica. A manifestação social deste estágio é a estrutura económica que permite a criação de riqueza.

Latência (dos 6 a 12/13 anos): entre a indústria e a inferioridade. Nesta fase a criança está envolvida no processo de aprendizagem, da utilização dos instrumentos intelectuais e físicos da sua sociedade. É o estágio da ligação à ciência e à tecnologia. A imaginação é domada e adequada aos requisitos sociais. Aqui coloca-se a questão da competência. Se a criança se sente capaz de realizar as coisas a que se propõe o sentimento de indústria consolida-se. Contudo, o falhanço e a dimensão social deste investimento, pode levar ao sentimento de inferioridade, à ideia de que se é pior do que os outros.

A virtude que se pode alcançar neste estágio é a *Competência*, o sentimento de que com aplicação somos capazes de realizar satisfatoriamente as coisas a que nos propomos. Demasiada inferioridade conduz à inércia, mas a total ausência desta leva a criança a um virtuosismo específico de certas áreas às expensas de outras, como exemplificado pelos meninos-prodígio. Em termos de manifestações sociais, a tecnologia incorpora as características deste estágio, tendo sempre em conta a questão do que é possível e do que o não é.

Adolescência (12/13 aos 20): entre a identidade e a confusão de papéis. A crise de identidade da adolescência é talvez o aspecto da teoria de Erikson que mais penetrou a linguagem e o imaginário do dia-a-dia. A sua recomendação de uma moratória psicológica, ou seja, de um tempo de pausa nos estudos para o adolescente se conhecer melhor, é hoje em dia seguida por milhares de adolescentes americanos que, antes da entrada Universidade passam uns meses na Europa e outras partes do mundo, no que se chama de *gap year*. Este estágio é o estágio da auto-descoberta, de se saber quem se é e o que se quer. As influências da antropologia em Erikson, nomeadamente o seu conhecimento dos ritos iniciáticos de várias tribos, permitiram-lhe ver que esta oscilação entre a criança e o homem também é vivida nas sociedades modernas, embora

a ausência de rituais de passagem específicos traga alguma confusão e ansiedade. Se esta é extremada e o adolescente não sabe quem é, corre o risco de cair na confusão de papéis, não definindo a sua personalidade, não sabendo exactamente quem é e no que se quer tornar.

Se as coisas “correm bem”, o adolescente constrói uma identidade do Ego sólida, baseada nas virtudes adquiridas nos estádios anteriores, esperança, vontade, propósito e competência, às quais se junta a virtude deste estádio: a *Fidelidade*. O conseguir ser leal e viver de acordo com os padrões sociais apesar das suas imperfeições, incoerências e incompletudes, embora podendo criticá-los sem cair na marginalização. Demasiada identidade de ego gera fanatismo, ou a crença de que o papel assumido é o único possível e válido, estando todos os outros errados. A ideologia, que é o *nec plus ultra* do fanático, é a manifestação social que corresponde a este estádio.

Jovem Adultez (dos 18/0 até aos 30 anos): entre a intimidade e o isolamento. Estando já consolidada a identidade, esta pode ser “fundida” com outra identidade sem risco de ficar destruída. A tal processo chama-se intimidade. A capacidade de estar próximo de outro, de assumir um compromisso com este e mantê-lo, mesmo que tal implique sacrifícios e variados esforços. Para isso, é necessária uma certa transcendência, uma superação do individualismo. Esta construção da intimidade é também fortemente favorecida ou repudiada por padrões sociais, pelo que a determinação da sua ocorrência é menos precisa do que a dos estádios anteriores, mais biologicamente determinados. A idade típica em que os homens e as mulheres se casam varia muito consoante o momento histórico, o meio social, e outras variáveis. A falha do desenvolvimento da intimidade pode conduzir ao isolamento, a uma sensação de solidão que, em casos extremos, pode levar a pessoa a sentir-se excluída.

A virtude a conquistar nesta fase é o *Amor*. Ele consiste na capacidade de resolver diferenças e antagonismos através de um devoção mútua. A manifestação social correspondente é a ética.

Adultez (dos 30 até aos 60/65 anos): entre a generatividade e a estagnação. A forma mais comum de generatividade é “o ter filhos”. Mas não é a única, existindo muitas outras formas de combinar criatividade e preocupação com as próximas gerações, incluindo a ciência, o activismo social, a invenção, a escrita, a arte. Generatividade é a extensão do amor do estádio anterior para o futuro. Se anteriormente se dava e recebia, agora a ênfase está no dar, ou, melhor, no legar. Neste estádio, a ligação entre as gerações está presente, mas o foco agora é na geração seguinte e já não nas gerações

anteriores, como nos primeiros estádios. A virtude a conquistar é o *Cuidado (care)*. O cuidado da próxima geração e do mundo. No outro extremo temos a estagnação, uma sensação de empobrecimento pessoal. Em vez de dedicar os seus recursos à próxima geração ou ao mundo em seu redor, o indivíduo vira-se para si mesmo. Tal conduz, muitas vezes, à crise da meia-idade, onde a identidade é repensada. Este é um exemplo de como as tarefas de cada estágio podem ter que ser revividas. As manifestações sociais deste estágio são a arte a ciência e a educação. O professor, o cientista e o artista, desempenham tarefas generativas, não só pelo que têm de criativo, mas também porque estabelecem ligações entre o passado o presente e o futuro, entre tradição e inovação.

Velhice (dos 60/65 anos até à morte): entre a integridade e o desespero. A integridade do Ego é o culminar de um desenvolvimento bem sucedido. Pressupõe a aceitação da vida que se viveu, aceitando os erros que se cometeu, compreendendo as consequências das ações que se tomou sem remorso excessivo e sem desespero perante a morte. A falha da integridade do Ego leva ao desespero, à noção de que já é tarde demais para alterar o que precisava de ser alterado, ao medo da morte, ao arrependimento e remorso e a uma visão amarga do mundo e da vida que se viveu.

A virtude a conquistar é a *Sabedoria*. Esta tem o seu quê de transcendente, sendo a sua correspondente social não uma mas as principais instituições e princípios de uma sociedade. Este estágio pode ser o mais difícil de todos. A diminuição do tempo que sobra para viver e das capacidades biológicas torna premente a questão da morte. O indivíduo, perante esta inevitabilidade pode aceitar ou não a vida que levou e, conseqüentemente, estar ou não pronto para morrer. A sabedoria inclui uma aceitação e compreensão do mundo e das pessoas, um certo sentido de ligação já não a uma geração específica, mas a várias culturas, gerações e meios sociais. A manifestação social não corresponde a uma instituição cultural em particular, mas ao seu conjunto.

1.3.1. Virtudes e críticas à teoria de Erikson

Erikson sustentou-se no pensamento de Freud e levou-o para cima, para a frente e para fora (Hoare, 2005). Para *a frente* porque abandonou uma perspectiva determinista do desenvolvimento, segundo o qual os primeiros anos definiam que tipo de pessoa se seria para o resto da vida, estendendo o desenvolvimento a todo o ciclo-de-vida, incluindo a velhice. Para *fora* porque de uma teoria psico-sexual, Erikson avançou para uma teoria psico-social. A importância que dava aos factores culturais, sociais e

históricos, patente em todos os seus trabalhos, que envolvem estudos de figuras históricas, como Hitler ou Ghandi, e estudos antropológicos, é precursora de muitos desenvolvimentos no estudo do desenvolvimento, como a abordagem de Brofenbrenner (Brofenbrenner & Evans, 2000). Para *cima* porque mais do que o inconsciente, era o consciente que lhe interessava. A sua curiosidade recaía sobre as pessoas saudáveis e não sobre as doentes, daí que central à sua teoria é o desenvolvimento do Ego, denominado de Integridade do Ego, o estágio último do desenvolvimento.

Existem ainda outras áreas onde Erikson divergiu de Freud de uma forma rica e frutuosa. Questões como a moralidade e a ética, a importância da razão e da emoção (Freud negligenciava a segunda reduzindo o tratamento psicanalítico à primeira, do que Erikson discordava), a natureza do preconceito ou a religião, são apenas alguns dos exemplos de contribuições de Erikson (Hoare, 2005).

Erikson criou uma teoria do ciclo-de-vida completo, com suficiente plasticidade e amplitude para incorporar alterações, mas que permite compreender e estudar o desenrolar do desenvolvimento de uma forma quase universal. Conceitos como o de crise de identidade, de generatividade e de sabedoria, tornaram-se fonte de inúmeros estudos e debate, consolidando-se aos poucos como conceitos centrais do desenvolvimento. Fundamental foi a importância dada por Erikson aos factores históricos, sociais e culturais. Tal contribuiu para que o desenvolvimento deixasse de ser considerado como da “exclusiva responsabilidade” do sujeito para ser visto como uma interacção entre este, o seu organismo e *psiche*, e a sociedade, com seus constrangimentos culturais, éticos e morais. O trabalho de Erikson constituiu-se também num marco original dentro das teorias do desenvolvimento, por ter abordado a fase última da vida. A Integridade do Ego e a sabedoria são conceitos actualmente muito estudados e extremamente úteis para a compreensão do envelhecimento. A visão de Erikson é uma visão unitária, tomando o desenvolvimento como um todo faseado, e descrevendo as evoluções de vários aspectos ao longo do ciclo-de-vida. Pretende ser uma visão holística e abrangente. É importante ainda referir que, para o estudo da velhice, por ser a etapa última do desenvolvimento, devem ser considerados não só as virtudes e tarefas desenvolvimentais, mas todos os aspectos do desenvolvimento, pois estes podem estar ainda em jogo nesta fase da vida. O propósito, a identidade, a intimidade, por exemplo, podem ser alvo de uma redefinição, de acordo com a teoria *Eriksoniana*.

Muitas das críticas feitas a Erikson prendem-se não com a essência da sua teoria ou das suas propostas, mas com pormenores destas, nomeadamente com a demarcação temporal dos estádios e com a eleição de tarefas desenvolvimentais específicas. Outros autores, como Levinson, Loevinger ou Gould (vd. Sugarman, 2000), ao realizarem uma divisão do ciclo-de-vida preferiram enfatizar outros aspectos. Por exemplo, Vaillant (1997, cit por Sugarman, 2000) acrescenta alguns semi-estádios, como o do desenvolvimento da carreira na idade adulta ou a oscilação entre a manutenção do sentido e a rigidez no período posterior da idade adulta.

Uma crítica comum a Erikson é a de que a sua teoria pressupõe uma aceitação acrítica da sociedade e não é, portanto, adequada a muitas delas, nomeadamente a sociedades inseridas em regimes ditatoriais (Douvan, 1996). A sua teoria seria, pois, conformista e favoreceria o *status quo*. Pensamos ser tal crítica injusta. Erikson, por ser Judeu, teve que fugir para os Estados Unidos – não nos parece que o tivesse feito aceitando acriticamente a Alemanha nazi (Erikson realizou, aliás, uma interessante psicobiografia de Hitler). A sua teoria e o seu pensamento procuraram sempre integrar os motivos históricos e culturais no desenvolvimento. Os estádios que descreve funcionam melhor, naturalmente, para um homem branco da classe média da sociedade americana dos anos 1950. Contudo, as noções são suficientemente plásticas para se adaptarem a outras culturas e outras épocas, e os múltiplos trabalhos realizados sobre forte influência da sua teoria atestam-no (Hoover, 2004).

Também feministas e defensores dos direitos dos homossexuais criticaram a teoria, defendendo que ela não é aplicável a mulheres ou a homossexuais. Contudo, o próprio conceito de crise de identidade na adolescência, um dos mais famosos conceitos de Erikson, que traduz o problema do “quem sou” e do que “o que quero”, é facilmente aplicável à identidade homossexual no seu processo de auto-definição. Quanto às críticas das feministas, é verdade que Erikson estudou mais as vidas de homens e que os seus estádios necessitam de algumas reformulações para serem aplicados a mulheres. Alguns autores preocuparam-se com essa questão e produziram evoluções satisfatórias da teoria de Erikson (vd. Durkin, 1995).

Podemos referir por fim, que a grande vantagem da teoria de Erikson é simultaneamente, a sua plasticidade, ou seja a abrangência dos seus conceitos, e a sua aplicabilidade. Erikson conseguiu criar um corpo teórico que convida à reflexão e a alterações, pois tem em si a possibilidade de admissão das influências históricas

culturais e sociais, e tem-se revelado extremamente útil como ferramenta para analisar e compreender o ciclo-de-vida.

1.4. Dan McAdams: integrando desenvolvimento e narrativa

Um dos seguidores mais originais, inovadores e também revolucionários de Erikson é McAdams (1993, 1996), que partilha com aquele um interesse na identidade e no como esta se desenvolve ao longo do Ciclo-de-vida. Contudo, ao invés de a ver evoluir através de estádios psico-sociais, ele defende que, no mundo moderno, a identidade é a construção da história de vida de alguém, da sua auto-narrativa. O autor realiza assim a ligação entre a tradição dos estádios a que pertencem Freud, Piaget, Erikson e muitos outros, com a deriva narrativa nas ciências sociais e na psicologia, como defendida por Bruner (1986, 1990) e por Josselson e Lieblich (1993) que a apelidaram de o *estudo narrativo de vidas*.

Para que se possa compreender a construção da identidade, McAdams enfatiza a necessidade de se distinguir um “I” (eu) dum “me”(mim). O *selfing* é o processo através do qual o “I” constrói o “Me”. O “me” é definido como tudo aquilo que o “I” considera como seu, incluindo histórias de vida, interesses pessoais e alguns traços de personalidade. Grande parte do processo de *selfing*, ou da construção do “me”, passa pela narração e construção das histórias que o constituem.

Em 1996, McAdams apontava três níveis de análise dos indivíduos. Mais tarde, juntamente com Pals (2006), transforma esses níveis em princípios, e acrescentando dois, um anterior e um posterior, postula cinco princípios para uma ciência integrativa da personalidade. No primeiro assume que uma vida humana é uma variação de um *design* evolutivo geral. A assunção de uma visão evolutiva da psicologia coloca a natureza humana no princípio de qualquer análise da personalidade. Assim, há que compreender as especificidades desta natureza e a forma como foram moldadas pela evolução (Barkow, Cosmides, & Tooby, 1992). A psicologia cognitiva e constructos como o de módulo funcional têm contribuído muito para esta perspectiva (Pinker, 1999, 2007). No segundo, afirma que os constructos amplos e independentes do contexto, apelidados de traços, constituem o aspecto mais estável e reconhecível da psicologia individual e têm sido imensamente estudados, formando o primeiro nível de análise da personalidade. No terceiro, defende que além dos traços as vidas humanas variam com respeito a uma série de adaptações características, incluindo tarefas de vida,

mecanismos de defesa, mecanismos de *coping*, *skills* específicos, valores e mais uma série de outras adaptações desenvolvimentais, sócio-cognitivas ou motivacionais que estão contextualizados num papel, tempo ou lugar. No quarto princípio trata das construções psicossociais que constituem a identidade e, mais especificamente, das narrativas de vida. McAdams argumenta que no mundo moderno tais construções são histórias do *self*, as quais interligam o passado, o presente e o futuro. Assim, a forma de o estudar é através das histórias de vida. Num quinto nível de análise encontra-se a cultura, que se relaciona com os três princípios anteriores. A história de vida é uma das melhores formas de chegar à complexa relação entre a cultura e a individualidade humana, já que as histórias capturam as elaboradas metáforas e imagens que são especialmente ressonantes numa determinada cultura.

Em síntese, o primeiro nível permite estabelecer o que é comum a todos os indivíduos. O segundo nível, dos traços disposicionais, oferece um esboço comportamental sobre como esses indivíduos se comportam, sendo que expressão desses traços varia com a cultura. O terceiro nível, das adaptações características, permite abordar o comportamento face a períodos, situações e papéis específicos da vida de um indivíduo, que, naturalmente, são ainda mais dependentes da cultura, bastando pensar nos objectivos de vida. Os quarto e quinto princípios, respeitantes às narrativas integrativas de vida, permitem atribuir significado à vida do indivíduo no seu tempo e cultura.

1.4.1. Características do *self* moderno

Nos últimos 200 anos a modernidade criou, no seio da sociedade ocidental, uma série de questões em relação à identidade, à forma como esta se mantém ao longo do tempo e é única e independente das outras pessoas. A definição do *self* começa a atravessar problemas devido às características do *self* na modernidade. McAdams (1996) apresenta seis.

(1) O *self* é visto como um projecto reflexivo em que o indivíduo “trabalha”. Os *selfs*, não são pois herdados ou conferidos, mas construídos. O “I” cria um “me”, do qual é autor e pelo qual é responsável.

(2) O indivíduo trabalha no *self* na vida social de todos os dias. Todos os indivíduos, independentemente de serem reis, filósofos ou homens comuns. Os *selfs* criam-se e recriam-se na vida social e familiar do dia-a-dia.

(3) O *self* moderno tem vários níveis, possuindo profundidade (*inner depth*). Existe uma vida interior rica, visível antes de Freud (por exemplo em Dostoyevsky e Flaubert). A orientação moral passa progressivamente de fora para dentro, da sociedade para o indivíduo. Torna-se uma obrigação moral ser-se fiel a si próprio: “*being true to one’s own self*”.

(4) O *self* desenvolve-se ao longo do tempo. O aumento da esperança média de vida permite antecipar um ciclo-de-vida normativa, com crescimento, evolução e mudança, e incorporar conceitos de melhoria pessoal (auto-realização, auto transcendência, etc.)

(5) O *self* em desenvolvimento procura uma coerência temporal. Tal envolve o desenvolvimento de auto-narrativas que dão sentido às mudanças processadas ao longo do tempo.

(6) Os *selves* modernos conectam-se de forma mais profunda através da “relação pura” (Giddens, 1991) que existe para a satisfação pessoal dos parceiros.

1.4.2. Histórias de vida

Mantendo o princípio epigenético, McAdams diz que os elementos estruturais chave da história de vida de uma pessoa se desenvolvem em sequências cumulativas ao longo do ciclo-de-vida (McAdams, 1993). Para cada estágio ele estabelece um paralelo entre as características narrativas desse estágio e formas míticas.

Apresentamos, em seguida, as sete características essenciais de uma história de vida segundo McAdams (1993).

Infância precoce

Tom narrativo- O tom de fundo da história de vida estabelece-se durante a infância sendo muito influenciado pela natureza da relação com os prestadores de cuidados básicos. Consoante o tipo de vinculação, diferente será o tom narrativo. Assim, uma vinculação segura permite à criança desenvolver um *self* confiante e coerente, que se reflecte numa narrativa optimista onde o mundo é um lugar agradável, de confiança e essencialmente bom. Uma vinculação insegura conduz a um tom narrativo mais pessimista, que descreve um mundo imprevisível, muitas vezes injusto. Como é facilmente observável, existe um grande paralelo entre o tom narrativo e a oposição confiança/desconfiança básica de Erikson.

As formas míticas da comédia e do romance espelham um tom narrativo otimista ao passo que a tragédia e a ironia espelham um tom pessimista. McAdams estabelece um paralelo entre cada uma das formas míticas e a simbologia das estações do ano. Na comédia, os heróis são modestos, pessoas comuns que procuram felicidade e estabilidade, minimizando obstáculos e constrangimentos. A vitalidade, a ideia de renovação e o final feliz dão às comédias uma aura de primavera. Embora também otimista, no romance, a modéstia é substituída por paixão; a estação é o verão. A vida é difícil e cheia de obstáculos, mas o triunfo aguarda o herói, que não é um homem comum mas alguém excepcional. A forma mítica da tragédia corresponde ao Outono. O seu herói ou heroína é também excepcional, mas desta vez não é agraciado pelo destino. A vida não é de confiança e o mundo traz desilusão. Finalmente, o Inverno associa-se à ironia. Nesta forma um herói comum enfrenta o absurdo numa vida ambígua e irresolúvel. Incapaz de encontrar respostas, pouco mais lhe resta do que tolerar a tristeza e confusão daí advindas. Embora exista um tom dominante numa história de vida, a complexidade desta leva à presença, em diferentes períodos, das outras formas míticas. O tom é transmitido não só no conteúdo da história de vida, mas também na forma como é contada.

Anos pré-primária

Imagética - Com esta idade, atravessando o período pré-operacional de Piaget (1982), as crianças vivem num mundo mágico e fluído, de “faz-de-conta” que não atende a regras ou lógica. Não conseguem ainda apreender histórias completas, mas existem “imagens fortes” que, por serem uma síntese de emoções, conhecimento e sensações, têm um eco nas crianças que estas não esquecem. Estas imagens tornam-se parte do imaginário da criança que, num tipo de “brincadeira simbólica” (Garvey, 1977), as utiliza para procurar dar sentido às suas experiências. Estas brincadeiras misturam fantasia com realidade numa forma de jogar em permanente mutação, em que o uso do símbolo e do “faz-de-conta” permite ensair e simular uma multitude de possíveis universos através dos quais a criança vai construindo sentido e significado.

As imagens podem provir de muitas áreas diferentes da vida da criança. Da família, como por exemplo a imagem do pai forte/fraco, da mãe boa/frustrada. De histórias infantis: a bruxa, o príncipe. Mas também são geradas pela religião, pela cinema e pela televisão, e por outros meios. Existe sempre um cruzar da cultura com o caminho pessoal que dá a estas imagens a sua especial relevância para o sujeito.

Algumas destas imagens ir-se-ão desvanecer com o tempo, mas outras perdurarão influenciando as suas vidas e identidades. Exemplos na cultura popular do impacto da importância simbólica da imagética infantil não faltam, sendo um dos mais famosos, e altamente ilustrativo, o trenó Rosebud do filme “Citizen Kane” (Welles, 1941), como símbolo da inocência da infância e da possibilidade perdida de uma outra vida.

Infância

Linhas temáticas - As linhas temáticas reflectem os objectivos das personagens bem como os planos para a sua obtenção. A criança, entre os seis e os 12 anos, à medida que desenvolve capacidades cognitivas próprias do período das operações concretas (Piaget, 1982), percebe que existem diferentes motivações nas diferentes personagens que, ao contrário da fluidez e inconsistência da “brincadeira simbólica”, são consistentes e determinantes para o desenrolar da história. Através da análise dos motivos e intenções das personagens, mas também através de outras fontes, a criança vai estabelecendo os seus próprios padrões motivacionais, que se vão consolidando ao longo do tempo em disposições estáveis.

Amor e poder são os dois pólos sobre os quais se centram as linhas temáticas, e correspondem, de acordo com McAdams, às duas motivações principais da vida humana e aos dois grandes temas dos mitos e histórias. De uma forma ou outra, os protagonistas e antagonistas, seus aliados e inimigos, procuram realizar um ou ambos destes objectivos: (1) respeitar, estreitar e defender os laços que os unem aos seus amigos, amantes, familiares (amor); afirmar de forma poderosa a sua individualidade e capacidade (poder). As motivações como o poder e o amor, mas também outras, pertencem a dois tipos, apresentados por Bakan (1966). O tipo da iniciativa (*agency*), a que pertence o poder, e o tipo comunhão (*communion*), a que pertence o amor. Pode-se, até certo ponto, estabelecer um paralelo entre as motivações individuais e orientações culturais colectivas, sendo a iniciativa predominante em sociedades individualistas e a comunhão em sociedades colectivista (Kim, Triandis, Kagitçibasi, Choi, & Yoon, 1994). Estes dois tipos de motivações alternam-se e opõem-se ao longo do tempo em qualquer vida e qualquer história. Por vezes a precedência de um anula a possibilidade de expressão do outro. As peças de Shakespear estão repletas de personagens que reflectem, de forma extremada, estes dois tipos. Um exemplo, proveniente da cultura popular, da tensão que pode existir entre estas motivações opostas é o filme “Do céu caiu uma estrela” (*It’s a wonderful life*) de Capra (1946). Neste filme a personagem

central parece, inicialmente, sugerir um forte tema de iniciativa. O seu maior e mais forte desejo é viajar, e viajar só. Contudo, ao longo da sua vida, uma série de peripécias impede-o de o fazer. Sempre que está prestes a partir, mala enorme na mão, algum contratempo ocorrido aos que lhe são próximos, adia a sua partida. A comunhão sobrepõe-se à iniciativa, e o herói recusa a viagem para poder ajudar família e comunidade.

Adolescência

Setting Ideológico. Ao chegar à adolescência parte do que somos já está estabelecido: existe uma tendência para um certo tom narrativo, o imaginário é dominado por determinadas imagens fortes e existem motivos estabelecidos. No entanto, uma série de mudanças biológicas e sexuais torna inevitável um questionamento sobre quem se foi, quem se é e quem se será. Assim, tal como em Erikson, também em McAdams a adolescência implica um confronto entre o passado, presente e o futuro. A questão da identidade torna-se central e é impulsionada pela entrada no estágio das operações formais de Piaget (1982), caracterizado pela capacidade de pensar sobre nós mesmos e sobre o mundo de forma altamente abstracta. O contraste, característica central desta fase, revela inconsistências e incongruências, não só entre quem se é e se foi, mas também entre as diferentes áreas da vida do sujeito. A capacidade no desporto pode ser contraposta à incapacidade académica, a proximidade dos amigos à distância dos adultos, a vida interior ao que é revelado socialmente. Um mundo de contraste, de opostos, precisa de ser organizado; torna-se necessário descobrir o que está certo e errado, encontrar uma linha orientadora numa fase de mudanças. É neste período que se define o *setting* ideológico.

McAdams classifica estes *setting* ideológicos de duas formas: através do conteúdo e através da estrutura. Os conteúdos pertencem essencialmente às duas motivações da iniciativa e da comunhão, estando o primeiro associado à valorização da autonomia e do bem-estar do indivíduo e o segundo à comunhão, valorizando o grupo, as relações interpessoais e a responsabilidade social.

A estrutura diz respeito à complexidade de um sistema de crenças de um indivíduo. Um sistema complexo é altamente diferenciado e altamente integrado, sendo composto por muitas partes e distinções que se relacionam de várias formas. Um sistema simples é pouco indiferenciado e pouco integrado, estabelecendo sem ambiguidades o que é certo e errado. Nesta fase o adolescente afasta-se das histórias e narrativas por as achar

demasiado ambíguas e supérfluas, preferindo sistemas filosóficos organizados, mesmo que dogmáticos e simples. Poder-se-ia dizer que é o período das utopias e do radicalismo.

Na adolescência tornou-se central a questão da identidade. Por todo o resto do ciclo-de-vida, esta questão não deixará mais de ser colocada, sendo a sua resposta constantemente formulada e reformulada, revista e emendada.

Adulter

Imagos. Depois do estabelecimento do *setting* ideológico o interesse do indivíduo por histórias e narrativas reanima-se. Tendo adquirido os constituintes básicos de uma história, está na altura de se tornar o produtor de uma.

A principal característica desta fase é a criação, desenvolvimento e refinamento das personagens principais da história ou imagos. Imagos são concepções personificadas e idealizadas do *self*, que acumulam vários aspectos deste em personagens, que apesar de exageradas e unidimensionais são completas. Um Imago funciona como um mito do próprio; vai mais além do que o papel social, preocupado exclusivamente com a percepção que os outros têm do sujeito (Goffman, 1976), porque inclui também a expressão de uma identidade. Um Imago exprime desejos e objectivos, valores e comportamentos, o seu desenvolvimento é influenciado pela cultura e pelas relações mais íntimas.

Os imagos são uma imagem mítica, e não pessoas completas, não correspondem pois à totalidade da identidade do sujeito. Numa vida pode existir um ou mais imagos, negativos ou positivos. McAdams, utilizando mais uma vez os motivos da iniciativa e da comunhão, criou uma forma de classificar os imagos, de que apresentamos a seguir com exemplos.

- (1) Iniciativa ELEVADA/Comunhão ELEVADA: o curador; o professor; o conselheiro; o humanista; o árbitro.
- (2) Iniciativa BAIXA/Comunhão ELEVADA: o amante; o cuidador; o amigo; o ritualista.
- (3) Iniciativa ELEVADA/Comunhão BAIXA: o guerreiro, o viajante; o sábio; o fazedor.
- (4) Iniciativa BAIXA/Comunhão BAIXA: o escapista, o sobrevivente.

Como podemos observar, as designações dos imagos são genéricas, mas tal não implica que a sua concretização seja estereotipada, podendo ser altamente singular. Exemplificamos com o exemplo dum imago muito comum, o imago “da mãe”, forte em comunhão e fraco em iniciativa. Além do papel social relacionado com a maternidade, este imago contém valores de comunhão e amor, capacidade de protecção, desejos de intimidade, etc. A sua concretização pode variar bastante, emergindo nas narrativas de: mulheres casadas, divorciadas, solteiras, viúvas; com um ou vários filhos; com ou sem vida profissional; de várias classes sociais; em diferentes períodos da vida; em conflito com outros imagos ou não; pode, até, surgir em mulheres sem filhos, com uma vincada postura maternal.

Os imagos são muitas vezes fontes de conflito, que ocorre com frequência entre imagos baseadas na comunhão e imagos baseadas na iniciativa. Por exemplo, o “guerreiro” com o “amante” ou a “mãe” com “a sábia”. Vários dos conflitos míticos que estão na base da civilização ocidental são conflitos entre imagos, onde é necessário ao sujeito realizar uma escolha entre aspectos fundamentais da sua identidade, podendo mesmo assumir contornos de vida ou morte. Na *Ilíada* de Homero, Heitor ao responder ao desafio de Aquiles e abandonar as muralhas de Tróia, escolhe entre “o guerreiro” e o “pai”. No Antigo Testamento, Deus obriga Abraão, ao ordenar-lhe que sacrifique seu filho, a escolher entre o “crente” e o “pai”.

Na adultez, o esforço empreendido a criar a identidade é focado para a definição das personagens principais da nossa história de vida, e para a resolução dos conflitos entre estas.

Meia-idade

Desenrolar Generativo

Neste estágio continua o refinamento dos imagos da nossa história de vida. É talvez a última oportunidade para mudanças profundas, para desenvolver um imago até agora pouco explorado. A meio do percurso, o sujeito pode querer mudar de caminho. Esta ideia traduz-se na chamada crise da meia-idade, conceito proposto por Levinson (Levinson, Darrow, Klein, Levinson, & Mckee, 1978). No entanto, para a maior parte dos sujeitos, de acordo com McAdams, as mudanças ocorridas nesta fase não são tão dramáticas. São realizados ajustes e explorados aspectos até então algo negligenciados, mas o tom é um de consolidação da identidade e dos imagos. Existe também um maior

pendor filosófico. Um conjunto de autores (vd. Marchand, 2002) fala do desenvolvimento do pensamento pós-formal. Nesta forma de pensamento o sujeito apercebe-se da dificuldade de encontrar verdades absolutas e eternas em várias áreas da vida, especialmente nas relações inter-pessoais. Desenvolve formas de pensamento que têm em conta o contexto e a subjectividade, preferindo verdades relativas a absolutas, o que pode levar a que as ideologias da juventude sejam revistas e emendadas.

Muitas vezes, a meia-idade é um período de grande criatividade (Simonton, 1984), onde o sujeito, finalizada a sua aprendizagem, pode tornar-se mestre e também mentor. O mentor é apenas uma das formas de generatividade, que corresponde a uma maior preocupação com os outros, com a sociedade e o meio, tentando o sujeito criar um legado, deixar a sua marca no mundo, fazer com que a sua história seja parte das histórias da próxima geração. Mais uma vez temos um forte paralelo entre McAdams e Erikson, nomeadamente em relação à ideia de generatividade e à sua forte presença nesta fase da vida. Fora da sua teoria da identidade, McAdams estudou a generatividade e desenvolveu um instrumento, a Loyola Generativity Scale, para a medir (McAdams, de St. Aubin & Logan, 1993).

Adulter tardia

Avaliação narrativa

McAdams classifica os dias da infância como pré-míticos, os da adultez como míticos e especula sobre a existência de um período pós-mítico no final da vida. Até ao fim da vida continuamos a rever e reconstruir a nossa história de vida para fazer face às mudanças e preocupações desta. No entanto, perto do fim da vida, pode tornar-se mais importante a revisão do que a construção da história. Olha-se para trás e avalia-se a história que se criou. A postura que se tem em relação à história revista está entre os dois pólos Eriksonianos; o da integridade do Ego, da satisfação com a história, e o do desespero, da negação da história.

Esta ideia da necessidade da revisão de vida e da reminiscência é enfatizada por muitos outros autores, do trabalho seminal de Butler (1963) até às mais recentes investigações sobre a reminiscência e a revisão de vida (Webster & Haight, 2002).

A narração(ões) da(s) história(s) de vida possui, ainda de acordo com McAdams, três funções. A primeira é a já referida da construção da identidade, da integração do *me* (mim) no tempo, atribuindo propósito e unidade à vida do sujeito, sendo muito semelhante à da revisão de vida de Butler (1963). Outra função da história de vida é a

do entretenimento. As pessoas relatam a(s) sua(s) história(s) de vida para entreter e, implicitamente, para socializar. São instrumentos que servem para captar a atenção dos outros e os envolver nos eventos, daí que o autor refira que ninguém deseja ter uma história de vida aborrecida. A terceira função da história de vida é instruir. Os sujeitos contam as suas histórias para educar e socializar os seus ouvintes, para transmitir uma moral, para através da narrativa avisar, exemplificar e clarificar motivos e acções.

Embora não sendo uma característica essencial, McAdams (1993) acrescenta, às características apresentadas, os episódios nucleares. Estes dizem respeito a episódios na vida do sujeito cobertos de significado e relevância para a sua identidade e história pessoal. Parte da sua importância é adquirida com o passar do tempo, devido à reconstrução subjectiva destes episódios realizada pela memória (McAdams, 1993). A recordação frequente pode levar a que se perca parte da factualidade dos episódios, mas carrega-os de significado e simbolismo.

1.5. A psicologia desenvolvimental do ciclo-de-vida

Ao construir uma teoria do ciclo-de-vida, existem duas abordagens estratégicas: uma centrada na pessoa (holística), a outra centrada na função (Baltes, Saudinger, & Lindenberger, 1999). A abordagem centrada na função, que corresponde a uma perspectiva focal, foca-se num mecanismo ou categoria do comportamento (como a identidade, a vinculação, a percepção, os traços de personalidade) e descreve as alterações ao longo da vida nos processos e mecanismos associados à categoria eleita. A abordagem holística, que corresponde a uma perspectiva unitária, toma a pessoa como um sistema e procura descrever e ligar períodos de vida ou estádios de desenvolvimento num padrão global do desenvolvimento individual ao longo da vida. Um exemplo desta abordagem é, como vimos, a teoria do ciclo-de-vida de Erikson (1982). O objectivo da da psicologia desenvolvimental do Ciclo-de-vida é integrar, num só enquadramento conceptual, ambas as abordagens.

Apesar da perspectiva de Erikson e da perspectiva da psicologia desenvolvimental do Ciclo-de-vida serem normalmente categorizadas como pertencendo a perspectivas diferentes do desenvolvimento (Fonseca, 2005, Marchand, 2005), pensamos terem mais em comum do que à partida se poderia supôr. Passamos, em seguida, a apresentar os pressupostos da psicologia desenvolvimental do Ciclo-de-vida, seguindo-se uma análise das suas diferenças e semelhanças com a teoria *Eriksoniana*.

Foi a partir de meados do século XX que a ideia de que o desenvolvimento psicológico é um processo que ocorre ao longo de toda a vida começou a ser defendida e estudada, por contraponto à perspectiva estrutural então dominante. Nela defendia-se que a infância e a adolescência pré-determinavam todo o desenvolvimento posterior, sendo as mudanças após este período mais raras e difíceis. Foi, então, necessário ultrapassar um modelo biológico do desenvolvimento, que encarava este como a maturação (e posteriormente o declínio) de estruturas orgânicas (Baltes, 1987).

Apesar de existirem vários percursos, além de Erikson, de uma perspectiva positiva do envelhecimento, como Charlotte Bühler, Bernice Neugarten e Robert Havighurst (Coleman & O'Hanlon, 2004), o principal nome associado a esta mudança de paradigma é Paul Baltes, junto com o chamado grupo de Berlim. A sua psicologia desenvolvimental do Ciclo-de-vida propõe-se estudar a constância e a mudança no comportamento através da vida, podendo sumariar-se esta perspectiva nas seguintes proposições teóricas, apresentadas por Baltes no seu artigo seminal de 1987.

O desenvolvimento é um processo que ocorre durante toda a vida. Não existe supremacia desenvolvimental em nenhum período da vida, ocorrendo sempre ao longo do ciclo-de-vida processos contínuos (cumulativos) e descontínuos (inovadores).

O desenvolvimento é multidimensional e multidireccional. Diferentes elementos da pessoa (por exemplo: sociais, laborais, intelectuais) poderão seguir trajectórias parcialmente independentes. Um exemplo dado por Baltes, e uma área estudada pela sua equipa no Instituto Max Planck para o Desenvolvimento Humano de Berlim é o das variações na inteligência (Baltes & Singer, 2001; Baltes, Staudinger, Lindenberger, 1999). A inteligência é classificada como possuindo duas dimensões: a dimensão mecânica, mais associada à inteligência cristalizada de Cattell e Horn, que diz respeito ao processamento de informação básico e é mais dependente da biologia (*hardware*); a dimensão pragmática, mais associada à inteligência fluida, sendo constituída pelo conhecimento processual e factual e mais influenciada pela cultura. Com a idade pode ocorrer uma diminuição da dimensão mecânica da inteligência, mas áreas da dimensão pragmática, como a sabedoria, podem sofrer um incremento. Este princípio da multidimensionalidade e multidireccionalidade, exemplificado com a inteligência, contrapõe-se a muitas teorias anteriores que encaravam o desenvolvimento como unidireccional, anulando até de certa forma, a especificidade do indivíduo.

O desenvolvimento envolve quer ganhos quer perdas. O desenvolvimento é concebido como uma expressão conjunta de crescimento (ganhos) e declínio (perdas).

As áreas onde ocorre o crescimento e o declínio são diferentes consoante a fase do ciclo –de-vida. Contudo, o balanceamento entre ganhos e perdas não é sempre igual, sendo que na velhice as perdas vão tornando-se superiores aos ganhos. Tal é evidente na quarta-idade, como já foi discutido.

O desenvolvimento mostra plasticidade. A plasticidade intra-individual é uma característica evidente dos processos desenvolvimentais (Baltes & Kliegl, 1992; Baltes & Singer, 2001). Tendo em conta as condições de vida e as experiências de um indivíduo, o seu desenvolvimento pode tomar muitas formas e caminhos. A plasticidade varia consoante as áreas de desenvolvimento e a fase do ciclo-de-vida.

O desenvolvimento ocorre num contexto histórico e cultural. O desenvolvimento ontogenético varia muito consoante as culturas e o período histórico. Do desmame ao casamento, da paternidade ao fim da carreira, a variação nos padrões sociais para estes eventos é evidente. Daí que seja importante para Baltes a noção de *coorte*, que pode ser definida como um grupo de pessoas que experimentaram algum acontecimento em comum (como uma guerra, uma recessão ou revolução) e pertencentes à mesma geração. Avanços tecnológicos, práticas culturais, mesmo certo tipo de modas podem influenciar o desenvolvimento. Da educação, passando pelos cuidados de saúde, à alimentação, são vastos os campos dependentes cultural e historicamente, que afectam os indivíduos ao longo do seu ciclo-de-vida.

O desenvolvimento é contextual. Na psicologia desenvolvimental do ciclo-de-vida recusa-se a oposição *nature-nurture* ou ambiente-indivíduo e defende-se que o desenvolvimento é o resultado da interacção de três sistemas de influências desenvolvimentais que operam durante todo o ciclo-de-vida de forma dinâmica e cumulativa (Baltes, 1997). As influências normativas relacionadas com a idade são o primeiro destes sistemas. Dizem respeito aos determinantes biológicos e sociais, altamente correlacionados com a idade cronológica e de evolução semelhante para os sujeitos. Exemplos são eventos como a entrada para a escola, a puberdade, a menopausa ou a entrada na reforma. O segundo conjunto de influências são as normativas relacionados com a história (*history-graded*), relativas ao tempo histórico em que os sujeitos viveram, quer de forma ampla, tendo em conta desenvolvimentos tecnológicos, culturais e sociais, quer de forma específica, na abordagem de eventos específicos, como uma guerra ou revolução, atendendo ao impacto destes no desenvolvimento dos sujeitos. O último tipo de influências prende-se com os acontecimentos vitais não-normativos. Estes acontecimentos podem ser biológicos ou ambientais, mas os que os

define é não serem previsíveis, surgindo como que de surpresa nas vidas dos sujeitos e intervindo de forma inequívoca no seu desenvolvimento.

O desenvolvimento é um conceito multidisciplinar. Qualquer abordagem unidisciplinar do desenvolvimento será sempre incompleta. Qualquer visão “pura” será sempre parcial e incapaz de lidar com um fenómeno desta complexidade. O desenvolvimento psicológico precisa de ser visto num contexto interdisciplinar, providenciado por outras disciplinas (antropologia, biologia e sociologia, por exemplo) associadas ao desenvolvimento humano. Exemplo desta perspectiva multidisciplinar é o do Estudo de Berlim (Baltes & Mayer, 1999).

Como pode observar-se através das proposições teóricas de Baltes, a sua proposta é uma perspectiva bio-psico-social do envelhecimento. Posteriormente, Baltes (1997) investigou a arquitectura incompleta da ontogenia humana e extraiu três princípios que governam as dinâmicas entre a biologia e a cultura através do ciclo-de-vida.

Os benefícios da evolução decrescem com a idade. Um dos maiores operadores da evolução é a capacidade que um organismo possui para se reproduzir. A evolução natural seleccionará sempre no sentido dos genes que favoreçam a reprodução, e consequentemente dos que favoreçam a manutenção da vida até e durante as idades reprodutivas e de acompanhamento parental. Após o período reprodutivo, e mais ainda, após o período em que os filhos adquirem independência, ou seja, quando diferenças no genoma são indiferentes à propagação dos genes, os efeitos benéficos da selecção diminuem (Vaupel, 2003). A partir deste momento, a propagação dos genes do organismo é essencialmente independente do que este realize. A existência de doenças mortais que ocorrem bastante cedo na vida, mas após o período reprodutivo, é um exemplo do declínio dos benefícios evolutivos a partir do período reprodutivo (vd. Dawkins, 2002).

Os vários declínios associados á velhice, bem como a doença de Alzheimer (cuja prevalência aumenta de forma muito acentuada com a idade avançada) são exemplos de uma doença cuja existência se deve à não actuação da selecção natural, naquilo a que os geneticistas chamam neutralidade selectiva. Em síntese, pode afirmar-se que com o avançar da idade, o tipo de problemas que surge pede soluções que a evolução, devido às suas características intrínsecas, não pôde “resolver”.

A necessidade de cultura aumenta com a idade. A cultura a que Baltes se refere é o conjunto total dos recursos (baseados no conhecimento) psicológicos, sociais, materiais e simbólicos, criados e desenvolvidos através dos tempos e transmitidos através das

gerações. Exemplos destes recursos são tanto capacidades cognitivas, como documentos escritos, tanto a literacia, como a tecnologia. A necessidade deste aumento de cultura com a idade tem duas causas: a primeira, prende-se com a essencialidade da cultura para que a ontogenia humana consiga níveis cada vez mais maiores de funcionamento; a segunda, deve-se a que, com a idade, aumenta a necessidade do papel de suporte e de enriquecimento dado pela cultura. Quanto mais velhos os sujeitos, mais precisam de compensações baseadas na cultura (materiais, sociais, técnicas, por exemplo) para manterem elevados níveis de funcionamento. Os aparelhos auditivos ou os Centros de Dia para adultos idosos são exemplos de produtos da cultura cuja necessidade aumenta com a idade.

A eficiência da cultura diminui com a idade. Existe uma perda, com a idade, quer na eficiência quer na efectividade dos factores e recursos culturais. Embora exista plasticidade na velhice, esta decai com o tempo, principalmente a partir da quarta-idade. Quanto mais velho o adulto idoso, mais tempo e prática são necessários para obter os mesmos ganhos de aprendizagem (Baltes & Smith, 1997).

A conclusão a tirar de tais princípios é a de que existirá, com o avançar da idade, uma mudança no balanço ganhos/perdas, no sentido das perdas. Ou seja, apesar dos avanços culturais, médicos e técnicos, é impossível adiar permanentemente o efeito da incompletude da arquitectura ontogénica humana. Tal facto coloca questões importantes sobre a quarta-idade, sobre a dignidade da vida humana nesta fase da vida e sobre a atribuição de recursos que ela exige (Baltes, 1997). Esta tem sido, ultimamente, uma das maiores preocupações de Baltes e colegas (Baltes & Smith, 2003), sendo a distinção entre terceira e quarta-idades um ponto essencial de discussão.

As investigações de Baltes e do grupo de Berlim têm sido fundamentais para uma mudança de perspectiva sobre o envelhecimento. Conceitos como a plasticidade e a insistência no balanceamento entre ganhos e perdas, demonstrando a hipótese de melhoria de desempenho e aprendizagem nos idosos, permitem algum optimismo, nomeadamente para a terceira-idade.

Partindo dos pressupostos apresentados, e tendo em conta a preocupação com o sobre-peso das perdas em relação aos ganhos no envelhecimento, Baltes (1997) estabeleceu uma meta-teoria da selecção, optimização e compensação, que aponta como a chave de um envelhecimento de sucesso. Esta meta-teoria pretende explicar o sucesso no desenvolvimento, não só neste período, mas em todo o ciclo-de-vida. Nos últimos anos, Baltes e os seus colegas (Baltes, Baltes, Freund & Lang, 1999; Freund & Baltes,

1998, 2002; Jopp & Smith, 2006) têm vindo a desenvolver esforços para testar empiricamente esta meta-teoria, bem como para estudar o ganho exemplar do envelhecimento, a sabedoria. Apresentaremos os resultados destes dois esforços nas secções seguintes.

2. Adaptação no envelhecimento

Como já foi observado, o envelhecimento coloca complexos desafios aos sujeitos, já que nesta fase existe um predomínio de perdas sobre os ganhos, que tende a acentuar-se com a mudança da terceira para a quarta-idade. Acresce que ao aumento das perdas surge no horizonte a presença da morte, a perda definitiva, que influencia não só a vivência do presente dos sujeitos, como muitas vezes os leva a olhar para o passado. Apesar do variado número de áreas e contextos onde surgem dificuldades, a plasticidade demonstrada pelos sujeitos idosos em muitos estudos (Baltes & Kliegl, 1992; Yang, Krampe, & Baltes, 2006), bem como os elevados níveis de bem-estar que eles apresentam (vd. Pavot & Diener, 2004) mostram que muitas das perdas podem ser combatidas. Muitos sujeitos parecem conseguir adaptar-se bem aos novos desafios e circunstâncias desta fase do ciclo-de-vida. Várias teorias procuram compreender a forma como o fazem. Interessa-lhes o como os sujeitos conseguem redireccionar os seus propósitos, capitalizar os seus recursos, exercer controlo sobre o ambiente, mas também como eles conseguem abdicar ou reconverter objectivos, compensar perdas, separar o fundamental do acessório.

Realizamos em seguida uma breve revisão destas teorias explicativas da adaptação no envelhecimento. Iniciamo-la com a meta-teoria da selecção, optimização e compensação, decorrente da já apresentada psicologia desenvolvimental do ciclo-de-vida. Segue-se a apresentação dos tipos de controlo do ambiente propostos por Heckhausen e Schultz (1995). Depois contrapomos a estes tipos de controlo os conceitos de assimilação e acomodação (Brandtstätter & Greve, 1994; Brandtstätter & Renner, 1990). Por fim, com a teoria da selecção socioemocional (Carstensen, 1991; Carstensen & Mikels, 2005; Löckenhoff & Carstensen, 2004) abordamos algumas adaptações específicas dos adultos idosos nesta fase da vida, relacionadas com a perspectiva de uma morte relativamente próxima.

2.1. A meta-teoria de selecção optimização e compensação

Para tornar explícitas as dinâmicas entre ganhos e declínios ao longo do desenvolvimento Baltes e colegas (Freund & Baltes, 1998, 2002; Baltes, Baltes, et al., 1999) desenvolveram uma meta-teoria de Selecção, Optimização e Compensação (SOC; que constituem os principais mecanismos de sucesso no desenvolvimento), permitindo

compreender a forma como as pessoas se desenvolvem com sucesso e evitam resultados negativos. Esta meta-teoria apresenta-nos um modelo geral de desenvolvimento contendo processos universais de regulação ao longo da ontogenese. Estes processos variam de acordo com o domínio de funcionamento a que dizem respeito: contexto sócio-histórico e cultural ou sistema ou unidade de interesse (por exemplo: indivíduo, grupo, sociedade).

Esta meta-teoria tem uma utilidade especial para o período que concerne à terceira e quarta-idade, pelos motivos apresentados na secção anterior. Como exemplo ilustrativo, permitindo uma compreensão quase imediata destes processos, Baltes (1997, 2003) apresenta o exemplo do famoso pianista Rubinstein, que, quando lhe perguntaram como é que ele aos 80 anos de idade se mantinha um excelente pianista de concerto, nomeou três razões. Ele tocava menos peças (um exemplo de selecção), mas praticava-as mais tempo (um exemplo de optimização) e utilizava contrastes de tempo, tocando as partes mais lentas de forma ainda mais lenta para que as partes rápidas parecessem, por contraste, mais rápidas do que a verdadeira velocidade com que ele as conseguia, com essa idade, tocar (um exemplo de compensação).

Passamos a apresentar cada um dos processos em pormenor, baseados em Baltes (1997) e Freund e Baltes (1998, 2002).

Seleccção. O desenvolvimento possui sempre um conjunto específico de objectivos. Contudo, o desenvolvimento ocorre sempre numa condição de capacidade limitada, com constrangimentos temporais e de recursos disponíveis. Além disso, a plasticidade diminui ao longo da idade. A aquisição da linguagem é um exemplo ilustrativo de como uma selecção inicial (a língua que o bebé aprende) determina todo o desenvolvimento posterior. Afinal, ninguém pode mudar voluntariamente de língua materna. A selecção é, pois, fundamental para os sujeitos, pois os investimentos feitos na prossecução de certos objectivos implicam a desistência de outros. Um mau investimento dos recursos torna-se, com a idade, cada vez mais difícil de compensar. Freund e Baltes (1998, 2002) apontam dois tipos de selecção. A primeira é electiva e prende-se com a escolha dos objectivos a concretizar. Exemplos universais deste tipo de selecção são a escolha de uma carreira ou a escolha de um cônjuge. Contudo, quando ocorrem perdas e a concretização de todos os objectivos que o sujeito almejava se torna impossível, tem de ocorrer a selecção baseada na perda, em que o sujeito opta pelos objectivos mais importantes, onde investe os recursos existentes, abdicando dos objectivos menos

fundamentais. Este tipo de selecção é muito necessário na velhice por ser este um período de muitas perdas.

Optimização. A optimização é um processo constituído pela obtenção, aperfeiçoamento, coordenação e aplicação dos meios pelos quais se obtêm os objectivos desenvolvimentais e elevados níveis de funcionamento. Ela implica muitas vezes a canalização de muitos recursos e é, por isso, dos três processos SOC o menos importante na velhice. Dependendo do contexto social e cultural serão diferentes os meios mais adequados para obter os objectivos desenvolvimentais. A idade, como já referimos, mas também o género, a posição social e outros factores afectam as oportunidades existentes, fazendo umas mais e menos disponíveis que outras. Podemos dar o exemplo da aprendizagem de execução de um instrumento musical, que implica grande prática de escalas e exercícios de repetição e que é cada vez mais difícil consoante o sujeito envelhece.

Compensação. Perdas temporárias ou permanentes ou o declínio nos meios de aquisição de objectivos podem afectar o nível de funcionamento do sujeito, tornando necessário um contra-investimento que permita uma resposta funcional a tais perdas. É a esse contra-investimento que Baltes e colegas chamam compensação. Na terceira, e ainda mais na quarta-idade, tal é muito comum. O uso de arrastadeiras, muletas ou de aparelhos de audição são exemplos óbvios de compensação e da sua importância. Existem dois tipos de compensação. Um é externo e prende-se com uma alteração no meio para obter um determinado fim, sendo os exemplos que atrás referimos deste tipo. O outro tipo de compensação é interno e incide sobre a mudança de objectivos, implicando o abandono de algumas das metas do sujeito. Estes dois tipos são, de certa forma, paralelos aos dois tipos de controlo de Heckhausen e Schultz (1995).

2.2. Teoria do controlo de Heckhausen e Schultz

A teoria de controlo está associada às concepções da psicologia desenvolvimental do ciclo-de-vida (Schultz & Heckhausen, 1996). Assume uma perspectiva do desenvolvimento onde este é enquadrado pelos seguintes princípios: a vida é finita, o que coloca uma pressão temporal nas escolhas a realizar; o desenvolvimento biológico segue um padrão pré-determinado; a sociedade impõe constrangimentos etários ao desenvolvimento (por exemplo: a reforma); e, o potencial genético limita a possibilidade de evolução funcional. Atendendo a estes constrangimentos, os autores

avançam quatro princípios para maximizar o desenvolvimento: (1) diversidade de opções desenvolvimentais; (2) selectividade na perseguição e aplicação de recursos para que sejam consistentes com oportunidades genéticas e socioculturais; (3) compensação dos obstáculos produzidos pelo avançar da idade; e, (4) a realização criteriosa de *trade-offs* entre domínios do desenvolvimento.

Nesta perspectiva de desenvolvimento, o principal mecanismo na maximização do desenvolvimento é a capacidade de exercer controlo. Este constitui o resultado do desejo humano de criar comportamentos para agir sobre o meio e sobre si próprio. O controlo pode ser primário, existindo uma intervenção directa sobre o ambiente, na qual o sujeito procura superar os obstáculos e concretizar as estratégias que levam à prossecução do seu objectivo (Heckhausen & Schultz, 1995). O controlo pode também ser secundário, consistindo na intervenção do indivíduo sobre si-mesmo, redefinindo objectivos, reavaliando situações de uma forma mais positiva ou simplesmente aceitando as perdas. O controlo primário é preferível, sendo mais eficaz e recompensador.

A teoria do controlo de Heckhausen e Schultz (1995) prevê uma evolução em U invertido para o controlo primário, ou seja, um crescimento muito rápido, seguido dum período de estagnação ao que se sucede um decréscimo acentuado. Este decréscimo que é compensado pelo controlo secundário, com um início mais lento, mas que cresce sempre conforme a idade aumenta. Quando as estratégias das pessoas começam a perder eficácia na acção sobre o ambiente, criam-se novas estratégias que permitem lidar com constrangimentos e impedimentos. Esse aumento do controlo secundário, virado para o próprio, altera significativamente a forma de agir e mesmo de compreender o ambiente e o indivíduo.

Os autores enquadram os dois tipos de controlo numa teoria mais vasta do sucesso no envelhecimento. Este é definido de acordo com vários critérios, sendo um dos principais a manutenção do controlo primário ao longo do ciclo-de-vida, desde que se tome em conta os constrangimentos socioculturais e biológicos (Schultz & Heckhausen, 1996). Para exemplificar como tal é realizado, utilizamos um constrangimento comum na velhice; a perda de visão. Para o enfrentar, uma estratégia de controlo primário seria a aquisição de óculos com lentes mais graduadas e a procura de melhores condições de iluminação. O controlo secundário envolveria o desinvestimento de objectivos que requeressem acuidade visual, como a leitura ou o visionamento de televisão e, possivelmente, uma atenção a outro tipo de actividades como a escuta da rádio. É

importante salientar que, muitas vezes, perante os constrangimentos, não é sequer exercido qualquer tipo de controlo, o que perturba o bem-estar do sujeito. Para nos mantermos no mesmo exemplo, a diminuição da capacidade visual sem o contraponto de qualquer tipo de controlo provocará mal-estar no sujeito, por não só não criar alternativas para suprir esta falha como não conseguir reduzir a importância que a capacidade visual tinha para si.

Os exemplos referidos prendem-se com os aspectos compensatórios do controlo, nomeadamente com intervenções de tipo primário (óculos) ou secundário (deixar de ler) para compensar declínios e perdas. Existe também um efeito da selecção no controlo. Assim, a selecção por controlo primário, implica o investimento de recursos e desenvolvimento de capacidades, numa área do desenvolvimento escolhida pelo sujeito. A selecção por controlo secundário diz respeito às representações internas dessa escolha, como o valor e importância que possui para o sujeito (Schultz & Heckhausen, 1996).

2.3. Assimilação e acomodação segundo Brandtstädter

No quadro da sua teoria da acção e controlo pessoal Brandtstädter (Brandtstädter & Greve, 1994; Brandtstädter & Renner, 1990), aponta dois processos principais, a assimilação e acomodação, como formas de lidar com perdas, ameaças e destabilização do *self*. Parte-se do princípio que a velhice possui desenvolvimentos negativos sociais, biológicos e psicológicos, perturbadores das relações entre *eu actual* e *eu ideal*, fazendo perigar o *self* e a sua continuidade. O *coping* assimilativo (estes processos remetem para formas de *coping*), envolve estratégias de mudança do ambiente em congruência com os objectivos e preferências pessoais. O indivíduo, intencionalmente, actua sobre a situação, modificando-a de encontro ao seu plano ou projecto pessoal. Quando os constrangimentos do meio são demasiado fortes, ou seja, quando as perdas e novas ameaças provenientes do aumento de idade são mais pronunciadas, o indivíduo terá que passar de processos de assimilação para processos de acomodação. O *coping* acomodativo diz respeito às estratégias utilizadas para reorganizar a hierarquia de objectivos e prioridades de forma a fazer face às perdas e constrangimentos do meio. Esta reorganização é feita de forma negativa, implicando sempre um conjunto mais modesto, mas também mais realista, dos objectivos e planos do sujeito.

A assimilação pode ser de três tipos (Brandtstätter & Greve, 1994). Um deles é o constituído pelas actividades instrumentais e correctivas, quando os sujeitos adoptam comportamentos de promoção do *self* em direcção aos objectivos desejados, ou de mudança de comportamentos impeditivos desses objectivos. O exercício para a promoção da saúde, a realização de uma dieta ou a aprendizagem de uma capacidade nova são exemplos desta forma de assimilação. Outro tipo são as actividades compensatórias, quando os sujeitos procuram compensar as consequências das perdas, sem prejuízo dos objectivos, mantendo o seu *self* incólume. Finalmente, as actividades confirmatórias procuram a validação externa de aspectos do *self*, por exemplo através da escolha de ambientes onde estes serão mais visíveis.

Brandtstädter, Rothermund, & Schmitz (1997) consideram os processos de optimização, compensação e selecção, já apresentados, e a teoria da selectividade socioemocional como constituindo formas de assimilação.

Quanto aos tipos de acomodação, Brandtstätter e Greve (1994) apontam três. O desligamento de objectivos inatingíveis, quando o sujeito abandona objectivos que, nas circunstâncias do presente e em face das perdas sofridas, já não são possíveis. Consoante a centralidade desses objectivos para o *self* e a identidade do sujeito, o seu abandono será mais doloroso, no caso de objectivos centrais, ou menos doloro, no caso de objectivos periféricos. Outra modalidade de acomodação é o ajustamento de aspirações e avaliações do *self*. Os sujeitos reajustam as suas aspirações pessoais e auto-avaliações aos constrangimentos presentes e aos recursos desenvolvimentais disponíveis. O terceiro tipo de acomodação prende-se com a realização de comparações favorecedoras de si próprio. Ao invés de se comparar com jovens, ou com uma imagem de si mesmos enquanto jovens (com todas as capacidades e oportunidades da juventude), os sujeitos escolhem outros sujeitos, tão ou mais velhos, perante os quais se possam sentir, de certa forma, superiores, protegendo assim o seu *self*.

Como vimos, os conceitos de assimilação e acomodação não estão de forma alguma relacionados com os conceitos homónimos da teoria de Piaget. O *coping* assimilativo e acomodativo são processos independentes mas relacionados, de cuja correcta alternância depende o desenvolvimento e a manutenção dum *self* coeso e contínuo. Muito similares a estes conceitos são os de controlo primário e secundário de Heckhausen e Schultz (1995), anteriormente apresentados. Não obstante, os conceitos de assimilação e acomodação estão mais intrinsecamente relacionados com o

estabelecimento e prossecução de objectivos, ao passo que o de controlo é mais global e abrangente.

2.4. A teoria da selectividade socioemocional de Carstensen

De acordo com a Teoria da Selectividade Socioemocional (TSS; Carstensen, 1991; Carstensen & Mikels, 2005; Löckenhoff & Carstensen, 2004), os indivíduos guiam-se por um conjunto comum de objectivos socioemocionais ao longo do seu ciclo-de-vida. Estes objectivos incluem, entre outros, a procura de novidade, a expansão dos horizontes, a pertença a uma comunidade. Apesar de se manterem os objectivos, a hierarquia entre estes muda consoante a fase do ciclo-de-vida que o sujeito atravessa. Num futuro aberto, em que a morte (ou outras mudanças drásticas como a emigração) está temporalmente distante, o indivíduo dá prioridade a objectivos que optimizam o futuro, que incluem a aquisição de informação, o desenvolvimento pessoal, o expandir dos horizontes e o estabelecimento de novas relações sociais que poderão ser úteis no futuro. Para os indivíduos com um futuro limitado, como os idosos ou os indivíduos com HIV, a prioridade vai para objectivos relacionados com o presente que maximizem o sentido/significado emocional. Neste caso, a ênfase é posta em relações sociais próximas e significativas para o indivíduo. Assim, a TSS estabelece uma diferença importante entre a idade cronológica e a perspectiva temporal. A última diz respeito ao tempo que o indivíduo ainda espera viver. Embora estejam muitas vezes relacionadas, é o constrangimento temporal que é responsável pela hierarquização dos objectivos e por um tipo de regulação emocional que descreveremos a seguir.

A perspectiva de um futuro reduzido torna o presente mais importante. Os gastos relativos com a aquisição de informação relativa ao futuro são abandonados para favorecer a experiência actual. As redes sociais são diminuídas, num esforço de optimização das mesmas, permitindo menos interacções de carácter instrumental e mais interacções com parceiros sociais próximos e de importância para o indivíduo. A regulação emocional processa-se através do evitamento de estados negativos e de uma intensificação dos estados positivos. O conteúdo emocional é favorecido em relação a conteúdos mais neutros ou puramente informativos. Na recordação do passado as memórias positivas são favorecidas. Este é apelidado de efeito positivo (Carstensen & Mikels, 2005). Ele implica uma interligação entre emoção e cognição, na qual os

conteúdos emocionais são valorizados em detrimento de conteúdos puramente informativos.

Através de uma série de experiências (Carstensen & Mikels, 2005) os autores mostraram que a atenção e a memória nos indivíduos idosos, em contraponto com indivíduos jovens, têm performances superiores quando os estímulos são emocionais. Acresce-se que as diferenças de idade são ainda mais acentuadas quando o conteúdo emocional é positivo.

A teoria socioemocional mostra que o envolvimento social e a hierarquização dos objectivos dos idosos são constrangidos pelo tempo que ainda esperam viver. Tal perspectiva tem muito em comum com a teoria da gerotranscendência, já apresentada.

3. Sabedoria

Se ao longo da História houve uma característica positiva dos adultos idosos que foi sempre mencionada, independentemente de ser um estereótipo ou um facto, essa característica é a sabedoria. Embora referida através de palavras diferentes, conceitos não totalmente equivalentes e traduções variadas (Baltes, 2004), permaneceu a ideia de que com o avançar da idade vem um tipo de conhecimento especial, digno de atenção ou mesmo veneração. O debate em torno desse conhecimento especial, a sabedoria, e do que o constitui mantém-se tão vivo quanto sempre e, além das suas vertentes éticas, filosóficas, teológicas, ganhou ultimamente importância a sua vertente psicológica.

Uma das razões pelas quais a psicologia se tem interessado pela sabedoria prende-se com o estudo dos adultos idosos. Apesar de haver discórdia quanto à sua definição, parece ser um bem desejável, não só como um fim em si mesmo, mas por conduzir a uma maior qualidade de vida e a um mundo mais harmonioso (Coleman & O'Hanlon, 2004). Uma das primeiras referências ao seu surgimento nos estádios finais da vida é feita por Erikson (1980, 1982), que a elege, como já vimos, como a virtude a conquistar na velhice. Após Erikson, muitas das teorias desenvolvimentais, como a da gerotranscendência de Törnström (1997, 2003), fazem referência à sabedoria.

Apesar da atenção especial que o conceito tem em variadas formulações teóricas, o estudo psicológico da sabedoria está ainda numa fase embrionária, existindo poucos estudos empíricos sobre o tema (Marchand, 2003). Os já realizados podem dividir-se em duas áreas: o estudo de teorias implícitas sobre a sabedoria, nos quais se investiga os indicadores usualmente utilizados para identificar a sabedoria, bem como os termos utilizados para descrever a sabedoria e os sábios (Baltes, Staudinger, Maercker, & Smith, 1995); o estudo de teorias explícitas sobre a sabedoria, onde se procura operacionalizar o constructo e relacioná-lo com outras variáveis psicológicas como o bem-estar ou a generatividade. É importante referir que o conceito de sabedoria, apesar de recente no estudo psicológico, tem uma longa tradição filosófica (Sternberg, 2003; Baltes, 2004).

Os estudos sobre as teorias implícitas da sabedoria, apesar de importantes no desenvolvimento do conhecimento sobre este domínio, tratam de questões paralelas às que guiam este trabalho. Daí que nos foquemos exclusivamente nas teorias explícitas, e, acima de tudo, nas formas de operacionalização do constructo sabedoria.

3.1. A sabedoria como meta-heurística de orquestração da mente e virtude em direcção à excelência

Uma das principais e mais proeminentes perspectivas psicológicas sobre a sabedoria é a do grupo de Berlim (Staudinger, Lopez & Baltes, 1997; Baltes & Staudinger, 2000; Baltes, 2004). Ela é definida como um “sistema de conhecimentos especializados nas pragmáticas fundamentais da vida” (Baltes & Staudinger, 2000, p.122). Convém, para podermos entender esta definição, voltar a explicitar a diferença que estes autores fazem entre inteligência mecânica, que é dependente do “*hardware* cerebral” e que diminui com a idade, e a inteligência pragmática, o “*software* cerebral”, adquirida com a cultura e a experiência, e que aumenta, dentro de certos limites, com a idade, sendo a sabedoria um exemplo paradigmático deste tipo de inteligência. Esta distinção é semelhante à de Cattell (1971) e Horn (1970) entre inteligência cristalizada e fluida.

De acordo com o paradigma da sabedoria de Berlim, defendido pelos autores, esta é constituída por cinco tipos de conhecimentos. Dois deles são critérios básicos, comuns à literatura existente sobre o tema: (1) um vasto conhecimento factual (declarativo) sobre as pragmáticas fundamentais da vida (que inclui conhecimento sobre a vida humana, o desenvolvimento e as relações inter-pessoais); e, (2) um vasto conhecimento procedimental sobre as pragmáticas fundamentais da vida (que inclui heurísticas e estratégias para lidar com a conduta e o sentido da vida). A estes dois critérios básicos, a equipa de Baltes adicionou três meta-critérios provenientes das suas áreas de pesquisa, nomeadamente da psicologia do ciclo-de-vida: (1) Contextualismo de ciclo-de-vida, em que o sujeito tem em conta as várias fases do ciclo-de-vida e os seus vários contextos (família, emprego, grupo de amigos), conseguindo inter-relacionar estes aspectos, bem como ter em conta o tempo histórico e social. (2) Relativismo de valores e prioridades de vida, os quais se prendem com a tolerância e a aceitação de outras perspectivas, valores e prioridades. Embora o sujeito identifique valores universais, compreende a convivência de valores e perspectivas diferentes. (3) Reconhecimento e manutenção da incerteza, em que o sujeito se compreende e aceita as deficiências humanas na obtenção e processamento de informação e a consequente impossibilidade de prever o futuro.

Estes autores procuraram também explicar como e porquê se desenvolve a sabedoria. Apontam-na como um produto cultural e social, mais do que individual (Baltes & Staudinger, 2000). Defendem ainda três processos organizativos pelos quais se chega à sabedoria: o planeamento da vida (*life planning*), que lida com questões

relacionadas com a concretização dos objectivos e ambições da vida; a gestão da vida (*life management*), que envolve a forma de lidar com problemas e obstáculos do ciclo-de-vida; e, a revisão da vida (*life review*), mais tarde renomeada interpretação de vida (*life interpretation*), que lida com a busca de sentido para o passado, o presente e a antecipação do futuro. Como antecedentes da sabedoria os autores (Baltes & Staudinger, 2000) apresentam várias condições ontogénicas e processos, cujo trabalho conjunto em sinergia permite o desenvolvimento da sabedoria. Três categorias de condições são fundamentais: (1) características pessoais gerais, como a saúde mental ou o estilo cognitivo; (2) contextos experienciais específicos à obtenção dum nível de experiência nas pragmáticas fundamentais da vida, como o contacto com um mentor ou experiência em assuntos relacionados com a condução da vida; e, (3) contextos macro-estruturais associados a experiências relacionadas com a sabedoria, como a idade, a paternidade ou o contexto profissional (por exemplo, os psicólogos clínicos apresentam elevados níveis de sabedoria; Baltes et al., 1995).

A sabedoria requer a interacção da inteligência, estilo cognitivo e personalidade, mas, como constructo, vai para além desta conjugação, ocupando um espaço psicométrico único (Staudinger et al., 1997). Para medir a sabedoria, Baltes e colegas utilizam o método de pensar alto (*thinking aloud*) sobre dilemas de vida, cuja solução requer a capacidade para lidar com a incerteza e a complexidade. As respostas dos sujeitos são cotadas por um júri de três elementos, previamente treinado, tendo em conta os cinco critérios, já referidos, que constituem a sabedoria. Existem críticas de que o que é medido com este método é apenas o conhecimento relacionado com a sabedoria, e não esta (Ardelt, 2004; Coleman & O'Hanlon, 2004). O grupo de Berlim já referira, contudo, que a sua operacionalização da sabedoria era apenas uma das muitas formas de o fazer em relação à sua própria perspectiva sobre a sabedoria como constructo teórico e cultural, o qual nunca pode ser totalmente abrangido por qualquer método empírico (Baltes & Staudinger, 2000).

3.2. A sabedoria como integração de características cognitivas, reflexivas e afectivas da personalidade

Ardelt (2003, 2004) propõe um modelo da sabedoria que a encara como uma integração de características cognitivas, reflexivas e afectivas da personalidade. A dimensão cognitiva da personalidade é referente ao desejo de conhecer a verdade e

obter uma compreensão profunda da vida, especialmente no que concerne às áreas intra e inter-pessoais. Como outros autores também referem, tal conhecimento implica compreender e aceitar as partes boas, mas também as partes más, da vida. A componente reflexiva diz respeito à auto-análise do sujeito. Ela refere-se ao auto-exame, à auto-percepção, ao *insight* sobre as suas acções e motivações, e à sua capacidade de olhar e pensar diferentes eventos através de diferentes perspectivas. A terceira componente da sabedoria consiste na simpatia, bondade e compaixão, em relação aos outros. Trata-se do abandono da posição egocêntrica e da assunção de uma forma de estar mais generativa.

Para esta autora, os cinco critérios de sabedoria de Baltes e colegas representam apenas a componente cognitiva e parte da componente reflexiva. É por isto que a sabedoria, quando medida através do sistema de Baltes, não se revela como preditora da satisfação de vida, o que vai contra o senso comum e as conclusões de outros autores (Webster, 2003; Ardelt, 2004). A autora, para medir a sabedoria, desenvolveu uma escala tridimensional auto-administrada, a *Three-dimensional Wisdom Scale (3D-WS)*; Ardelt, 2003) baseada na operacionalização das suas três componentes. A versão final consiste em 14 itens para a dimensão cognitiva, 12 para a dimensão reflexiva e 13 para a afectiva (todos os 39 itens são medidos através de duas escalas de resposta tipo-Likert de cinco pontos). A escala mostrou boas propriedades psicométricas.

3.3. A sabedoria como equilíbrio

O desenvolvimento que Sternberg (2003) faz da sabedoria enquadra-se no seu trabalho sobre inteligência e criatividade. Assim, para este autor, a sabedoria define-se como a aplicação da inteligência de sucesso (*successful intelligence*) e da criatividade, mediadas por valores, para um bem comum. Para tal são necessários dois equilíbrios. Primeiro entre o interesse sobre si próprio (interpessoal), o interesse dos outros (interpessoal) e o interesse relativo ao contexto onde se vive (extrapessoal). O segundo equilíbrio processa-se entre os vários tipos de resposta ao contexto ambiental, nomeadamente, entre a definição desses contextos, a sua selecção e a adaptação a estes.

Para este autor (Sternberg, 2003), a sabedoria manifesta-se numa série de processos, muitas vezes de natureza cíclica. Estes processos são metacomponentes do pensamento, um conceito desenvolvido nos seus estudos sobre a inteligência. Eles incluem: o reconhecimento da existência de um problema; a definição da sua natureza; a

representação de informação sobre o problema; a formulação duma estratégia para resolver o problema; a alocação de recursos para a sua solução; e, a monitorização da solução do problema ou a avaliação através da retro-informação respeitante à solução. A ênfase é, pois, posta no conhecimento tácito, não implicando tal ênfase que o conhecimento formal não seja também importante, embora no caso da sabedoria ocupe um lugar secundário.

Quanto à relação da sabedoria com outros constructos, Sternberg postula cinco diferentes relações. A primeira é a relação da sabedoria com o conhecimento, sendo, como já foi referido, o conhecimento tácito o mais importante. A sabedoria está também associada ao pensamento analítico, mas não do tipo necessário para resolver as matrizes de Raven. Trata-se de um pensamento analítico relacionado com a metacognição, envolvendo os tipos de processos descritos no parágrafo anterior, desde que aplicados para equilibrar diferentes tipos de interesses em busca dum bem comum. A terceira associação é entre a sabedoria e a criatividade. Soluções sábias são muitas vezes criativas. Contudo, as pessoas muito criativas tendem a ser pouco sábias, já que, de acordo com o autor, a criatividade tem muitas vezes um elemento de confrontação e desafio. A sabedoria é muitas vezes criativa, mas a criatividade não tem que ser sábia. Apesar de algumas afinidades, os constructos são diferentes, implicam processos específicos, possuem objectivos distintos e desenvolvem-se de diferentes formas. A quarta relação é com o pensamento prático. Mais uma vez este é necessário mas não suficiente para a sabedoria, que implica conhecimento prático mas também a realização de diferentes equilíbrios, como já referido. A quinta relação é entre a sabedoria e constructos tais como a inteligência social, a inteligência emocional e a inteligência interpessoal e intrapessoal. A grande diferença prende-se, de novo, com os objectivos. Enquanto que uma pessoa pode utilizar estes tipos de inteligência para propósitos egoístas ou nefastos à comunidade, como no caso dos vendedores de “banha da cobra” ou de alguns ditadores políticos, a sabedoria pressupõe sempre a busca de um bem comum.

A forma de medir a sabedoria proposta por Sternberg não difere muito da de Baltes. O autor utiliza vários tipos de problemas, como cenários de resolução de conflitos e/ou dilemas plausíveis e não antecipados (incluindo alguns dos utilizados pela equipa de Baltes). A grande diferença para Baltes é que a avaliação da resposta a estes problemas é feita pelos júris de acordo com critérios retirados da teoria da sabedoria como equilíbrio. Os critérios são os seguintes: (1) demonstração de uma intenção de obter um

bem comum; (2) equilíbrio de interesses intrapessoais, interpessoais e extrapessoais; (3) tomar em conta factores de curto e longo prazo; (4) justificação para a adaptação ou definição ou selecção de ambientes; (5) utilização sensata de valores; (6) qualidade global (em termos de sabedoria) do processo de solução; e, (7) qualidade global (em termos de sabedoria) da solução em si mesma.

Uma nota final para referir que para Sternberg a sabedoria implica não só conhecimento e intenção, mas acção. Sábio é o que age sabiamente. Tendo esta máxima em conta, o autor propõe formas de ensinar a sabedoria nas escolas.

3.4. A sabedoria como um constructo multi-dimensional

A partir de uma revisão teórica da literatura existente sobre sabedoria, Webster (2003) refere ser consensual que esta é sempre vista como multi-dimensional, e que os seus componentes operam de uma forma holística, sendo cada parte necessária, mas não suficiente, para a realização da sabedoria. A partir desta revisão ele propõe cinco componentes da sabedoria, que apresentaremos em seguida.

Experiência de vida. A sabedoria não se desenvolve no nada. É preciso passar por situações difíceis, superar problemas complexos, negociar crises. É também devido a este requisito que, para muita gente, a sabedoria se associa à idade. Quanto mais velha uma pessoa, maior a probabilidade de ter adquirido conhecimento à custa da experiência. Contudo, não é qualquer experiência que permite o desenvolvimento da sabedoria, mas experiências difíceis, moralmente desafiadoras e que requerem (e suscitam) alguma profundidade para se lidar com elas.

Regulação emocional. A sensibilidade afectiva ou regulação emocional são elementos chave da sabedoria. Conceito próximo da inteligência emocional (Goleman, 1996) e intra-pessoal (Gardner, 1983), envolve a capacidade de entender e sentir as pequenas distinções, as misturas e complexidades de todo o largo espectro das emoções e afectos humanos.

Reminiscência e reflexividade. Quer nas concepções clássicas quer nas modernas conceptualizações da sabedoria como um constructo psicológico, o conhecimento de si próprio é um elemento fundamental da sabedoria. A reflexão sobre a vida passada e presente é uma condição necessária para o desenvolvimento de uma série de funções psicológicas, incluindo formação e manutenção da identidade, compreensão de si mesmo, e *coping* adaptativo. A revisão de vida é apontada por muitos autores como

necessária para a sabedoria. Ela está relacionada com a capacidade de dar um sentido à vida vivida, de reconhecer os erros, as limitações, mas também os sucessos e as forças.

Abertura. Um sábio é tudo menos rígido e inflexível. A literatura aponta a abertura como uma característica da sabedoria. Baltes e colegas (1995) referem a abertura à experiência como um dos mais poderosos preditores da sabedoria. Trata-se da capacidade de explorar opções, de aceitar e ponderar outras perspectivas, de entender a complexidade do mundo.

Humor. Webster (2003) aponta o humor como uma das componentes da sabedoria menos referida. O autor alega, contudo, que já Erikson referia a sua importância e dizia não acreditar num sábio que não conseguisse rir. O humor permite lidar com situações difíceis, compreender a natureza complexa, por vezes arbitrária, da vida, e também, trazer uma nova perspectiva sobre a vida e suas vivências. Contudo, o humor cáustico e sarcástico pode apenas servir para magoar, pelo que há que diferenciar entre os tipos de humor que fazem parte da sabedoria.

Contrastando as dimensões da sabedoria postuladas por Webster, existem paralelos óbvios entre as quatro primeiras componentes e dimensões das outras teorias. Apresentamos dois exemplos. A componente abertura tem muito em comum com o relativismo de valores e prioridades de vida dos autores do grupo de Berlim, assim como a reminiscência e revisão de vida partilham um espaço conceptual com as características reflexivas da sabedoria encontradas na teorização de Ardelt. Apenas o humor parece isolado, constituindo-se como um acrescento singular de Webster às teorizações da sabedoria.

Webster desenvolveu um instrumento para medir a sabedoria, a *Self-Assessed Wisdom Scale* (SAWS; Webster, 2003), constituído por 40 itens (avaliados numa escala de resposta Likert de seis pontos), que mostrou boas propriedades psicométricas (Webster, 2007).

4. Religião, fé e sua relação com a velhice

A associação da religião ao bem-estar na velhice tem sido um elemento de estudo dos gerontologistas. Parecem existir indícios de que a religião tem muitas vezes um papel positivo na saúde dos sujeitos (Lee & Newberg, 2005), especialmente nos idosos. Como já vimos a velhice é uma altura de ganhos mas também de perdas, em relação às quais os sujeitos se têm que adaptar. A religião funciona, muitas vezes, como um sistema de *coping* , mas a sua importância não se fica por aqui, sendo uma fonte de sentido numa altura em que a vida é questionada, e constituindo-se também como um aglutinador de diferentes recursos: sociais, materiais, espirituais.

McFadden (1995) refere que além dos motivos para o estudo da religião que são independentes da idade, existem três razões adicionais para a estudar nos adultos idosos. A primeira, é a de os adultos idosos possuírem níveis de frequência religiosa bastante superiores a qualquer outro grupo etário. A segunda, é o serem as instituições religiosas que muitas vezes providenciam grande parte dos serviços que beneficiam o bem-estar dos adultos idosos. Tal é ainda mais relevante no caso português, onde muitos centros de dia estão associados a paróquias. A terceira, é a de as tradições religiosas conterem princípios e reflexões sobre o sentido de uma vida longa que contradizem estereótipos populares negativos sobre os idosos.

Iniciaremos esta secção com uma breve revisão do debate sobre a possibilidade do estudo científico da religião. Depois focaremos aspectos importantes deste estudo como a clarificação dos conceitos utilizados e a atenção dada a diferentes religiões. As variáveis mediadoras, por ser a área onde reside muito do debate, serão também revistas. Concluiremos a secção com a relação específica e singular da religião com o envelhecimento.

4.1. O estudo da religião e da espiritualidade no âmbito da psicologia

Apesar da importância da religião e da espiritualidade na vida das pessoas, os psicólogos e outros cientistas sociais têm evitado esta temática. Hill e Pargament (2003), tendo observado que os estudos de revisão da literatura empírica apontam para um “sub-estudo” destas variáveis, apresentam várias hipóteses para o procurar justificar. A primeira é a de que a religião e a espiritualidade são de uma importância mais periférica para os psicólogos e outros cientistas sociais do que para o público em geral.

Comete-se também, muitas vezes, o erro de achar que a religião cai fora do espectro do estudo científico, quando não existem motivos para tal suceder (Miller & Thoresen, 2003). Finalmente, ao contrário das evidências estatísticas, pensa-se que a religião e a espiritualidade estão a diminuir numa era de prosperidade da ciência e da racionalidade.

Quando incluída nos estudos, a religião é muitas vezes reduzida a medidas muito breves, muitas vezes de apenas um item, como a frequência da igreja (Plante & Bocaccini, 1997; Hill & Pargament, 2003). Estas medidas não podem, obviamente, comportar a complexidade e multiplicidade do fenómeno religioso. Contudo, mesmo tendo em conta a sua fraqueza, os resultados têm apontado para a religião e para a espiritualidade como sendo variáveis robustas na sua previsão de resultados positivos na área da saúde, quer seja física, mental ou relacionada com a dependência de substâncias (Miller & Thoresen, 2003).

Existe ainda muita polémica quanto aos estudos realizados. As questões metodológicas são inúmeras (Möberg, 2002; Flannelly, Ellison, & Strock, 2004). Um dos principais pontos prende-se com a definição dos conceitos. Religião, fé e espiritualidade são muitas vezes confundidos. Um importante passo para o estudo científico da religião é a definição de conceitos e a utilização de níveis mais específicos de análise (James & Wells, 2003).

É tido por certo que espiritualidade e religião são constructos diferentes. A espiritualidade é mais intangível e subjectiva, relaciona-se com o sentimento do sujeito perante o divino e o transcendente, não podendo pois ser observada directamente (Miller & Thoresen, 2003). A religião é um fenómeno institucional. Apesar de em primeiro lugar ser uma forma institucional que gere a espiritualidade, a religião possui um lado social, histórico e legal. No entanto, a polarização entre espiritualidade e religião tem ido longe demais, assumindo mesmo contornos maniqueístas, em que a espiritualidade possui tudo o que há de bom e a religião tudo o que há de mau (Hill & Pargament, 2003). Apesar das suas diferenças, estes dois conceitos estão relacionados. Se utilizarmos o conceito de religiosidade, no sentido da adesão do sujeito aos preceitos, valores, regras e práticas da sua religião, aproximamo-nos mais ainda da espiritualidade (Miller & Thoresen, 2003). Tal não implica que um sujeito não possa ser espiritualmente rico sem ser religioso, ou vice-versa.

A intervenção complexa da religião na saúde mental e física e no bem-estar tem que ser estudada atendendo às diferenças entre as religiões. Existem indícios de que o facto de um sujeito ser protestante, católico ou judeu pode ter diferentes efeitos na saúde e

qualidade de vida (Ferriss, 2002). Não bastará só atender às diferenças entre religiões, como também compreender a posição contextual da religião na sociedade em que se insere; nomeadamente se é minoritária, socialmente aceite, perseguida, fornecedora de *status*, etc. A maior parte dos estudos sobre religião têm sido feitos nos Estados Unidos. São necessários mais estudos noutras partes do mundo, mas também mais estudos que abordem religiões fora da matriz judaico-cristã, na qual tem sido feita a esmagadora maioria das investigações (Cohen & Koenig, 2003).

Existe, ainda, uma diferença entre religião e comportamentos religiosos. Uma distinção simples é entre praticantes e não praticantes. Porém, especialmente nos idosos, esta distinção pode estar relacionadas com incapacidade física de atender ao culto. Alguns autores propuseram conceptualizações mais apuradas do fenómeno religioso. Allport defende a distinção entre religiosidade intrínseca e extrínseca (Allport & Ross, 1967). A religiosidade extrínseca é aquela em que o indivíduo utiliza a sua religião para os seus fins, que podem ser vários, como conseguir segurança, socializar e distrair-se, ou para adquirir *status*. A religiosidade intrínseca é aquela em que o sujeito vive a sua religião, constituindo esta o seu fim último. A operacionalização destas variáveis permitiu observar a sua diferente interação com o bem-estar (Cohen & Koenig, 2003). Allen e Spika (1967, cit por Plante & Bocaccini, 1997) desenvolveram os constructos de religiosidade empenhada e consensual. A primeira é definida como uma fé autêntica, internalizada e aberta e abstracta, ao passo que a segunda, a religiosidade consensual, é uma fé não internalizada, acompanhada de um estilo cognitivo concreto, vago e simplista. Entretanto, não só a religiosidade é alvo de categorizações. A oração foi dividida em quatro tipos: coloquial, meditativa, ritualística e peticionária.

Além da especificação das diferenças entre tipo de religiosidade, alguns autores defendem constructos ainda mais específicos, como a proximidade a Deus, apoio religioso, internalização da religião e outros (Hill & Pargament, 2003). Para medir estes constructos têm sido desenvolvidos vários instrumentos, esperando-se que a circunscrição dos constructos seja uma das formas de compreender a multidimensionalidade do fenómeno religioso.

Outra questão que surge com frequência prende-se com as variáveis mediadoras dos efeitos da religião e espiritualidade na saúde. Parte dos efeitos positivos da religião sobre a saúde são justificados pela defesa que as várias religiões fazem de estilos de vida saudáveis, com diferentes restrições alimentares e regras regendo o que pode e não pode ser consumido, bem como possuindo indicações e obrigações de práticas salutares

e hábitos higiénicos. Outra justificação vem das redes de suporte social que as religiões providenciam. Muitas práticas religiosas estão associadas a uma visão optimista da vida, e é sabido que o optimismo afecta positivamente o bem-estar (Lyubomirsky, King, & Diener, 2005). Finalmente as estratégias de *coping*, como a oração, permitem a compreensão e elaboração da dor quando integradas num plano divino. Muitas destas variáveis têm sido estudadas, procurando a explicação dos efeitos da religião na saúde. Note-se, entretanto, que apesar de grande parte dos efeitos positivos sobre a saúde e o bem-estar se dever à interacção destas variáveis, a religião ocupa um campo especial, que não pode ser reduzido e explicado apenas por variáveis como os recursos sociais provenientes da prática religiosa ou os cuidados com a saúde associados a uma crença religiosa (Cohen & Koenig, 2003; Hill & Pargament, 2003).

4.2. A religião na velhice

Como referimos na secção anterior, a religião e a espiritualidade têm a maior parte das vezes uma interveniência positiva na saúde. Na velhice são ainda mais importantes. Tal facto deve-se a vários motivos. O primeiro está relacionado com o aumento de doenças sérias ou crónicas, do *stress* relacionado com a saúde e de incapacidades associados ao envelhecimento. A religião e a espiritualidade fornecem recursos úteis para lidar com estas situações (Cohen & Koenig, 2003). Outro motivo prende-se com a diminuição dos papéis sociais com a velhice, que pode trazer aos sujeitos uma sensação de perda de sentido (Emery & Pargament, 2004). A religião e a prática religiosa fornece ao sujeito, não só pelas actividades sociais relativas pelo culto, mas também por estar inserido numa comunidade de crentes, uma sensação de pertença e sentido. O terceiro motivo é o da proximidade da morte. Esta circunstância torna mais importante a religião e a espiritualidade, já que as religiões permitem atribuir um sentido à morte, e, para os crentes, diminuir a angústia e a ansiedade perante esta fatalidade. Todavia, os estudos sobre a forma como o sentido da vida providenciado pela religiosidade diminui a ansiedade de morte, apesar de mostrarem uma tendência neste sentido, são, para já, inconclusivos (Emery & Pargament, 2004). Em síntese, podemos dizer que a necessidade da religião advém dos sujeitos estarem mais frágeis, mais sós e mais perto da morte, situações que são referência explícita e constante de todas as religiões.

A importância da religião, tendo em conta o referido no parágrafo anterior, parece, nos estudos realizados, de facto, aumentar com a idade (Cohen & Koenig, 2003; Emery & Pargament, 2004).

Na secção anterior já debatemos vários motivos apresentados para a influência positiva da religião na saúde. O contexto especial em que vivem os adultos idosos suscita uma conceptualização um pouco diversa. Assim, Emery e Pargament (2004) propõem cinco motivos para explicar a influência positiva da religião na velhice. O primeiro motivo é a possibilidade da religião fornecer aos idosos um sentimento de continuidade numa fase da vida feita de mudanças rápidas e perdas abruptas. O segundo motivo é o papel da religião como fonte de intimidade e pertença. Na velhice existe uma alteração das redes sociais, a manutenção da rede social religiosa é fonte de continuidade, relações superficiais e íntimas. O terceiro motivo diz respeito ao amparo espiritual dum Ser Supremo, existente em todas as religiões, cujo apoio é, para o crente, sempre presente, mesmo na última fase da vida. Em quarto, os sistemas de crenças religiosos permitem afirmar o sentido, e de certa forma a dimensão sagrada, da vida individual do sujeito numa altura de mudanças e perdas sociais, físicas e psicológicas. Por último, a religião representa uma área de domínio e poder numa altura em que os idosos podem experimentar uma diminuição destes noutras áreas da vida. Apesar de não referida por estes autores, acreditamos que a proximidade da morte desempenhe também um papel importante na importância da religião no seio dos idosos. A ideia de uma vida além da morte, proposta por muitas religiões, pode servir de consolo no fim da vida, tal como a ideia de um julgamento divino, pode ser fonte de angústia. Assim, a oscilação entre a salvação e a condenação é paralela à oscilação entre a integridade do Ego e o desespero, postulados por Erikson para esta fase de vida.

Um dos meios mais poderosos através do qual a religião pode ter um impacto no bem-estar dos idosos é o *coping* religioso. Emery e Pargament (2004) entendem o *coping* como o conjunto de esforços para entender e lidar com situações críticas de vida, muito presentes na velhice. No entanto, e dando ouvidos a vários críticos dos estudos religiosos que apontam a ausência de reflexão sobre as características negativas da religião no bem-estar, estes autores estabelecem a diferença entre *coping* religioso positivo e negativo. Assim o *coping* negativo reflecte uma orientação religiosa geral de tensão, marcada por uma relação perturbada com Deus, uma visão negativa do mundo e uma luta religiosa pela busca de sentido. Os métodos utilizados por este tipo de *coping* incluem o questionamento dos poderes de Deus, a expressão de raiva contra Deus e

descontentamento com o clero e/ou os membros da congregação e igreja. O *coping* positivo utiliza métodos que reflectem uma relação segura com Deus, a crença de que a vida possui sentido e a sensação de conexão espiritual, incluindo comportamentos tais como: o reenquadramento religioso benevolente, em que acontecimentos negativos são vistos de forma positiva, por exemplo como uma oportunidade de aprendizagem ou de chegar mais próximo de Deus; *coping* religioso colaborativo, em que o sujeito se vê a colaborar com Deus para a resolução da sua situação; a procura de apoio espiritual de Deus; a procura de apoio junto do clero ou de membros da congregação ou igreja; e, a ajuda ou o perdão religioso.

Apesar da existência do *coping* religioso negativo, a maior parte dos estudos refere que é feito consideravelmente mais uso do *coping* positivo (Emery & Pargament, 2004). No entanto, e como já referimos, a importância da religião não advém só do seu funcionamento como sistema de *coping* , nem provém também apenas das variáveis que medeiam a sua relação com o bem-estar, como o suporte social e comunitário, tal como não é justificada por si só a sua importância na velhice, devido à proximidade da morte. É no conjunto de todas estes aspectos tomados em simultâneo, e talvez ainda para além deles, que se deve encarar a importância, o impacto e a necessidade do estudo da religião, e da fé, no envelhecimento.

5. Bem-estar subjectivo (BES)

A palavra felicidade, em português, tal como em espanhol (*felicidad*) e italiano (*felicità*), provém do latim *fēlix*, que significa sorte, por vezes destino. Esta ligação da felicidade à sorte está presente noutras línguas: em francês *bonheur* mais não é do que *bon* (boa) *heur* (sorte, fortuna); em alemão *Glück* significa simultaneamente sorte e felicidade, e o inglês *happiness*, provém do inglês antigo onde *happ* significa sorte, fortuna e também o que sucede no mundo, daí a sua presença em *perhaps* (talvez), *happenstance* (coincidência), ou *happening* (acontecimento). Como se pode ver existe uma associação etimológica entre a felicidade e a sorte (McMahon, 2006). No entanto, pelo menos nos países ocidentais, não parece ser a vontade das pessoas de atribuir a obtenção da sua felicidade à sorte. Na declaração da independência americana estabelece-se que um dos direitos de todos os homens é o da perseguição da felicidade (*the pursuit of happiness*) e é relativamente consensual que a democracia deve providenciar aos seus membros a possibilidade da obtenção da felicidade (McMahon, 2006).

Nos últimos anos, a psicologia participou activa e entusiasticamente no debate eterno do que é a felicidade, do que a constitui, do como pode ser obtida, dos obstáculos que se levantam na sua direcção e das características dos seus possuidores. Tão enfática e entusiasta participação, com milhares de artigos sobre o assunto (Ryan & Deci, 2001), a criação dum *Journal of Happiness Studies* e duma *World Database of Happiness*, deve-se a uma mudança de perspectiva na psicologia, apelidada de Psicologia Positiva (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Para os defensores da psicologia positiva, a ênfase posta na patologia, na falha, na anomalia, característico da psicologia pós-Segunda Guerra Mundial, tinha deixado de lado valores importantes para esta ciência, como a procura de uma vida boa, da felicidade, de forças, virtudes e sabedoria. Apesar dos esforços da psicologia humanista dos anos 1960, esta havia em parte falhado devido à falta de bases empíricas, fazendo proliferar livros de auto-ajuda ao invés de estudos científicos. As condições económicas e sociais dos anos 1990, um período de desenvolvimento económico, permitiram contudo o desabrochar da psicologia positiva sobre as suas muitas formas, em especial a do estudo da felicidade.

Por ser um campo relativamente novo, a confusão conceptual é muita. Felicidade, bem-estar, satisfação de vida, qualidade de vida são por vezes utilizados como termos equivalentes, por outras como constructos totalmente distintos. Para o esclarecimento

destas sobreposições de significados não ajuda que o termo felicidade tenha vindo a perder, ao longo do tempo, parte da sua associação à fortuna e ganhando um sem número de conotações impossíveis de ignorar. Ao longo da história longa e complexa da felicidade, o seu significado variou bastante, sendo em certas eras a felicidade considerada como sinónimo de virtude, ao passo que noutras era sinónimo de prazer (McMahon, 2006).

Pela complexidade e ressonância emocional que o termo felicidade possui, muitas pessoas colocarão entraves à ideia de que esta possa ser medida. Assim, muitos autores preferem medir constructos familiares mas não equivalentes, como o de qualidade de vida ou de bem-estar. Mas, quando se começa a discutir a operacionalização desses constructos, o mesmo tipo de problemas se coloca. Uma das questões principais está relacionada com a utilização de critérios internos ou externos (Veenhoven, 2000). Usando como exemplo a área de estudo que concerne a esta tese, o sucesso no envelhecimento deve ser medido através de critérios internos, subjectivos, do sujeito ou critérios externos, observáveis, como o da sua saúde funcional (vd. Kunzmann, Little, & Smith, 2000)? Ou deve ainda ter em conta, como sugerem Schultz e Heckhausen (1996), o predomínio do controlo primário e capacidades gerais a nível cognitivo, intelectual, e social? Este debate está presentemente a ocorrer na área da economia, onde historicamente se tem recorrido a critérios externos (e.g. rendimento *per capita*, número de habitantes por residência) para avaliar o bem-estar, mas onde vozes discordantes começam a surgir, defendendo a conjugação desses indicadores com indicadores internos, subjectivos (Frey & Stutzer, 2002).

Embora o senso comum pareça indicar que as condições externas são totalmente determinantes para a felicidade, muitas correntes filosóficas e religiosas ao longo da história pretenderam retirar às circunstâncias o seu poder sobre a felicidade e colocá-la de forma total no indivíduo. Desde a temporalmente distante afirmação de Séneca de que um estóico seria feliz até sobre tortura (Séneca, trad. 2004), até aos mártires de várias religiões, os exemplos abundam sobre sujeitos que alegam felicidade em circunstâncias que a maioria das pessoas consideraria profundamente infelizes.

Num estudo realizado nos bairros pobres de Calcutá, cujo um grande número de participantes eram prostitutas, observou-se que, apesar de os seus habitantes possuírem um nível de satisfação com a vida mais reduzido quando comparados a grupos com melhores condições sócio-económicas, a sua satisfação é superior à esperada tendo em conta as suas condições de vida (Biswas-Diner & Diener, 2001).

Grande parte da aversão à capacidade dos sujeitos de avaliarem a sua própria felicidade deve-se a comparações sociais. Ao imaginarem-se nas circunstâncias dos sujeitos que se afirmam felizes, muitas pessoas afirmaram algo como “ele/ela não sabe o que é a felicidade”. Gilbert (2007) chama a esta hipótese a *language-squishing hypothesis* (expressão intraduzível, sendo um esforço aproximado: a hipótese de esmagamento da linguagem). Tal hipótese pressupõe que o mesmo tipo de experiências causa o mesmo prazer/felicidade/bem-estar, só que as pessoas utilizam diferentes formas de falar sobre elas, avaliando-as de forma diferente. Assim, para usar o exemplo utilizado pelo autor, um bolo produz o mesmo prazer/felicidade/bem-estar em todas as pessoas, mas algumas afirmarão (talvez porque estão habituadas a comer os mais deliciosos bolos) que lhes causa menos prazer do que a outras (que talvez não estejam tão habituadas a comer bolo). A outra hipótese apresentada pelo mesmo autor, é a *experience-stretching hypothesis* (mais uma expressão intraduzível, sendo a tradução literal: hipótese de esticamento da experiência), na qual, mantendo o discurso sobre a ingestão de bolos, uma fatia produzirá diferentes experiências de prazer, as quais serão fidedignamente identificadas pelos consumidores do bolo. Gilbert assume esta como sendo a hipótese correcta, e nós também. Não deixamos de achar bizarro que se aceite, sem muitas reservas, o testemunho dos sujeitos para aceder à sua personalidade, inteligência e tudo o mais que é alvo da psicométrica, mas que se recuse tal abordagem quando se trata da felicidade.

Mesmo quando existe concordância em que o que conta é a opinião do sujeito sobre a sua própria felicidade existe motivo para debate e discórdia. Pode mesmo afirmar-se que a discussão se torna ainda mais ríspida quando se debate outro dos nós górdios desta: saber se a felicidade depende apenas dos sentimentos e juízos do sujeito sobre o seu bem-estar, ou se deve contemplar a sua moralidade, ânimo e virtude. Chamemos a esta questão a “questão do nazi feliz”. Poderíamos colocá-la sobre esta forma: “Um oficial Alemão de alta patente, que exerceu funções de chefia num campo de concentração na Segunda Guerra Mundial, conseguiu fugir da Europa e encontra-se num país tropical a viver os seus últimos dias. Quando questionado sobre a sua felicidade, afirma-se uma pessoa muito feliz. Tal é possível?”. Ou seja, até que ponto pode alguém que leve uma vida imoral ser considerado feliz, apenas porque afirma que o é? John Stuart Mill dizia preferir ser um Sócrates sem satisfação a um porco satisfeito (Mill, trad. 2005). Vários autores argumentam neste sentido, defendendo que não basta ao sujeito dizer-se feliz. Michalos (2007, p. 6) observa que é importante colocar

questões como “é a sua orientação social dedicada à preservação de algo imaginado como uma raça branca geneticamente superior? A pessoa não presta atenção a avisos de aquecimento global e a praticamente a toda a ciência que perturbe a sua tranquilidade?”. Os defensores da perspectiva eudaimonica do bem-estar subjectivo, cujas teorias serão apresentadas em seguida, pertencem ao grupo que pressupõe a presença de virtudes para a posse da felicidade.

Embora vejamos uma série de méritos na perspectiva eudaimonica, e numa série de teorias e conceitos a ela associados, pensamos que a utilização de considerações morais na avaliação da felicidade do sujeito não é a posição mais correcta. Ou ela pressupõe uma concordância sobre o que é a virtude (que a existir marcaria uma nova era da história humana), ou depende do juízo moral e do conjunto de valores de cada investigador. Levando ao extremo, e ao ridículo, a citação de Michalos apresentada anteriormente, um autor poderia considerar que qualquer pessoa que não utilizasse transportes públicos ou não guiasse um carro híbrido, não poderia ser considerada uma pessoa feliz, por não fazer caso do aquecimento global.

A outra perspectiva dominante surgida em relação ao estudo do bem-estar e a utilizada neste estudo, é a do Bem-estar subjectivo (BES; Diener, 2000), que será posteriormente apresentada.

5.1. Sobre a felicidade: perspectivas eudaimonica e hedónica

A perspectiva eudaimónica nega que a felicidade, entendida numa perspectiva hedónica, seja a única componente do bem-estar. O prazer não será sempre um indicador duma boa vida, pois não é apenas da satisfação dos desejos que as pessoas retiram bem-estar. A ênfase é dada ao sentido, ao caminho pessoal. *Eudaimon* é uma palavra grega que se refere ao *daimon* interior, que significa o verdadeiro *self* da pessoa. A base filosófica desta perspectiva é Aristotélica, sendo que é rejeitada uma opinião subjectiva sobre o bem-estar, defendendo-se uma avaliação objectiva sobre como a vida de uma pessoa é vivida de acordo com os seus valores centrais e de forma autónoma pelos sujeitos (Ryan & Deci, 2001).

Dentro da perspectiva *eudaimonica* existem duas teorias dominantes. A teoria da auto-determinação (Ryan & Deci, 2000) toma a ideia da *eudaimonia*, ou auto-realização, como o aspecto central que define o bem-estar. Esta teoria aponta três necessidades psicológicas básicas: autonomia, competência e conexão/conectividade

(*relatedness*), cuja satisfação é essencial para o crescimento psicológico, a integridade e o bem-estar, bem como para experiências de vitalidade e auto-congruência. Esta teoria não nega a importância do BES como tradutor do bem-estar do sujeito. Não obstante, nos estudos realizados sobre a influência desta teorização, o BES é utilizado juntamente com outros tipos de indicadores do bem-estar, como indicadores de auto-actualização, vitalidade e saúde mental. Já a teoria elaborada por Ryff e Keyes (1995) fala de bem-estar psicológico como sendo um conceito diverso do bem-estar subjectivo, estando mais associado à procura de sentido e de auto-realização. Este constructo é multi-dimensional, abrangendo seis aspectos distintos da actualização humana: autonomia, crescimento pessoal, auto-aceitação, propósito na vida, domínio (*mastery*) e conexão/conectividade positiva (*positive relatedness*). Estudos revelaram que apesar do bem-estar subjectivo e do bem-estar psicológico estarem relacionados em alguns aspectos, são constructos diferentes e pode ser frutuoso utilizá-los em conjunto (vd. Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002).

Na perspectiva hedónica, o BES diz respeito à avaliação que as pessoas fazem da sua vida (Diener, 2000). Para esta perspectiva não interessam, de forma directa, as virtudes e defeitos dos sujeitos, se eles são racistas, poluidores ou se fazem voluntariado e reciclam. Trata-se de uma posição segundo a qual a felicidade é composta pela experiência de prazer *versus* desprazer, incluindo todos os juízos sobre os aspectos bons e maus da vida. As bases filosóficas desta posição remontam ao filósofo grego Aristipo bem como à filosofia utilitária de Jeremy Bentham (Ryan & Deci, 2001). As componentes comuns do BES são três: emoções positivas (se o sujeito experiênciava muitas emoções e sentimentos agradáveis), emoções negativas (se o sujeito experiênciava poucas emoções e sentimentos desagradáveis) e a satisfação com a vida (uma avaliação global da vida do sujeito). Os dois primeiros componentes constituem o bem-estar subjectivo emocional (Diener & Lucas, 2000a) e o terceiro componente poderá ser denominado como bem-estar subjectivo cognitivo. Nos últimos anos surgiu um novo componente, a satisfação com diferentes domínios da vida (Diener, 2000; Diener, Scollon & Lucas, 2004). Esta diz respeito à avaliação que o sujeito faz de domínios específicos da sua vida, como o casamento, o trabalho ou a saúde. Muitos estudos sobre o BES não utilizam esta quarta componente, especialmente os estudos sobre o BES em idosos (vd. Pavot & Diener, 2004). Também nós a deixamos de parte, por não a considerarmos de grande importância teórica para o objectivo deste trabalho e por colocar dificuldades práticas, traduzidas numa complexificação não desejável da

descrição do fenómeno do sucesso no envelhecimento. Seguindo um princípio de parcimónia, vamos, pois focar-nos nas três principais componentes do BES, e da forma escolhida para as medir neste trabalho.

5.2.1. BES emocional

Ao medir o bem-estar subjectivo emocional, ou seja, a experiência de emoções positivas e negativas por parte do sujeito, uma das questões centrais é a da frequência versus intensidade das emoções. Diener e Lucas (2000a) referem que, a longo prazo, a intensidade da experiência emocional é menos importante do que a frequência, por serem raras as situações de grande intensidade emocional, e por, mesmo no caso da experiência de intensas emoções positivas, estas poderem acarretar custos. Estes autores referem que parece existir também uma associação entre a experiência de intensas emoções positivas com a experiência de intensas emoções negativas.

Outra questão central é a da independência entre as emoções positivas e negativas. Existe cada vez mais consenso de que a estrutura do afecto é composta por duas dimensões: uma relativa à tonalidade hedónica ou valência, avaliando de que forma o afecto é experienciado num eixo prazer-desprazer; a outra relacionada com a activação ou excitação; (Feldman-Barret & Russel, 1998; Watson, Wiese, Vaidya, & Tellegen, 1999). Na famosa prova *Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)*; (Watson, Clark, & Tellegen, 1988), as medidas PA e NA estavam inicialmente rotuladas como *Positive Affect* (afecto positivo) e *Negative Affect* (afecto negativo). Esta denominação conduzia muitas vezes à assunção de que representavam polos opostos, quando, de facto, PA e NA representam uma combinação das duas dimensões do afecto, sendo PA um estado de envolvimento agradável, elevado em valência e activação, e NA um estado de envolvimento desagradável, baixo em valência mas alto em activação. Vários modelos circunplexos do afecto têm sido propostos (Watson & Tellegen, 1985; Larsen & Diener, 1992). Na estrutura circunplexa do afecto desenvolvida por Watson e Tellegen, o PA e o NA seriam colocados com uma diferença de 90° e não com uma de 180° que os indicaria como bipolares. Para evitar a assunção frequente de bipolaridade, Watson e colegas (1999) renomearam PA e NA como *Positive Activation* (activação positiva) e *Negative Activation* (activação negativa). Apesar destas alterações, ainda existe muito debate sobre a relação entre PA e NA, e se são bipolares ou independentes (Feldman-Barret & Russel, 1998, Schmukle, Egloff, & Burns, 2002, Watson et al., 1999). Green,

Goldman and Salovey (1993) defendem que a independência entre PA e NA é um artefacto estatístico, e que quando se toma em conta o erro aleatório e sistemático utilizando vários métodos de avaliação dos afectos (diferentes formatos de resposta: lista de adjectivos, diferentes opções no formato de resposta, e escalas de Likert com *n*-pontos), a bipolaridade da dimensão agradabilidade (*Pleasantness*) sai muito reforçada. Watson e colegas (1999) responderam alegando que os efeitos do erro teriam sido exagerados e com críticas em relação à estratégia multitraço multimétodo, utilizada pelos autores anteriormente referidos para controlar fontes de erro sistemáticas e não-sistemáticas, porque ela envolve a criação de formas paralelas dos mesmos constructos, o que pode apresentar diferenças no conteúdo da informação em cada formato, afectando assim os resultados. Estes autores apresentam também evidencia empírica para uma independência relativa, por eles nomeada como correlação negativa moderada, entre PA e NA.

Além do debate sobre a bipolaridade/independência e dos diferentes modelos circumplexos do afecto, Watson et al. (1999) defendem o uso de PA e NA porque estes parecem representar componentes subjectivos de dois sistemas biocomportamentais gerais: de aproximação (PA), e de retirada (NA). Os autores afirmam existir bases evolucionárias, neurológicas e biológicas para esta distinção. O sistema de envolvimento comportamental (SEC; no original: *behavioural engagement system*) está relacionado com a exploração do ambiente, a aquisição de recursos e a concretização de objectivos, daí os estados elevados de PA a que está associado. O sistema de inibição comportamental (SIC; no original: *behavioural inhibition system*) prende-se com a inibição de comportamento que seja potencialmente perigoso, sendo a presença de elevados níveis de NA um sinal de crise e alerta que promove medidas de urgência.

O bem-estar subjectivo emocional pode ser medido através de uma única auto-avaliação. Esta pode ser constituída por um item ou por escalas de múltiplos itens. Os itens pedem ao sujeito para avaliar a forma como experiênciava certas emoções. Apesar de psicometricamente inferiores aos instrumentos que avaliam a satisfação com a vida, os vários instrumentos de avaliação do bem-estar subjectivo emocional apresentam uma boa consistência interna, estabilidade temporal e convergência com avaliações de bem-estar feitas por pares (Diener & Lucas, 2000a). Existem, contudo, alguns factores perturbadores das auto-avaliações, como o estado emocional actual (*momentary mood*) ou o tipo de escala de resposta. Acresce que a experiência emocional é um fenómeno complexo que envolve componentes faciais, não verbais, cognitivos, comportamentais e

experiênciais. A avaliação do bem-estar subjectivo emocional, deveria ser pois, em condições ideais, recorrer não só a auto-avaliações do sujeito, como à avaliação por parte de pares, à observação de comportamentos não verbais e a outros processos.

5.2.2. Satisfação com a vida

A satisfação com a vida diz respeito a uma avaliação cognitiva da globalidade da vida do sujeito. A ênfase é posta na subjectividade, já que é o sujeito que por si só decide que critérios utilizar para avaliar a sua vida. A avaliação pode dizer respeito ao passado, ao presente ou ao futuro, sendo que certos instrumentos abordam todos estes períodos (vd. *Life Satisfaction Index*, LSI-A; Neugarten, Havighurst, & Tobin, 1961). Muitas vezes a satisfação com a vida é medida através de um só item, especialmente quando fazendo parte de pesquisas como o *World Value Survey*, o *General Social Survey* nos Estados Unidos, ou o *German Socio-Economic Panel*, sendo que nestes estudos o período abordado é o presente. Apesar de afectada pela tonalidade das emoções experienciadas pelo sujeito, o constructo assim operacionalizado é independente de afectos positivos e negativos, revelando-se, apesar de alguma variabilidade, especialmente a médio/longo prazo (Ehrhardt, Saris, & Veenhoven, 2000), o mais estável dos componentes do bem-estar subjectivo (Diener, 1984). E isto tendo em conta que, na maior parte das vezes, se trata de um julgamento global retrospectivo que é apenas realizado na altura de dar a resposta, sendo afectado pelo seu afecto presente (*momentary mood*), pela memória e pelo contexto imediato (Kahneman & Krueger, 2006)

O estudo dos idosos foi uma área pioneira na avaliação da satisfação com a vida, já que os investigadores procuravam formas de medir o sucesso no envelhecimento. A ausência de provas psicológicas adequadas para a avaliação da satisfação com a vida levou-os a desenvolver os primeiros instrumentos. O clássico instrumento de Neugarten e colegas (1961) é disso um bom exemplo.

5.3. Teorias sobre o BES

Mais difícil ainda do que concordar sobre o que constitui a felicidade é a descoberta do que está por detrás desta. Reveja-se algumas das teorizações principais.

Num artigo de revisão de estudos sobre o bem-estar subjectivo, Diener (1984) distingue entre processos de base topo (*bottom-up*) e de topo-base (*top-down*) que influenciam o BES. O foco teórico inicial foi no sentido dos factores de base-topo. Procurava-se averiguar de que forma as situações, os eventos externos e a demografia influenciavam a felicidade. Pressupunha-se que esta era a soma das experiências positivas vividas em vários domínios. É assim, uma abordagem relacionada com a filosofia atomista e reducionista de Locke na qual as experiências formam o indivíduo (Simões et al., 2000). Porém, o fraco poder explicativo das variáveis demográficas veio dar mais voz ao outro campo, o das teorias topo-base. Nestas, crê-se que é a pessoa que determina de que forma as suas experiências serão vividas. Assim a felicidade dependeria mais da pessoa do que do que lhe acontece. Esta segunda perspectiva incorpora uma filosofia de tipo kantiano, em que o sujeito não é passivo perante a experiência, mas organiza-a e interpreta-a activamente (Simões et al., 2000). Uma das variáveis centrais dessa abordagem é a personalidade, cuja influência no BES será revista mais à frente.

Por seu lado, nas teorias de padrões relativos defende-se que as condições objectivas do sujeito não são o mais importante para o BES, mas sim o quanto se equiparam, superam ou ficam aquém de outras condições possíveis, que incluem as condições observadas nos outros e no próprio em outras alturas da vida.

Michalos (1985) propôs a teoria da discrepância múltipla. Esta teoria defende que a felicidade vem da comparação feita pelo indivíduo com padrões múltiplos. As comparações são feitas em relações a outros indivíduos, em relação a si próprio noutro período da vida, a aspirações, níveis ideais de satisfação e necessidades e objectivos. Quando uma determinada comparação tem resultados positivos o sujeito sente satisfação, por exemplo, quando conclui que o seu vencimento é superior ao do colega, ou quando se sente amorosamente mais realizado do que no passado. Quando a comparação produz resultados negativos, ou seja, as condições do sujeito são piores do que o termo de comparação, tal resulta em insatisfação. Existem uma série de factores a ter em conta nas comparações. Parece que mais do que a discrepância entre as condições do sujeito e o termo de comparação, é o movimento que está a ser feito (ou não) em direcção ao segundo que determina o resultado (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). Este aspecto foi integrado em várias teorias. O exemplo mais significativo será a teoria dos prospectos (*prospect theory*) de Kahneman e Tversky (1984) na qual se defende que o ganho ou a perda tem mais peso que o nível absoluto do recurso. Assim,

um aumento ou diminuição de ordenado tem mais peso no bem-estar do que o nível do salário (Diener & Lucas, 2000b).

Uma variação famosa deste tipo de teoria é a teoria do *hedonic treadmill* (Brickman & Campbell, 1971). Nesta teoria leva-se ao extremo a ideia de adaptação. Os seus autores sugerem que o sistema emocional de um indivíduo se ajusta às suas circunstâncias de vida actuais. Não negam que após os eventos existe um ganho ou perda de bem-estar, mas após um determinado período a pessoa regressa ao seu estado anterior. À partida, trata-se uma teoria que vai radicalmente no sentido oposto ao senso comum, e segundo a qual a perseguição da felicidade seria algo fútil. Ela teria tido pouca propagação não fossem os famosos resultados de estudos dos mesmos autores. Num clássico dos estudos de bem-estar, talvez mesmo de toda a psicologia, Brickman, Coates e Janoff-Bullman (1978) concluíram que, passado um ano, os vencedores da lotaria não eram mais felizes que os que não a tinham ganho e que as pessoas cujo um acidente deixara paraplégicas não eram substancialmente menos felizes do que sujeitos que podiam andar sem problemas. Todavia, muitas críticas foram feitas a esta teoria da adaptação. Diener, Lucas e Scollon (2006), propõem não menos que cinco importantes revisões ao modelo do *hedonic treadmill*: (1) o estado base (*set point*) dos sujeitos não é neutro, pois a maior parte das pessoas é feliz (Veenhoven, 1994; Diener & Diener, 1996); (2) não só o estado base é em geral positivo, como varia de pessoa para pessoa; (3) a felicidade é dividida por vários campos cujos estados bases são diferentes e que podem mover-se em diferentes direcções (por exemplo, a pessoa pode estar mais feliz com o seu emprego e mais infeliz com a sua vida familiar); (4) os níveis de base podem mudar para algumas pessoas, ou seja, o nível de felicidade pode alterar-se de forma permanente, o que constitui a revisão mais importante, e, (5) existem diferenças individuais significativas na adaptação. Apesar destas críticas, a ideia de adaptação é extremamente importante para a felicidade, bem como a ideia de que é difícil mudar o estado base dos sujeitos. É necessária a realização de mais estudos longitudinais para avaliar processos de adaptação quer a eventos positivos quer a negativos (Diener et al., 2006).

Por fim, relacionados com os níveis de aspiração, mas talvez de maior utilidade para compreender os processos que conduzem ao BES, encontramos os objectivos. As teorias que os colocam como génese da felicidade são apelidadas por Diener (1984) de teorias télicas. Os objectivos são as metas que as pessoas estão a perseguir na vida, fins conscientes que orientam os seus comportamentos. Não é apenas a presença de

objectivos que determina a felicidade, mas o seu tipo, a estrutura constituída pelo conjunto de objectivos (por exemplo, até que ponto são contraditórios ou não), o sucesso ou a taxa de progressão em relação a este, são tudo factores que podem afectar o BES (Diener et al., 1999; Lyubomirsky, 2008).

Os objectivos ajudam também a perceber o fraco poder preditivo dos recursos materiais e físicos em relação à felicidade. Diener e Fujita (1995) estudaram de que forma é que a presença de recursos influenciava o BES, concluindo que os recursos eram importantes quando relacionados com os objectivos do sujeito. Assim, por exemplo, um elevado rendimento é pouco útil ao sujeito se os seus objectivos são independentes do poder monetário, tal como o grau em que o sujeito é fisicamente atractivo é importante se os seus objectivos puderem ser facilitados por este atributo.

Existe uma vasta literatura explorando as várias relações entre objectivos e bem-estar (vd. Oishi & Diener, 2001; Sheldon & Kasser, 2001). Na secção respeitante à prossecução de objectivos e gestão de recursos fizemos menção de algumas destas, especificamente, das mais relevantes para o estudo dos idosos. Importa ainda acrescentar que o importante a reter é que a relação entre objectivos e bem-estar é complexa, dependendo dos recursos, cultura e congruência entre a situação do sujeito e os seus objectivos, entre outros factores.

5.4. Características pessoais, sociais, culturais e BES

5.4.1. Variáveis sócio-demográficas e BES

Vários estudos realizaram a avaliação das diferenças no BES que dizem respeito ao género (Diener et al., 1999). Com frequência encontra-se pouca ou nenhuma diferença entre mulheres e homens. Quando surge uma diferença é no sentido das mulheres, que parecem possuir mais BES que os homens. Contudo existem muitas variáveis que perturbam esta relação e que, quando controladas, parecem anular esta diferença (Inglehart, 1990). Em estudos recentes (Pavot & Diener, 2004) constatou-se parecer existir uma tendência forte para as mulheres experienciarem maiores níveis de afecto negativo. Mas para interpretar estas diferenças é preciso ter em conta que as mulheres experimentam emoções positivas e negativas em maior intensidade que os homens (ou que pelo menos os seus papéis sociais as fazem relatar estas experiências como sendo mais intensas, tal como os papéis sociais dos homens os podem fazer relatar como

sendo menos intensas). Nos estudos que se reportam a idosos, as conclusões são também contraditórias. O género ou não tem influência, ou, como no estudo de Berlim (Baltes & Mayer, 1999) as mulheres apresentam valores mais baixos de BES. É, contudo, preciso ter em conta o factor da sobrevivência selectiva, ou seja, por existir uma predisposição para as mulheres viverem em média mais anos que os homens, os homens que sobrevivem até às idades mais avançadas constituem já um sub-grupo privilegiado do seu próprio género. A correlação existente também, nos idosos, entre o género masculino e um superior estatuto social, bem como superiores rendimentos e mais anos de escolarização perturba a relação entre género e BES na velhice.

A educação, nos estudos realizados, parece ter uma correlação positiva com o BES. Contudo, parte da relação entre a educação e o BES pode ser atribuída pela covariação da educação com o rendimento e a posição social (Pavot & Diener, 2004). Alguns autores propõem que a educação pode ter um efeito negativo no BES, já que eleva as aspirações do sujeito, levando a que, quando estas não são cumpridas haja uma redução do BES (Diener et al., 1999).

Existe a crença de que um rendimento económico elevado está associado a um BES elevado, contrariando o ditado popular de que o dinheiro não traz felicidade. Os estudos existentes não apontam claramente para nenhuma destas suposições revelando uma interacção complexa entre as duas variáveis (Pavot & Diener, 2004). Assim, ao nível das nações existe uma correlação forte entre a sua riqueza e os níveis de BES indicados pelos seus cidadãos (Diener & Biswas-Diener, 2002), com algumas excepções, sendo as mais óbvias o Brasil, um país pobre com elevada satisfação de vida e o Japão, um país rico, com média satisfação de vida (Diener & Suh, 1997), excepções estas que têm uma justificação cultural. No entanto, parece que a partir dum Produto Interno Bruto de mais de 8000 dólares (no ano 2000), as diferenças de BES entre nações perdem qualquer correlação com o rendimento, sendo, por exemplo, a Irlanda nos anos 80 um país onde os cidadãos eram bem mais felizes que os cidadão da Alemanha Ocidental, um país duplamente mais rico (Myers, 2000). Dentro das nações, a correlação entre rendimento e BES já é bastante diferente, com um pequeno efeito do rendimento sobre o BES nos países desenvolvidos, efeito esse que já é considerável nos países pobres. Tal parece indicar que o rendimento aumenta o BES enquanto as condições básicas de vida podem ser melhoradas por este. A partir do momento em que certos requisitos básicos estão atingidos, o efeito do rendimento no BES é reduzido, como pode ser atestado pelo facto de, apesar de um considerável crescimento económico dos países desenvolvidos nos

últimos anos, os níveis de BES nestes se ter mantido quase o mesmo. Por exemplo, nos Estados- Unidos entre 1957 e 2000, o rendimento duplicou, mas o nível de felicidade manteve-se o mesmo (Myers, 2000). Além do dinheiro, a partir de certo nível económico, não trazer felicidade, a própria sobrevalorização do mesmo em relação a outros valores parece trazer infelicidade, como parece indicar um estudo de Diener e Biswas-Diener (2002) que revela que as pessoas que valorizam objectivos materiais ao invés de outro tipo de objectivos têm níveis de BES mais reduzidos.

O fraco poder do rendimento sobre o bem-estar é sempre apresentado com alguma pompa pelos autores (vd. Gilbert, 2007; Lyubomirsky, 2008), mas deve ser focado que tal é verdade mais para a classe média do que para os grupos mais pobres da sociedade, onde se incluem muitos idosos.

O fraco efeito do dinheiro no bem-estar tem levado a que, quer psicólogos (Diener & Seligman, 2004, Kahneman & Krueger, 2006), quer economistas (Frey & Stutzer, 2002), tenham defendido a utilização de indicadores nacionais do bem-estar (e felicidade) na tomada de decisões políticas, já que os indicadores económicos são considerados insuficientes para demonstrar o bem-estar duma sociedade, principalmente em países desenvolvidos onde o efeito do rendimento no bem-estar é muito reduzido. Estudos com grandes amostras, como o *Eurobarometro*, o *German Socio-Economic Panel* ou o *World Values Survey*, incluem já questões relativas ao bem-estar, mas estas são consideradas insuficientes pelos autores, apesar de representarem um progresso.

A religião parece ser benéfica ao BES, apesar dos benefícios desta variarem consoante os indivíduos (Diener et al., 1999). No capítulo sobre religião apresentámos as várias explicações apresentadas para este efeito e outros aspectos teóricos e metodológicos a considerar sobre a relação entre a religião e o BES.

5.4.2 Personalidade e BES

A personalidade é um dos mais fortes e mais consistentes preditores do BES (Lyubomirsky, 2008). Contudo, antes de referirmos que variáveis personalísticas influenciam que aspectos do BES, convém debater uma série de questões relativas à relação entre estes dois constructos.

O senso comum muitas vezes aponta a felicidade como uma característica pessoal. Um “bonacheirão” será alguém que é feliz, independentemente das circunstâncias. Uma das ligações conceptuais entre a personalidade e o BES é a de que existe uma

predisposição genética das pessoas para serem mais ou menos felizes. Um estudo utilizando gémeos de Lykken e Tellegen (1996) calcula que entre 40% e 52% da variação do BES pode ser explicada pelos genes e que, tratando-se da componente estável do BES, este número atinge os 80%. Contudo, Diener e colegas (1999) numa revisão de vários estudos utilizando gémeos, alertam para o facto de que estes estudos apresentam diferentes níveis de hereditabilidade, o que coloca a sua validade em questão. Nestes estudos existe também a impossibilidade de separar a influência de um ambiente estável na comparação dos níveis de felicidade a longo prazo. Ou seja, quando os estudos medem a hereditabilidade da felicidade a longo prazo, teriam que ser capazes de medir a estabilidade do ambiente para poder determinar qual a influência deste e qual a influência dos genes na manutenção da felicidade. Daí que a interpretação dos valores de hereditabilidade da felicidade tenha que ser realizada com cuidado. Existem ainda mais duas causas de perturbação: a confusão entre a influência intra-uterina e os genes; a actuação indirecta dos genes, favorecendo certas características que intervêm na obtenção do bem-estar. Contudo, apesar destas críticas, a predisposição genética tem uma influência enorme e inegável no BES.

A presença de uma grande base empírica para a estabilidade do BES levou alguns autores a afirmar que a felicidade era um traço de personalidade (Costa, McCrae & Zonderman, 1987). No entanto, tal não aparenta ser verdade. A contradição desta conclusão reveste-se de uma importância política, pois o assumir que os factores externos têm pouca influência sobre a felicidade serve de contra-argumento a profundas (e necessárias) mudanças sociais. É esta a posição de Veenhoven (1994), que defende veementemente que a felicidade não é um traço. Para o provar apresenta três conclusões: (1) apesar de alguma estabilidade a curto prazo não existe estabilidade total da felicidade a longo prazo; (2) a felicidade é influenciada pela fortuna e pela adversidade; e, (3) parte da variância da felicidade não é causada por motivos psicológicos ou genéticos. Lyobomirsky (2008) apresenta mesmo os valores correspondentes a cada conjunto de preditores da felicidade, responsabilizando os genes por 50% desta, as circunstâncias por 10% e atribuindo os restantes 40% a actividades volitivas do sujeito. Assim, embora os genes detenham metade das “acções” a mudança das circunstâncias e a actividade intencional do sujeito, podem, pelo menos, atingir paridade.

A falta de conhecimento sobre como a personalidade afecta o BES torna importante a explicação das interacções entre estes dois constructos.

Um dos modelos mais bem sucedidos a integrar personalidade e BES é o modelo do equilíbrio dinâmico de Headey e Wearing (1989). De acordo com estes autores, certas características da personalidade predis põem os indivíduos a experiênciarem níveis estáveis de eventos de vida (favoráveis e desfavoráveis) e níveis estáveis de BES. Existe pois uma linha de base. Esta só é alterada perante a ocorrência de eventos de vida extremados, quer positivos quer negativos, que perturbam o equilíbrio. Porém, assim que os eventos regressam à normalidade (ou seja, o que é típico para um sujeito daquela idade e personalidade) o BES regressa à linha de base (o equilíbrio dinâmico é, portanto, uma variação do modelo do *hedonic treadmill*).

Outros autores (vd. Diener, Oishi & Lucas, 2003 para uma revisão) apontam a reactividade emocional como a variável que melhor explica as relações entre o BES e a personalidade, mas os resultados são mistos, estando esta variável longe de explicar toda a sua variância comum.

Os traços de personalidade mais estudados na sua relação com o BES são a extroversão e o neuroticismo. A extroversão está altamente correlacionada com o afecto positivo, independentemente dos métodos utilizados para medir os conceitos (Lucas & Fujita, 2000). A relação entre neuroticismo e afecto negativo é também muito forte (Fujita, 1991, in Diener et al., 2003). Lucas, Diener, Grob, Suh e Shao (1998) defendem que os sujeitos extrovertidos possuem uma maior sensibilidade à recompensa, o que os leva a experimentar mais afectos positivos perante estas. Tal leva-os a procurarem mais activamente a recompensa, o que indirectamente os faz envolverem-se mais em situações sociais. Existe pois a hipótese de que é a diferente forma como os sujeitos experiênciam o afecto positivo que os leva a tornarem-se extrovertidos. Parece, ainda, que os extrovertidos são mais felizes não só em situações sociais, mas em todo o tipo de situações, incluindo quando estão sós (vd. Diener et al., 1999). A relação entre o afecto positivo e a extroversão está, pois, ainda por ser explicada de forma totalmente satisfatória. Pensamos contudo que, tendo em conta que os afectos positivos dizem, na grande maioria dos estudos, respeito a afectos positivos activos, a associação entre extroversão e afecto positivo é, em grande parte, conceptual, já que existe alguma sobreposição teórica nos conceitos. Parte da definição de extroversão contempla a experiência de emoções positivas activas.

Existem outras influências da personalidade no BES além do neuroticismo e da extroversão. DeNeve e Cooper (1998) realizaram uma meta-análise, englobando 148 estudos, abordando a relação de 137 diferentes constructos de personalidade com o

BES. À relação já vista do neuroticismo e da extroversão, acrescentam uma influência da amabilidade e conscienciosidade (correlacionadas aproximadamente .20 com medidas de BES), e uma série de constructos fora do *Big Five*, como a estabilidade emocional, o *locus* de controlo ou a confiança. Os traços de personalidade mostraram ser bons preditores do afecto positivo e da satisfação com a vida, mas ter menos influência sobre o afecto negativo.

O debate sobre a influência da personalidade no BES ainda está em aberto. Uma das tendências deste debate é o estudo de variáveis da personalidade situadas num nível diferente dos traços, como os projectos pessoais (Albuquerque & Lima, 2007).

5.4.3. Relações sociais, casamento e BES

As relações sociais de intimidade, confiança e apoio são consideradas fundamentais para o bem-estar (Ryan & Deci, 2001). Num estudo de Diener e Seligman (2002), que pela primeira vez na história da psicologia se preocupou não com os mais infelizes, mas com os mais felizes, as relações sociais positivas e satisfatórias foram o único factor comum a todas as pessoas com elevados níveis de BES. Vários estudos sugerem que dos antecedentes do bem-estar, este é um dos factores mais importantes (vd. Myers, 2000). Os motivos apontados são variados. Um dos aspectos prende-se com a evolução. O Homem é um animal social que ao longo da história teve, na formação de comunidades e no estabelecimento de laços de confiança, uma vantagem adaptativa, aumentando as suas hipóteses de sobrevivência. Myers (2000) realça o facto da universalidade com que se celebra a criação de novos laços sociais. O casamento, o nascimento dum filho, a entrada para um novo trabalho ou uma nova casa são, na maior parte das culturas, motivos de celebração social. Grande parte dos rituais pretendem formar e consolidar as relações sociais, a própria ideia de festa implica simultaneamente uma reunião de pessoas e uma celebração. Por outro lado, esta dependência dos laços sociais torna a solidão difícil de enfrentar. O peso negativo desta no bem-estar é evidente (Diener & Seligman, 2002).

Outro motivo para a importância dos laços sociais é o suporte que estes oferecem, servindo de amortecedores nas situações difíceis. Um exemplo é a doença. Não só as pessoas com maior número de relações sociais próximas são menos vulneráveis à doença em geral (Cohen, 1988), como, já na ocorrência desta, como no caso dos pacientes que sofrem de leucemia ou de vários tipos de cancro, as pessoas que possuem

apoio social extenso têm maiores taxas de sobrevivência e menos ansiedade e sintomas depressivos (Cólon, Callies, Popkin & McGlave, 1991; Parker, Baile, Moor & Cohen, 2003).

O casamento é um tipo de relação social muito especial. Ao contrário do que as piadas sobre o casamento insinuam, as pessoas casadas são, de facto, mais felizes que as não casadas (Myers, 2000; Diener & Seligman, 2004). Não só são as pessoas casadas mais felizes que as solteiras, como quando comparadas com pessoas separadas ou divorciadas, esta diferença se torna ainda mais patente. Contudo, os mais infelizes são as pessoas em maus casamentos. Por vezes colocou-se o argumento de que não era o casamento que fazia as pessoas felizes, devendo-se os resultados dos estudos que o apontavam ao facto de serem as pessoas mais felizes a casar - este é o chamado efeito de selecção. Contudo, apesar de existir de facto alguma presença deste efeito, o bem-estar trazido pelo casamento parece superá-lo e estar relacionado, em grande parte, com características próprias do casamento (Stutzer & Frey, 2006). Na velhice a viuvez, especialmente a viuvez recente, tem um efeito nefasto no bem-estar (Bennett, 2005; Peters & Liefbroer, 1997). Apesar da consistência dos resultados que associam o casamento ao bem-estar, Portugal poderá ser um dos casos especiais onde tal não ocorre, baseando-nos no estudo de Lima e Novo (2006) onde se verificou que os indivíduos casados apresentavam níveis mais baixos de bem-estar. Parece pois existir uma influência sócio-cultural no impacto do casamento no bem-estar.

5.4.4. Cultura e BES

O meio sócio-cultural exerce uma influência inquestionável nos comportamentos e percepções dos indivíduos. Naturalmente, também o BES é por ele afectado por. As comparações realizadas entre culturas diferentes revelaram um efeito substancial desta no BES. Todavia, é importante compreender que a maior parte dos estudos entre culturas são na verdade estudos entre países, o que, embora muitas vezes se possa equivaler um país a uma cultura, não é uma equivalência sempre correcta (Pavot & Diener, 2004). Uma das formas como o BES é afectado por diferenças entre países/culturas prende-se com o nível económico dos países, que já foi aqui debatido. Outra diferença cultural diz respeito aos estilos perceptuais e ao enviesamento benéfico para o próprio (*self-serving bias*). Este último diz respeito a uma tendência para o sujeito se perceber a si mesmo de uma forma mais favorável do que as condições

objectivas indicariam, e a se avaliar de uma forma mais positiva do que os outros o avaliariam. Os Asiáticos de Leste mostram uma reduzida tendência para este tipo de enviesamento quando comparados com os Ocidentais (Heine, Takata, & Lehman, 2000). Um conceito central nas comparações entre culturas é o da oposição individualismo/colectivismo (Kim et al., 1994), que também tem um efeito no BES. Lee, Aaker, e Gardner (2000) verificaram que nas culturas onde os indivíduos pensam em si mesmos, de forma independente dos outros (denominadas individualistas), tal conduz a um foco nas consequências positivas do seu comportamento (foco na aproximação/exploração), ao passo que em culturas colectivistas, onde a importância é dada à pertença ao grupo, o foco dos sujeitos é nas consequências negativas (foco de evitamento). Poder-se-ia dizer, de forma algo simplista, que a abordagem colectivista privilegia o evitamento da dor (emoções negativas) ao passo que a abordagem individualista privilegia a procura do prazer (emoções positivas).

5.4.5. BES e adultos idosos

Esperava-se, inicialmente, que o BES diminuísse com a idade, tendo em conta as dificuldades inerentes à velhice, bem como as perdas e o declínio de certas funções e dos laços sociais. Apesar de nos estudos com pequenas amostras os resultados serem variados, as grandes revisões sobre o tema, que se debruçam sobre estudos com grandes amostras na ordem das dezenas de milhar de indivíduos, apontam para uma manutenção do BES nos adultos idosos (Ryan & Deci, 2001; Diener et al., 2004; Pavot & Diener, 2004). A este resultado foi dado o nome de paradoxo do envelhecimento. Contudo, uma visão mais aprofundada revela que, consoante as componentes do BES, os resultados diferem. Em relação aos afectos negativos existem evidências contraditórias. A revisão dos estudos feita por Kunzmann e colegas (2000) aponta que em muitos estudos os afectos negativos mantêm-se constantes, noutros diminuem com a idade, e apenas num estudo aumentam. É necessário referir, entretanto, que muitos dos estudos comparam grupos na juventude, na meia-idade e na terceira-idade, não devendo as suas conclusões ser extrapoladas para a quarta-idade, onde o nível de declínio é substancialmente maior, deixando o sujeito de poder compensar adequadamente as perdas sofridas (como já observámos). Existe a tendência para, com o aumento da idade os afectos negativos se manterem estáveis ou diminuir, a satisfação de vida se manter estável e a vivência de afectos positivos diminuir (Pavot & Diener, 2004). Entretanto, as alterações na

experiência dos afectos parecem estar, em grande parte, associadas a declínios na saúde funcional (Kunzmann et al., 2000).

Dentro do grupo dos adultos idosos, as relações sócio-demográficas com o BES são mais específicas, sendo importante esclarecê-las. Tendo em conta, como vimos, que a influência do estatuto sócio-económico é importante quando ainda não se atingiu a satisfação de todas as necessidades básicas, e que algumas perdas associadas na idade forçam os recursos disponíveis para muitos adultos idosos, parece existir uma relação entre quer recursos económicos, quer educação, com o BES (Mayer, Mass, & Wagner, 1999; Pinquart & Sörensen, 2000). Os recursos económicos e sociais são, de facto, fontes de amparo contra as dificuldades do envelhecimento (Cerrato & Trocóniz, 1998). Quanto ao género, nos adultos idosos as mulheres apresentam menores níveis de BES (incluindo menor satisfação de vida) do que os homens (Pinquart & Sörensen, 2000; Smith, 2001). Estudos sobre a diferença de BES entre a terceira e quarta-idade são escassos, mas as indicações do estudo de Berlim (Smith, 2001) e o conhecimento das exigências inevitáveis da quarta-idade (Baltes, 2003) apontam no sentido de uma diminuição do BES.

Tendo em conta os problemas resultantes desta área de estudo ser ainda muito recente, as conclusões sobre as várias dimensões do BES são ensombradas pelas diferenças metodológicas entre os estudos, pela dificuldade de equivalência teórica entre as várias definições de bem-estar e suas operacionalizações, nomeadamente os afectos escolhidos para representar a afectividade positiva e negativa (já debatidos), bem como pelo facto de a maioria dos estudos não ser longitudinal, sendo impossível separar efeitos de idade de efeitos geracionais (de *coorte*).

Em Portugal existem poucos estudos sobre este assunto. Um estudo com 113 idosos (Simões, et al. 2001), que utilizou a PANAS para medir a afectividade positiva e negativa, e a *Satisfaction With Life Scale* (SWLS; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985) para medir a componente cognitiva do BES, ou satisfação com a vida, os resultados apontam para valores médios em todos os níveis. Outro estudo, comparando os idosos que vivem em ambientes urbanos com aqueles que vivem em ambientes rurais (Paúl, Fonseca, Martín, & Amado, 2003), com um total de 234 sujeitos (117 para cada ambiente), e utilizando a *Philadelphia Geriatric Centre Morale Scale* (PGCMS-R; Lawton, 1975), encontrou uma diferença significativa no sentido de um maior bem-estar nos sujeitos idosos de meio rural. Neste estudo, a auto-percepção sobre a qualidade de vida, medida através de uma pergunta, revelava que os idosos, de ambos os ambientes,

avaliavam a sua qualidade de vida (bem como a sua saúde) como estando entre *má e nem boa nem má*. Num estudo prévio com 130 sujeitos idosos, utilizando também a *PGCMS-R*, Paúl (1992) encontrou diferenças em todas as sub-escalas na comparação do meio residencial (comunidade ou lares). Ainda recorrendo ao mesmo instrumento, Sequeira e Silva (2002) encontraram, numa amostra de 40 sujeitos de meio rural, níveis médios de bem-estar em termos do total da escala. Numa perspectiva mais associada ao bem-estar psicológico temos o trabalho de Novo (2003) que investigou a presença deste em mulheres de idade adulta avançada.

Recentemente, a linha de investigação “Transições na vida adulta: dinâmicas adaptativas do adulto idoso”, coordenada por António Diniz no Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA), tem procedido à validação de provas para adultos idosos através de análise factorial confirmatória. Entre essas provas constam a *PANAS* (Amado, Diniz, & Costa, 2008), a *PGCMS-R* (Costa, Diniz, & Barrambana, 2004) e o *LSI-A* (Diniz, Amado, & Gouveia, no prelo), que operacionalizam constructos, tradicionalmente envolvidos na avaliação do BES.

6. Formulação do problema de investigação

A perspectiva defendida nesta tese é de que o envelhecimento é um fenómeno bio-psico-social, multideterminado e multidireccional, cujo estudo requer múltiplas estratégias metodológicas. Defende-se a centralidade dos processos adaptativos para o sucesso no envelhecimento, nomeadamente dos comportamentos SOC, bem como a importância da sabedoria e da fé nesta fase da vida. Considera-se o envelhecimento como o culminar do desenvolvimento, implicando a revisão do passado, a avaliação do legado da vida, e o confronto com a morte.

Na revisão da literatura realizada procurou oferecer-se uma perspectiva desenvolvimental sobre o envelhecimento, abordando e debatendo algumas das mais importantes e influentes teorias, bem como estudos empíricos desenvolvidos e realizados nesta área.

Observámos que a extensão da esperança média de vida, associada a uma diminuição da natalidade criou uma revolução demográfica, o que Paúl e Fonseca (2005) apelidam de “uma nova ordem social”. O grupo dos adultos idosos, historicamente minoritário, está a tornar-se num dos mais populosos sectores da sociedade também em Portugal (INE, 2007). Tal acarreta uma série de desafios, muitos deles colocados à psicologia. Não lhe basta mais quantificar a perda, a decadência, realizar o inventário dos défices cognitivos associados ao envelhecimento, ou quantificar a demência e a depressão nos adultos idosos. Se há tarefa que é urgente é a de procurar compreender de que forma pode a psicologia contribuir para um envelhecimento de sucesso. Perceber quais as variáveis que mais o influenciam, quais podem ser fruto de intervenções, tanto preventivas como potenciadoras de capacidades e bem-estar.

Como pôde observar-se, a psicologia não se tem esquivado a tal tarefa, existindo uma panóplia de estudos empíricos de cariz positivista sobre o envelhecimento. Grande parte destes lida com aspectos da mensuração de diferentes constructos que lhe estão associados e da sua relação recíproca. Apenas recentemente têm sido feitos esforços de integração, no que se poderá considerar uma nova fase do estudo do envelhecimento. Estudos como o *Berlin Aging Study* (Baltes & Mayer, 1999) procuraram estabelecer a influência de várias variáveis no bem-estar dos adultos idosos, designadamente através do teste de modelos de equações estruturais (Smith, Fleeson, Geiselman, Settersten, & Kunzmann, 1999). As variáveis associadas ao sucesso no envelhecimento, bem como as

que o definem, variam consoante os estudos e abordagens (e.g., Bowling, Banister, Sutton, Evans & Windsor, 2002; Lang, Featherman, & Nesselroade, 1997; Vaillant & Mukamal, 2001). Tal não é de admirar, quando se tem em conta a miríade de constructos relacionados com o envelhecimento. A nossa revisão teórica passou, pois, não só pela discussão dos aspectos importantes para o sucesso no envelhecimento, mas também pelo debate de como o definir. Identificámos três áreas que em muito contribuem para o sucesso no envelhecimento.

Uma das características mais salientes do envelhecimento prende-se com o declínio inevitável de uma série de capacidades e da redução dos recursos disponíveis e da sua eficácia. A primeira das áreas que contribuem para o sucesso no envelhecimento passa pelas estratégias e capacidades dos adultos idosos para enfrentarem este declínio. Apresentámos, pois, algumas das teorias que lidam com a gestão de perdas e ganhos no desenvolvimento e envelhecimento. Optámos por recorrer, nos Modelos Preditores do Sucesso no Envelhecimento testados na Parte II deste trabalho, às operacionalizações da meta-teoria da selecção, optimização e compensação (Freund & Baltes, 1998, 2002), por as considerarmos as mais promissoras, tendo em conta a evidência empírica e a forte sustentação teórica, mas também por integrarem simultaneamente aspectos relativos à hierarquização/escolha de objectivos e aspectos lidando com perdas e gestão de recursos. Apesar da preferência dada aos comportamentos SOC, tal não implica que as outras teorias apresentadas, e os seus *insights*, não sejam acrescentos importantes para a compreensão do envelhecimento e que não possam ser utilizadas na análise das histórias de vida, apresentadas na Parte II deste trabalho, ou em modelos alternativos do sucesso no envelhecimento.

Pese o declínio inevitável, existem ganhos no envelhecimento, sendo o mais reconhecido e debatido, a sabedoria, que constitui a segunda área identificada. Da revisão da literatura sobre a sabedoria, pareceu-nos ser a teoria de Webster (2003) aquela que melhor apreendia a sua multiplicidade, já que enquadrava aspectos comuns a todas as outras conceptualizações. Acresce, para a nossa opção pela utilização desta perspectiva nos nossos modelos de sucesso no envelhecimento, que o instrumento desenvolvido pelo autor (SAWS; Webster, 2003) possui boas qualidades psicométricas e é de mais fácil e rápida utilização que os métodos utilizados pelo grupo de Berlim (Baltes & Staudinger, 2000) e por Sternberg (2003).

Verificámos, também, especialmente nas conceptualizações de Erikson (1980, 1982) e McAdams (1993, 1996), que o envelhecimento é um período de revisão de vida, onde

as questões do sentido e do significado estão muito presentes. Uma das melhores formas de lidar com o sofrimento é encontrar um sentido para este (Frankl, 1985). Como vimos, a religião, e a fé religiosa, são muitas vezes formas privilegiadas de encontrar sentido e significado para a vida. Além disso, agem também como um sistema de *coping*, providenciando vários recursos e actuando, por vezes, como um amortecedor de perdas e dificuldades típicas da velhice, como o desenvolvimento de doenças crónicas e a morte de amigos e familiares. A religião e a fé constituirão, pois, a terceira área de contribuição para um desenvolvimento de sucesso. Nos nossos Modelos Preditores do Sucesso no Envelhecimento utilizámos um instrumento de medida da força da fé (*SCSRFQ*; Plante, Vallaey, Sherman, & Wallston, 2002).

Identificadas algumas das áreas importantes que devem ser consideradas num Modelo Preditor do Sucesso no Envelhecimento, debatemos o como definir este sucesso. Revistas as várias abordagens e debates em torno da avaliação da felicidade e do bem-estar, considerámos a inclusão de medidas subjectivas contemplando a experiência de afectos positivos e negativos (*PANAS*; Watson et al., 1988) e de satisfação com a vida (*LSI – A*; Neugarten et al., 1961). Pensamos que há mais no BES do sujeito do que os afectos experienciados, mas que esse mais deve ser definido pelo próprio sujeito, sem qualquer juízo valorativo ou moral do investigador. Assim, a inclusão de uma medida de satisfação da vida permite ao sujeito realizar uma avaliação cognitiva da sua vida, demonstrando até que ponto está satisfeito com a importância e o significado pessoal do que viveu.

Tendo por base a revisão teórica realizada e a realidade portuguesa, o primeiro objectivo desta tese é a construção e teste de dois Modelos Preditores do Sucesso no Envelhecimento. Nesses modelos, para além das variáveis endógenas, comportamentos SOC, sabedoria, força da fé e BES, considerámos três variáveis exógenas que, de acordo com a revisão da literatura, influenciam o BES: o género (Smith & Baltes, 1998), a idade (Pavot & Diener, 2004), e o nível educacional e económico (Mayer et al., 1999). Esse objectivo foi concretizado através de uma série de estudos prévios de validação das provas psicológicas que operacionalizam as variáveis endógenas dos modelos, os quais são apresentados no primeiro capítulo da Parte II desta tese.

Não questionando o interesse e utilidade das abordagens quantitativas e psicométricas, alguns autores pedem uma maior ênfase das abordagens biográficas e narrativas no estudo do envelhecimento, muitas vezes como complemento aos métodos quantitativos e nomotéticos (vd. Coleman, Ivani-Chalian, & Robinson, 1999; Ruth &

Kenyon, 1996; Schülze, Tesch-Römer, & Borchers, 1999; Sugarman, 2000). Justificando este interesse, além das qualidades intrínsecas dos métodos qualitativos e hermenêuticos no estudo das pessoas está a natureza reflexiva e narrativa da terceira e quarta-idades. A ideia de que os velhos gostam de lembrar os tempos passados está fortemente difundida no senso comum e encontrou a sua expressão académica no trabalho seminal de Butler (1963). Este autor sugere que o recontar a vida ou episódios desta na velhice é, não só um comportamento natural, como um comportamento previsível e que faz parte do desenvolvimento dos sujeitos. Este contar da(s) sua(s) história(s) permite ao sujeito tentar atingir o que Erikson apelidava de integridade do ego (Erikson, 1982). Perante a proximidade da morte os indivíduos procuram, através do acto narrativo, um sentido para as suas experiências passadas, no seguimento da conhecida máxima de Sócrates de que “uma vida não examinada não merece ser vivida”. Tão comum e antiga é esta actividade de relembrar e relatar quanto é recente o seu estudo científico (vd. Webster & Haight, 2002).

No primeiro estudo utilizamos um método quantitativo e nomotético, recorrendo mais a um tipo de pensamento pragmático. Como complemento desta abordagem, no segundo estudo, recorrendo a uma abordagem qualitativa e ideográfica, enquadrada num tipo de pensamento narrativo. Estes dois tipos de pensamento correspondem a uma classificação de Jerome Bruner (1990, 2004), que argumenta possuírem as pessoas duas formas completamente distintas de pensar e ver o mundo. A forma de pensamento pragmático implica a procura, como um cientista, de proceder a processos de análise rígidos e rigorosos, recorrendo à dedução lógica e à observação e teste empíricos, à categorização e classificação. Propõem-se teorias e formas de as testar, procura-se ser comedido e conciso, evitar formulações vagas ou conceitos ambíguos. A forma de pensamento narrativo (o tipo de pensamento que está por detrás da construção de histórias e narrativas) lida com as intenções, objectivos e vicissitudes humanas no decorrer da vida. Ele é mais rico porque permite lidar com as áreas ambíguas e pouco claras das vidas humanas e porque a recepção das histórias está sempre aberta a novas perspectivas e interpretações. É por isso que os textos escritos de acordo com o pensamento pragmático há vários séculos atrás, como certos relatos pseudo-científicos, têm um interesse quase exclusivamente histórico, mas as narrativas e histórias construídas há milénios mantêm-se hoje ainda “frescas”, apelativas e ricas, como se tivessem acabado de ser produzidas.

O modo narrativo é também o modo que nos permite lidar com a experiência da passagem do tempo. Ricouer (1987) refere que o tempo se torna tempo humano quando organizado em narrativas. Um dos sinais do desenvolvimento das crianças é a aquisição da noção de que as histórias têm princípio, meio e fim. Uma história ou narrativa implica sempre a passagem de tempo, tal como a passagem de tempo implica sempre sequências de acção-reacção, relações de causalidade, ciclos de criação, desenvolvimento, decadência e morte. É a condição temporal da experiência que leva os indivíduos a atribuírem-lhe ordem, direcção e propósito (Barresi & Juckes, 1997).

A narrativa constitui-se, assim, como uma forma de criar sentido, de organizar o mundo. O seu estudo, nomeadamente o das narrativas de histórias de vida, é uma fonte privilegiada de acesso à complexidade dos fenómenos humanos, sendo por isso que a discussão sobre como lhe aceder esteja a decorrer há muito, e, provavelmente, vá continuar a decorrer.

O debate sobre a utilização de métodos ideográficos *versus* nomotéticos em psicologia envolve muitos aspectos, como a validade do estudo de casos e do recurso a biografias, passando por tentativas de definição do objecto de estudo da psicologia, e do seu próprio estatuto epistemológico (Thomae, 1999). Esta distinção foi mesmo apelidada de “erva daninha do jardim conceptual” e “fantasma teutónico” da psicologia por Holt (1962) num artigo violentamente crítico de Allport, grande promotor e defensor desta categorização (1962). Não obstante os acesos e continuados debates, a utilização dos métodos nomotéticos tem uma longa história, e, se existe uma área da psicologia que muito deve ao estudo de caso e às análises de biografias, essa é a da psicologia desenvolvimental. De Charlotte Bühler a Levinson, passando por Erikson, a análise de narrativas de vários tipos, como biografias e entrevistas, teve uma importância incomensurável para várias das principais teorias do desenvolvimento ao longo do ciclo-de-vida.

Finalizamos esta reflexão com um breve comentário sobre a relação da narrativa com “a verdade”. Não pretendemos discutir aqui sobre se as narrativas, e mais particularmente as histórias de vida, constituem “a verdade”, questão demasiado complexa para ser respondida aqui, se é que pode ser respondida em qualquer lugar. Assumimos uma posição intermédia entre o relativismo extremo e a verdade absoluta, ou seja, não consideramos as histórias de vida como narrativas puramente ficcionais, textos tão relacionados com a realidade quanto um romance, nem como relatos factuais, objectivos e exactos da realidade. Acreditamos que as narrativas são relatos subjectivos

que contêm elementos da realidade, mas, mais importante, possuem uma “realidade narrativa” (Spence, 1998). Esta é contextual, sendo o resultado da interacção entre a história a ser contada, o momento da narração e a relação estabelecida entre narrador e audiência.

O segundo objectivo desta tese é o estudo das histórias de vida de sujeitos que revelaram níveis excepcionalmente elevados ou reduzidos de BES no estudo quantitativo. Este processo envolveu a recolha, transcrição e análise de seis histórias de vida, apresentadas no segundo capítulo 8 desta tese.

Uma das considerações reiteradas em estudos e relatórios internacionais sobre o envelhecimento é a da necessidade urgente de melhor informação e recolha de dados sobre este, nos quais se possam basear decisões políticas e governativas (Schroots et al., 1999). Espera-se que, com a realização destes dois estudos, se contribua para a compreensão do fenómeno do envelhecimento nos adultos idosos portugueses, apontando novas áreas de investigação e fornecendo bases empíricas que possam enquadrar possíveis intervenções.

Parte II:
Dois estudos sobre o envelhecimento

7. Estudo 1: Modelos Preditores do Sucesso no Envelhecimento

Apresentada a revisão da literatura e estabelecidos os objectivos amplos da tese, passamos à descrição dos dois Modelos Preditores do Sucesso no Envelhecimento considerados neste trabalho. Durante essa revisão tentou-se não só descrever as investigações e variáveis que conduziram aos nossos modelos, mas apresentar alternativas e justificar as escolhas ou a ênfase dada a perspectivas cuja operacionalização figura nos modelos. Num fenómeno tão multi-determinado como o sucesso no envelhecimento, qualquer configuração de preditores estará condenada a pecar por omissão. A estratégia utilizada para a criação dos modelos foi a de incluir as variáveis consideradas simultaneamente mais relevantes e menos estudadas, quer em contexto internacional, quer, especialmente, no contexto português. Atendendo às limitações de um estudo desta natureza, realçam-se o número de sujeitos necessário para o teste dos modelos, os instrumentos disponíveis ou passíveis de validação e o tempo de aplicação de todas as provas necessárias para a sua realização. Por estes motivos, variáveis importantes como a personalidade e a saúde funcional e subjectiva, não foram incluídas.

O ponto de partida do nosso estudo era o do contraste entre os dois grupos extremos relativamente ao estatuto social, adiante designado por posição social. Considerou-se que o facto do sujeito ser mais diferenciado, possuindo níveis superiores de educação e mais recursos económicos, teria uma influência positiva no seu BES (Mayer et al., 1999; Pinguart & Sorensen, 2000).

Tendo em conta que os comportamentos SOC são um indicador de boa adaptação (Baltes, 1997; Freund & Baltes, 1998, 2000), considerou-se, ainda, que os sujeitos muito diferenciados demonstrariam uma maior tendência para apresentar estes comportamentos.

A posição social foi também considerada preditora da força da fé por motivos relacionados com as características da nossa amostra adiante explanadas: os participantes mais diferenciados não incluíam católicos não praticantes, enquanto que uma proporção considerável dos sujeitos menos diferenciados era não praticante (23.4%). Como é sabido que os não-praticantes possuem menor força da fé religiosa (Amado & Diniz, 2008b, Coleman & O'Hanlon, 2004), seria de esperar que os sujeitos menos diferenciados apresentassem menores níveis da mesma.

A diferença entre terceira e quarta-idade tem vindo a ganhar cada vez mais peso na literatura, tornando-se num aspecto incontornável do envelhecimento (Baltes & Smith, 2003). Considerou-se que os sujeitos na terceira-idade teriam, graças à sua superioridade de recursos, com maior *fitness* físico e mental e menores níveis de demência (Baltes & Smith, 1997), teriam um maior BES, demonstrando também mais comportamentos SOC. Na quarta-idade o declínio inevitável está associado a uma maior dificuldade no recurso aos comportamentos SOC (Baltes & Smith, 2003), estando esta relação incluída no modelo. No que respeita ao efeito da quarta-idade na fé religiosa, tendo em conta a evolução sócio-histórica da população em estudo (sujeitos mais idosos viveram mais tempo sobre a influência da Igreja), bem como o aumento, aquando da aproximação da morte (mais presente na quarta-idade), de necessidades e preocupações espirituais (Carvalho & Diniz, 2008), previu-se uma maior força da fé nos sujeitos atravessando a quarta-idade (Amado & Diniz, 2008b).

O género é também uma variável fundamental no envelhecimento, não só devido à diferença na esperança de vida entre homens e mulheres, como à forma diferente como o envelhecimento acaba por ser vivido entre homens e mulheres (Smith & Baltes, 1998). Assim, pressupôs-se, de acordo com o já revisto na literatura, que os homens teriam um maior bem-estar subjectivo, e, de acordo com a realidade sócio-histórica, e com os estudos nesta área, que as mulheres teriam uma maior força da fé (Amado & Diniz, 2008b).

Incluiu-se, ainda, no modelo, a influência do género sobre a sabedoria, considerando que os homens apresentariam uma maior sabedoria. Tal deveu-se a dois factores. O primeiro é relativo aos estudos efectuados com a SAWS (Webster, 2003), onde os homens apresentaram resultados superiores às mulheres. O segundo prende-se com a ideia de que os homens do nosso estudo constituem um sub-grupo de sobreviventes dos homens em geral. Assim, os idosos de género masculino constituem um subgrupo privilegiado da população masculina em geral, podendo constituir o facto de terem atingido idades tão avançadas um sinal indirecto de sabedoria. É importante referir que não se está a afirmar que os homens são mais sábios do que as mulheres, mas apenas que existe a hipótese de que tal ocorra na velhice em razão do fenómeno de sequencialidade regressiva atrás referido.

Os comportamentos SOC, tendo em conta a revisão realizada, apresentaram-se como os que melhor reflectiam a capacidade de adaptação e sucesso desenvolvimental (Baltes, 1997; Baltes & Freund 1998, 2000), sendo pois incorporados no modelo como

preditores do bem-estar subjectivo. Também a sabedoria foi incluída como preditor de bem-estar subjectivo, por ser uma das variáveis mais estudadas e relevantes no envelhecimento, constituindo um ganho relevante, e estando associada ao BES na velhice (Baltes & Staudinger, 2000; Coleman & O'Hanlon, 2004). Os comportamentos SOC são sinal de mestria na condução prática da vida, maximizando os ganhos e minimizando as perdas. Considerou-se que a sabedoria, por ser um conglomerado de conhecimentos excepcionais sobre a condição humana e a conduta da vida (Baltes & Staudinger, 2000), seria, pois, também preditora dos comportamentos SOC. Por último, também a força da fé foi incluída como preditor do BES por ser uma fonte de sentido e significado para a vida, pela necessidade espiritual que surge com a proximidade da morte, e por constituir, muitas vezes, um sistema de *coping* eficaz, especialmente na velhice (Emery & Pargament, 2004, McFadden, 1995).

Em síntese, passamos a apresentar as variáveis incluídas nos modelos (Figuras 1 e 2). Quanto às variáveis sócio-demográficas, optámos por incluir o género (G), a posição social (PS) e a diferença entre terceira e quarta-idade (3/4). Incluímos uma variável relativa à capacidade de adaptação e (re)organização de recursos, os comportamentos SOC (medidos através da versão reduzida do questionário SOC; Freund & Baltes, 1998). A força da fé religiosa (Fé) (medida através da versão reduzida do *SCSRFQ*; Plante et al., 2002) e a sabedoria (SAB) (medida pelo *SAWS*; Webster, 2003) foram incluídas pela sua importância singular na terceira e quarta-idades; a primeira com a dupla função de sistema de *coping* e providenciadora de sentido e significado, e a segunda por constituir, no período de declínio e perdas da velhice, o seu mais importante e comentado ganho. Finalmente, considerámos, para a definição do sucesso no envelhecimento: os afectos positivos e negativos (medidos pela *PANAS*; Watson et al., 1988) e a satisfação com a vida (medida pelo *LSI-A*; Neugarten et al., 1961).

O BES foi definido de forma diversa de acordo com os dois modelos propostos. No modelo A (Figura 1), considerou-se que o bem-estar subjectivo é o resultante da adição de afectos positivos (PA) com a satisfação com a vida, e da subsequente subtracção dos afectos negativos (NA).

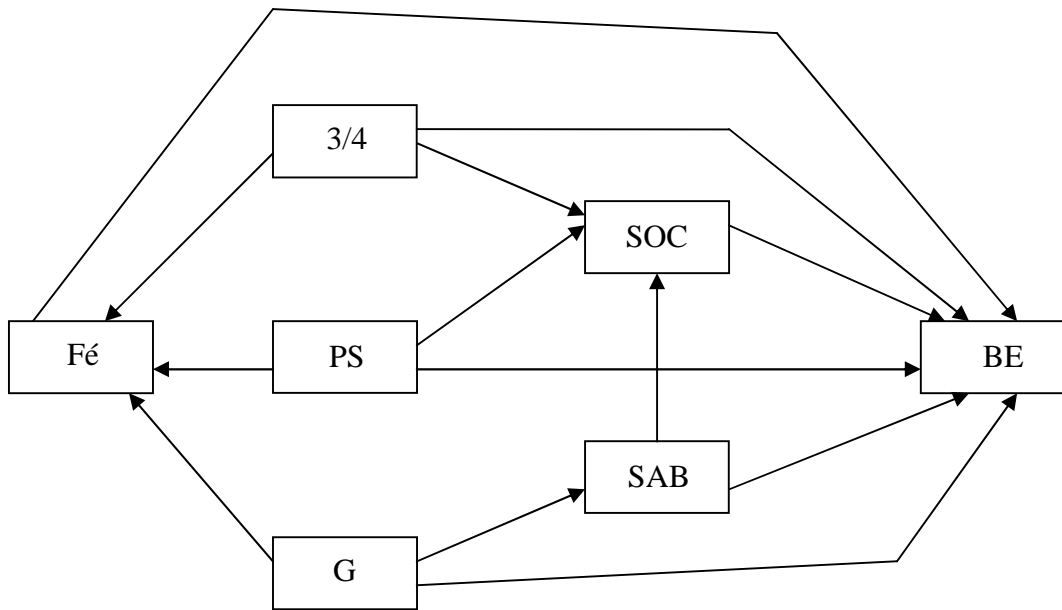


Figura 1. Modelo Preditor do Sucesso no Envelhecimento A. Fé = Força da Fé; 3/4 = terceira ou quarta-idades; PS = Posição Social; G = Género; SOC = comportamentos SOC; SAB = Sabedoria; BE = Bem-estar total (PA + Satisfação com a vida – NA)

No modelo B, partiu-se de um pressuposto teórico diferente, considerando os afectos negativos (NA) como uma variável autónoma. Nele foi assumido que a satisfação com a vida e os afectos positivos podem ser agrupados porque são indicadores do bem-estar positivo do sujeito (BE+), mas que os afectos negativos, mais do que constituírem-se como um indicador de falta de bem-estar subjectivo, devem ser vistos como sinais de crise e alerta, sinalizando vulnerabilidade no sujeito (Watson et al., 1999). Neste modelo, todas as relações previstas no modelo A relativas à predição do bem-estar total (BE), são replicadas quer para o BE+ quer para NA.

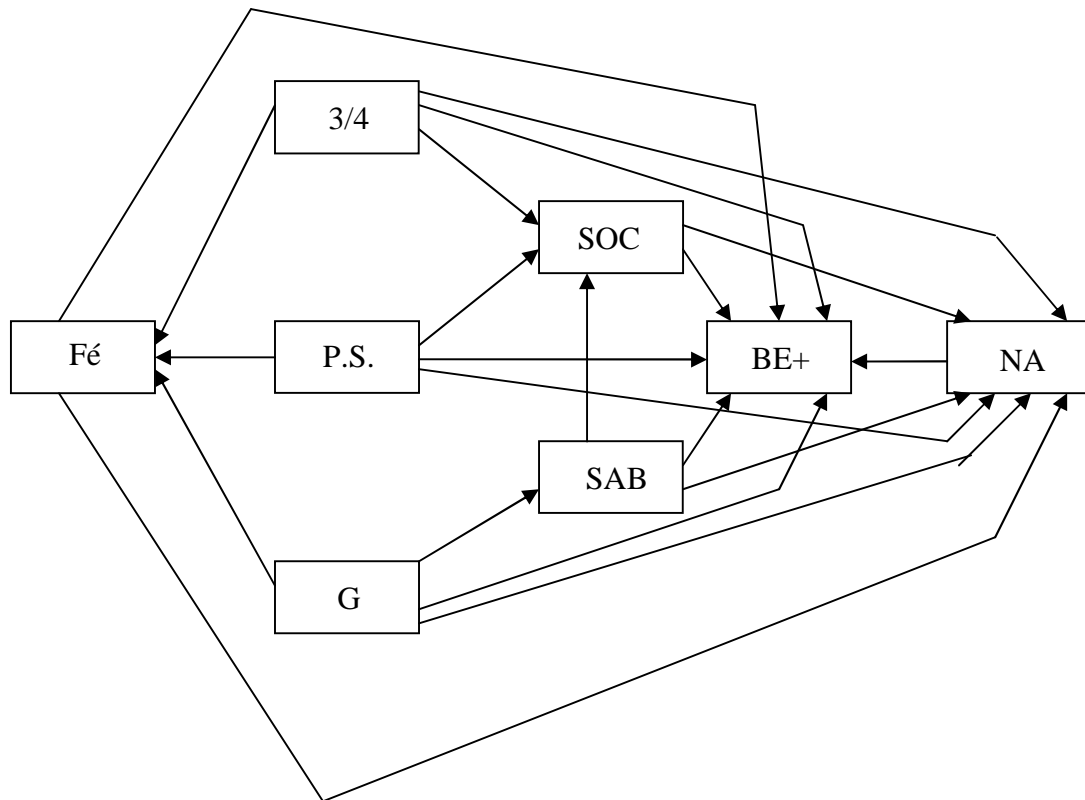


Figura 2. Modelo Preditivo do Sucesso no Envelhecimento B. Fé = Força da Fé; ¾ = terceira ou quarta-idades; PS = Posição Social; G = Género; SOC = comportamentos SOC; SAB = Sabedoria; BE+ = Bem-estar positivo (PA + Satisfação com a vida); NA = afectos negativos.

Para poder realizar o teste dos modelos realizaram-se seis estudos. Cinco deles são relativos a estudos de validação dos instrumentos utilizados e o sexto correspondente ao teste dos modelos A e B, utilizando os resultados provenientes das estruturas factoriais validadas nos estudos anteriores.

7.1. Validação factorial da versão reduzida do *Santa Clara Strength of Religious Faith Questionnaire (SCSRFQ)*

Participantes

A amostra foi constituída por 194 idosos voluntários, não institucionalizados, residentes na Área da grande Lisboa, com idades compreendidas entre os 65 e os 100 anos ($M = 76$), tendo sido seleccionada a partir de um processo de amostragem de conveniência, intencional via informantes privilegiados para os sujeitos menos diferenciados, pertencentes à posição social mais baixa (70.6%), e intencional de tipo-*snowball* para os sujeitos mais diferenciados, pertencentes à posição social mais alta (29.4%). Isto de acordo com a classificação de De Castro e Lima (1987; Anexo I). Estabelecemos uma equivalência entre a posição social mais alta e os critérios definidos para a pertença à “classe superior”, e entre a posição social mais baixa e o nível “operário e rural”. A maioria dos participantes pertenciam ao género feminino (59.8%), eram católicos praticantes (75%), viviam sós (52%) e estavam na quarta-idade (66%). Quanto ao estado civil, o maior grupo era o dos viúvos (43%), seguido pelo dos sujeitos casados ou a viver em união de facto (36%). A amostra contava, ainda, com mais participantes separados ou divorciados (13%) do que solteiros (8%).

Um teste da homogeneidade da amostra foi realizado, contrastando os dois grupos (participantes da posição social mais alta e mais baixa) quanto às suas características demográficas, verificando-se não existirem diferenças ao nível do estado civil [$\chi^2_{(4, N = 196)} = 4.774, p > .05$], género [$\chi^2_{(1, N = 196)} = .448, p > .05$] ou idade [$\chi^2_{(1, N = 196)} = .286, p > .05$]. Havia, no entanto, diferenças em relação à religião [$\chi^2_{(3, N = 196)} = 24.794, p < .001$], onde os participantes de posição social elevada eram maioritariamente católicos praticantes (86%) sendo os restantes ateus, enquanto os participantes da posição social mais baixa eram menos católicos praticantes (70%), e contabilizavam muitos católicos não praticantes (23.4%).

Instrumentos

Mini-Mental State Examination (MMSE)

O *Mini-Mental State Examination* foi utilizado para permitir a identificação e exclusão do estudo de sujeitos com demência. A prova foi desenvolvida por Folstein, Folstein e McHugh (1975) e é utilizada para detectar alterações cognitivas, sobretudo em idosos, já que é de fácil e curta aplicação. Guerreiro e colaboradores (1994; Anexo II) adaptaram a prova para a população portuguesa, sendo constituída esta versão por 30 perguntas divididas por seis áreas de avaliação específica: orientação, retenção, atenção e cálculo, evocação, linguagem e habilidade construtiva. Cada questão vale um ponto, perfazendo o total 30. Os pontos de corte para a demência utilizados tiveram em conta a escolaridade: valores menores ou iguais a 27, para sujeitos com mais de 11 anos de escolaridade; valores menores ou iguais a 22 para sujeitos com um a 11 anos de escolaridade; e, valores inferiores ou iguais a 15 para analfabetos. Foi requerida e obtida a autorização para a utilização da adaptação da prova para a população portuguesa (Anexo IV).

Versão reduzida do Questionário da Força da Fé Religiosa de Santa Clara (QFFRSC)

A versão original do *Santa Clara Strength of Religious Faith Questionnaire (SCSRFQ)* foi desenvolvida por Plante e Bocaccini (1997), tendo apresentado bons resultados psicométricos e mostrado correlacionar-se de forma satisfatória com a auto-estima, sensibilidade interpessoal, *coping* adaptativo e esperança. Para poder ser mais facilmente aplicável a sujeitos doentes ou para poder ser utilizado em estudos epidemiológicos com elevado número de participantes, o questionário foi reduzido passando de 10 a cinco afirmações (Plante et al., 2002). Num estudo em que se utilizou análise factorial confirmatória, verificou-se que a sua estrutura unifactorial era plausível (Lewis, Shelvin, McGuckin, & Navrátil, 2001). As boas características psicométricas do *SCSRFQ* foram confirmadas noutros estudos no estrangeiro (e.g., Storch, Roberti, Bravata, & Storch, 2004) e em Portugal (Amado & Diniz, 2008b). A sua versão portuguesa é apresentada no Anexo III.

Aos cinco itens que constituem o questionário é pedido aos participantes que os avaliem de um a quatro, sendo: 1 = Discordo totalmente; 2 = Discordo; 3 = Concordo; e, 4 = Concordo Totalmente.

Procedimento

Foi requerida e obtida a autorização dos autores do questionário para a sua utilização neste estudo (Anexo IV).

Seguindo as indicações da *International Test Commission* sobre a tradução/adaptação de provas psicológicas (Van de Vijver & Hambleton, 1996) e de trabalhos com elas relacionados (Hambleton, 2001; Hambleton & Patsula, 1999), foram realizadas duas traduções do instrumento original em inglês para português. As traduções procuraram não só ter em conta o aspecto linguístico e semântico mas também considerar diferenças culturais. Contrastaram-se depois as duas traduções, obtendo-se uma primeira versão em português. Essa versão foi retrovertida para inglês por um terceiro elemento bilingue. Todos os membros envolvidos realizaram depois a contrastação entre a versão traduzida e a versão original, não se verificando diferenças entre as mesmas. Pequenas alterações introduzidas *a posteriori* por três juízes independentes psicólogos, tiveram também em conta que o Questionário seria hetero-administrado, dado o baixo nível sócio-cultural de grande parte da população alvo do estudo (INE, 2002; 2007).

O passo final consistiu na resposta às duas versões por parte dos três sujeitos envolvidos no processo de tradução, sendo a resposta à versão original seguida, com um intervalo de cerca de meia hora a uma hora, pela resposta à versão portuguesa. Os resultados de ambas coincidiram pelo que se concluiu não existirem diferenças entre a versão inglesa e a portuguesa. Um estudo-piloto foi depois realizado junto de uma pequena amostra de idosos: três sujeitos pertencentes a um nível sócio-cultural muito baixo (duas mulheres e um homem) e três pertencentes a um nível sócio-cultural elevado (dois homens e uma mulher). O entrevistador leu-lhes as questões e anotou as respostas. Após a conclusão da prova, questões sobre a compreensibilidade das instruções e dos itens foram colocadas aos sujeitos, que não mostraram quaisquer dificuldades no entendimento da mesma.

No estudo de adaptação da prova foram excluídos de participação todos os idosos que apresentassem problemas de saúde mental (como depressão, ansiedade, psicose)

através da informação recolhida sobre o uso de psicofármacos e, para o caso da demência, através da aplicação prévia da versão portuguesa do Mini-mental (Guerreiro et al., 1994). Esta informação fazia parte dum questionário sócio-demográfico (Anexo V). Tendo em conta o impacto da viuvez na velhice (Bennett, 2005; Peters & Liefbroer, 1997) foram excluídos os sujeitos que haviam enviuvado num período de seis meses antes da aplicação das provas, por se considerar que estavam ainda em processo de luto. Tal não implica que não existam lutos mais demorados, tendo sido utilizado este prazo apenas para dissipar os efeitos a curto prazo do enviuvamento, já que os efeitos a longo prazo fazem parte da condição de muitos adultos idosos, não sendo pois desejável abdicar da inclusão desses sujeitos nos estudos sobre adultos idosos.

Em relação aos adultos idosos da amostra pertencentes à posição social mais baixa, estes foram recolhidos em Centros de Dia na Área da Grande Lisboa, tendo-se tentado, previamente, seleccionar os que estariam em condições para integrar o estudo, através de informações recolhidas junto dos técnicos e/ou responsáveis das instituições, que tiveram em conta não só questões de saúde mental como a possível motivação dos sujeitos para a participação. Em colaboração com as instituições realizou-se a apresentação dos investigadores (o autor e uma colaboradora, psicóloga, previamente preparada para o efeito, que recolheu informação junto de 43 casos) e definiu-se um espaço reservado onde decorreriam as entrevistas. Na fase de recolha da informação sócio-demográfica era feita a correspondência da escolaridade e profissão às categorias do quadro de posições sociais de De Castro e Lima (1987). A correspondência foi realizada com alguma amplitude tendo em atenção não só a profissão e a educação dos sujeitos, mas tomando em conta outros aspectos relevantes. Por exemplo, um dos entrevistados era alfaiate mas passou a maior parte da sua vida impedido de exercer a sua profissão, e mencionou problemas e dificuldades económicas. Embora uma aplicação rígida do quadro o colocasse na posição social 3 (“Classe média menos instruída”); julgou-se sensato tomá-lo como pertencendo, de facto, à posição social 4 (“operário e rural”), já que o estatuto e os recursos que possuía por ser alfaiate haviam há muito sido quase esgotados.

O subgrupo amostral respeitante aos sujeitos da posição social mais elevada, foi seleccionado na Área da Grande Lisboa, através de uma amostragem de conveniência e de uma amostragem intencional de tipo-*snowball*. Nesta técnica de amostragem intencional os sujeitos agem como elos de uma cadeia indicando outros sujeitos para participação no estudo (Atkinson & Flint, 2001). Tal processo revelou-se difícil e

moroso, não só pelos inúmeros contactos que são necessários para realizar apenas uma entrevista, como pelo facto de muitos sujeitos referirem ter poucos amigos vivos em condições de ser entrevistados. A metodologia tipo-*snowball*, apesar de criar alguns enviesamentos, já que existe sempre a hipótese de os sujeitos filtrarem os seus contactos, permitiu abordar um conjunto de participantes cujas características (o estatuto social, capacidade monetária, a não frequência de centros de dia ou instituições sociais para adultos idosos) os excluem geralmente dos estudos feitos com adultos idosos em Portugal.

Para ambos os grupos, no caso das entrevistas realizadas a mulheres, a profissão e escolaridade do marido era tida em conta na atribuição da sua posição social, já que as características sócio-culturais das gerações entrevistadas, remetem, até certo ponto, para uma atribuição à esposa do estatuto do marido.

Antes da aplicação, os participantes foram informados acerca do objectivo do estudo, garantindo o anonimato das respostas e salvaguardando sempre que não haveria retro-informação acerca dos resultados individuais, uma vez que estes seriam tomados no conjunto dos obtidos pelos participantes no estudo. Alguns dos adultos idosos que participaram no estudo assinaram um termo de consentimento informado (Anexo VI), que para eles havia sido preparado, enquanto que outros dispensaram a sua utilização.

O QFFRSC (versão reduzida) foi inserido numa bateria de provas destinadas a avaliar os constructos incluídos nos modelos preditores do sucesso no desenvolvimento já apresentados (Figuras 1 e 2). A ordem escolhida teve em conta o impacto emocional das provas, o seu formato de resposta e a sua dificuldade. A sequência de apresentação foi a seguinte: Questionário sócio-demográfico; *MMSE*; *PANAS*; Questionário SOC (versão reduzida); *SAWS*; QFFRSC (versão reduzida); *LSI-A*. O tempo médio de aplicação desta bateria de provas rondou os cinquenta e cinco minutos.

A recolha foi feita em locais familiares aos participantes: para os sujeitos da posição social mais baixa nos Centros de Dia; para os sujeitos da posição mais elevada, na sua habitação ou em outro local da sua escolha (por exemplo, no seu escritório). Optou-se por uma aplicação individual e hetero-administrada, evitando a auto-aplicação, pois a maioria dos idosos portugueses são analfabetos ou pouco letrados (INE, 2002; 2007). Além de incentivar os sujeitos à participação, a utilização desta forma de aplicação de questionários permite, até certo ponto, lidar com o impacto emocional induzido por certos itens. Como é debatido já há algum tempo na literatura (vd. e.g., Muchielli, 1979), este método possui a desvantagem de conduzir a um maior enviesamento nas

respostas fornecidas. Outro cuidado tido na recolha dos dados foi o de atender às *nuances* no que respeita aos ritmos circadianos dos idosos (Li, Hasher, Jonas, Rahhal, & May, 1998), procurando que essa recolha não ocorresse muito depois do meio do dia. Isso nem sempre ocorreu, por questões de disponibilidade dos participantes e das instituições.

Vários sujeitos foram excluídos do estudo já no decorrer da aplicação das provas por demonstrarem falta de motivação (tratavam-se de falsos voluntários, cuja participação no estudo advinha da pressão dos outros idosos nas instituições ou na sugestão de funcionários das mesmas) ou sinais de extrema sensibilidade e de reacções muito emotivas a certos itens, impossibilitando o decorrer normal deste processo. Alguns sujeitos interromperam a resposta às provas para relatar episódios traumáticos, dos quais um exemplo extremo foi o suicídio de um filho, o que levou ao término da aplicação das provas. Certos adultos idosos excluídos do estudo foram reencaminhados para a consulta de psicologia do Centro de Saúde da sua área de residência. Muitas destas questões estão relacionadas com os problemas de aplicação de provas a adultos idosos (Diniz & Amado, 2008), nomeadamente com a atribuição e confusão de papéis entre investigador e psicólogo clínico. Note-se que esta confusão foi ainda mais evidente quando, por falta de alternativas, se utilizava para a realização das entrevistas nos Centros de Dia, o espaço reservado para consultas médicas.

Procedimento de tratamento e análise dos dados

Após a recolha dos dados, estes foram inseridos no *SPSS 14.0 for Windows*. Foi feita a análise de distribuição dos resultados dos itens, não tendo ocorrido problemas graves de normalidade: assumiram-se os valores propostos por Kline (2005) para o trabalho com modelos de equações estruturais, que considera violações extremas a partir de |3.0| para a assimetria e |10.0| para a curtose. Dada a métrica ordinal dos itens, calculou-se no *PRELIS2* (Jöreskog & Sörbom, 1993a) a matriz de variância/covariância (adiante covariância) assintótica das correlações policóricas dos dados obtidos, a qual foi lida e trabalhada pelo *LISREL 8.53* (Jöreskog & Sörbom, 2002). Neste programa, que inclui o *PRELIS2*, utilizou-se a linguagem *SIMPLIS* (Jöreskog & Sörbom, 1993b). A estrutura factorial da escala foi testada através da análise factorial confirmatória (AFC), tendo-se recorrido ao método de estimação por máxima verosimilhança (MV), mas com recurso ao *Satorra-Bentler Scaled Chi-Square* ($SB\chi^2$: Satorra & Bentler,

1988a,b, 1994). Tal opção deve-se a este método ser adequado para trabalhar dados com problemas de (multi) normalidade em amostras de média e grande dimensão (Curran, West, & Finch, 1996; Ullman, 2000).

Para a avaliação do ajustamento do modelo, foram considerados interactivamente os resultados dos índices de ajustamento [*goodness of fit (GOF) indexes*] que representam diferentes aspectos deste (vd. Beauducel & Wittmann, 2005; Hu & Bentler, 1998; Tanaka, 1993). De acordo com as recomendações de Bentler (2007), utilizaram-se conjuntamente o *root mean square error of approximation (RMSEA*; Steiger, 1990), o *standardized root mean square residual (SRMR*; versão estandardizada do *RMR* de Jöreskog & Sörbom, 1981) e o *comparative fit index (CFI*; Bentler, 1990). Este autor também recomenda a utilização do qui-quadrado, mas ao invés de analisar os resultados deste índice, esta foi feita em relação aos do qui-quadrado relativo ($SB\chi^2/gl$), o qual ajusta o qui-quadrado à complexidade dos modelos (i.e., ao seu número de parâmetros livres).

Considerou-se, para afirmar do bom ajustamento de um modelo, que: o *RMSEA* deve ser igual ou menor do que .06 (Hu & Bentler, 1999), sendo valores de .08 ou menos para o índice indicadores de um ajustamento aceitável e superiores a .10 indicadores de um mau ajustamento (Browne & Cudeck, 1993); que o *ratio* $SB\chi^2/gl$ deve ser menor do que três (Kline, 2005); que o *CFI* deve ser igual ou maior do que .95, ainda que tradicionalmente .90 seja tido como aceitável, e que o *SRMR* deve ser próximo ou menor do que .08 (Hu & Bentler, 1999).

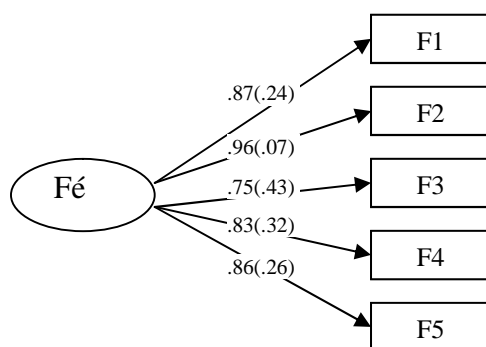
Avaliou-se também até que ponto eram conseguidos os padrões estabelecidos por Fornell e Larcker (1981) para que se possa declarar a validade convergente de um factor (variância média extraída dos itens pelo factor; $VME^* > .50$), e, ainda de acordo com estes autores, verificou-se também a consistência interna do factor[†], tendo por critérios de análise dos resultados os propostos por Nunnally e Bernstein (1994) para investigação básica (.80) e para investigação aplicada (.90).

* Calculada através da fórmula $[\text{SUM}(cfe_i^2)]/[\text{SUM}(cfe_i^2) + \text{SUM}(e_i)]$, onde cfe_i = carga factorial estandardizada dos itens e e_i = variância do erro dos itens.

† Calculada através da fórmula $[(\text{SUM}(cfe_i))^2]/[(\text{SUM}(cfe_i))^2 + \text{SUM}(e_i)]$.

Resultados

Na Figura 3, apresentam-se os resultados do teste da estrutura factorial unidimensional constituída pelo factor Força da Fé Religiosa (Fé), o qual é composto por cinco itens tendo, conforme já foi referido, cada um deles uma escala de resposta de *Likert* de quatro pontos (AnexoVII).



$$SB\chi^2(5, N = 194) = 8.40; RMSEA = .059 \text{ (I.C. de 90\% = .0; .13)}$$

$$CFI = 1.00; SRMR = .028$$

Figura 3. Estrutura factorial da versão reduzida do *SCSRFQ*. Fé = Força da Fé Religiosa; (variância do erro).

Como se pode observar na Figura 3, o modelo revelou-se bem ajustado (*ratio* $S-B\chi^2/gl < 3$; $RMSEA < .06$; $CFI > .95$; $SRMR < .08$). Na figura verifica-se que os itens apresentaram cargas factoriais superiores a .60. O item 2 (“Vejo a minha fé como dando significado e objectivo à minha vida”) foi o que melhor representou o factor ($R^2 = .93$), ao passo que o item 3 (“Considero-me activo(a) na minha fé ou igreja”) foi o que pior o representou ($R^2 = .57$). Este último resultado pode dever-se a uma interpretação demasiado literal do item por parte de alguns idosos, que considerariam “a participação activa na igreja” como significando apenas a presença física na missa, o que, para alguns, por motivos de diminuição de mobilidade, seria impossível. Decidiu-se no entanto manter o item, porque não só possuía uma carga factorial elevada, como a ausência da possibilidade de ir à missa, por muito que se deva a factores externos à vontade do sujeito, pode constituir, para este, uma redução da sua força da fé. A

consistência interna do factor foi de .93 e a validade convergente de .74, ambos excelentes valores.

Discussão

O modelo era plausível (i.e., estatisticamente significativo e parcimonioso), satisfazendo o objectivo principal do seu teste: a obtenção de uma estrutura factorial viável donde se pudesse retirar uma nota da Força da Fé Religiosa a utilizar no teste dos modelos alternativos preditores do BE.

Embora se tenha obtido um modelo ajustado, tal não implica que ele seja válido para descrever o domínio estudado, não sendo de excluir que possam existir melhores modelos (Browne & Cudeck, 1993). Para afirmar com maior certeza da validade do modelo terá que realizar-se a sua validação cruzada, estudando a sua invariância junto de amostras independentes e outros formatos de aplicação. Finalmente, para considerar que o modelo é válido em relação à população adulta idosa portuguesa, uma vez que a nossa amostra apenas considerou grupos extremos em relação à posição social, teria que realizar-se o teste do modelo em amostras mais abrangentes, de configuração sócio-económica semelhante à da população em estudo e, desejavelmente, aleatórias.

Tal processo teve já o seu início por Amado e Diniz (2008b), que efectuaram junto de 807 adultos idosos portugueses (incluindo os participantes da nossa amostra) um estudo da estrutura factorial da prova, que foi, o qual foi, mais uma vez, no sentido de uma estrutura unifactorial bem ajustada, embora com a presença de uma covariância de erro entre os itens 2 e 5.

7.2. Validação factorial da *Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)*

Participantes

Os participantes foram os mesmos do estudo anterior.

Instrumentos

A *Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)*; Watson et al., 1988; Anexo VIII) é a mais famosa e utilizada prova de avaliação de afectos, sendo constituída por duas

sub-escalas, cada uma totalizando dez termos relativos a emoções, desenvolvidos para medir a Afectividade Negativa (NA) e a Afectividade Positiva (PA). Os 20 itens são pontuados num formato tipo-Likert, de um (muito pouco ou nada) a cinco (muitíssimo). A presença de PA reflecte a forma como uma pessoa se sente entusiástica, activa e alerta, remetendo para um estado agradável de elevada energia e concentração. A ausência de PA é caracterizada por tristeza e letargia. A presença de NA indica um mal-estar subjectivo implicando uma série de estados emocionais aversivos, como raiva e medo. Quando a presença de NA é reduzida, tal é visto como um indicador de tranquilidade e serenidade.

A *PANAS* apresenta boas propriedades psicométricas e é de fácil e breve aplicação, encontrando-se traduzida e adaptada para outras línguas latinas, como o italiano (Terracciano, McCrae, & Costa, 2003), o francês (Vautier & Raufaste, 2003) e o espanhol (Joiner, Sandin, Chorot, Lostao, & Marquina, 1997). Tem também sido utilizada, com sucesso, no estudo da afectividade em adultos idosos (Baltes & Mayer, 1999; Kercher, 1992).

Consoante o referente temporal utilizado na administração (e.g., “no momento presente”, “normalmente”) a *PANAS* pode ser utilizada para estados ou traços emocionais. Por motivos da perturbação induzida pelo entrevistador (Amado et al., 2008) foi apenas pedido aos participantes que respondessem, para cada termo emocional, a frequência com que o sentiam “normalmente”.

Procedimento

Foi requerida a autorização dos autores do questionário para a sua utilização neste estudo (Anexo IV).

Ao adaptar a *PANAS* para a população idosa portuguesa consideraram-se uma série de factores sócio-culturais a ter em conta (Amado et al., 2008). As emoções são enformadas pelo contexto social. Alguns dos afectos presentes podem ter uma valência diferente para os sujeitos. A ética protestante pressupunha, devido à doutrina de predestinação defendida por Calvino, na qual quanto mais sucesso um homem arrecadava em vida, mais tal sucesso e sua exibição eram sinal de que ele era um dos escolhidos, um dos predestinados ao paraíso (Weber, trad. 1995). Afectos como o *orgulho* serão assim vistos de forma positiva numa sociedade de matriz protestante, como a em que a *PANAS* foi desenvolvida, ao passo que em Portugal, país de matriz

católica, o orgulho pode ter, e muitas vezes tem, uma conotação negativa (arrogância), especialmente no grupo de adultos idosos. Pelo mesmo motivo, o afecto *culpado* tem significados diversos para uma sociedade protestante e para uma sociedade católica. O facto de adaptações da *PANAS* a outros países católicos, como a Itália (Terracciano et al., 2003) não apresentarem tais problemas, pode dever-se aos estudos se basearem em amostras com participantes mais novos (média de 28 anos), nas quais a influência da matriz católica é mais atenuada. Tendo em conta os aspectos referidos, tomou-se a tradução realizada por Costa (2005) como ponto de partida e procedeu-se às alterações consideradas necessárias para uma melhor compreensão da prova por parte dos idosos portugueses, descritas em Amado (2007), e em Amado e colegas (2008). Exemplo destas alterações foi a substituição de *excitado* por *animado*, para evitar a conotação sexual do termo.

O procedimento de aplicação foi o mesmo do estudo anterior.

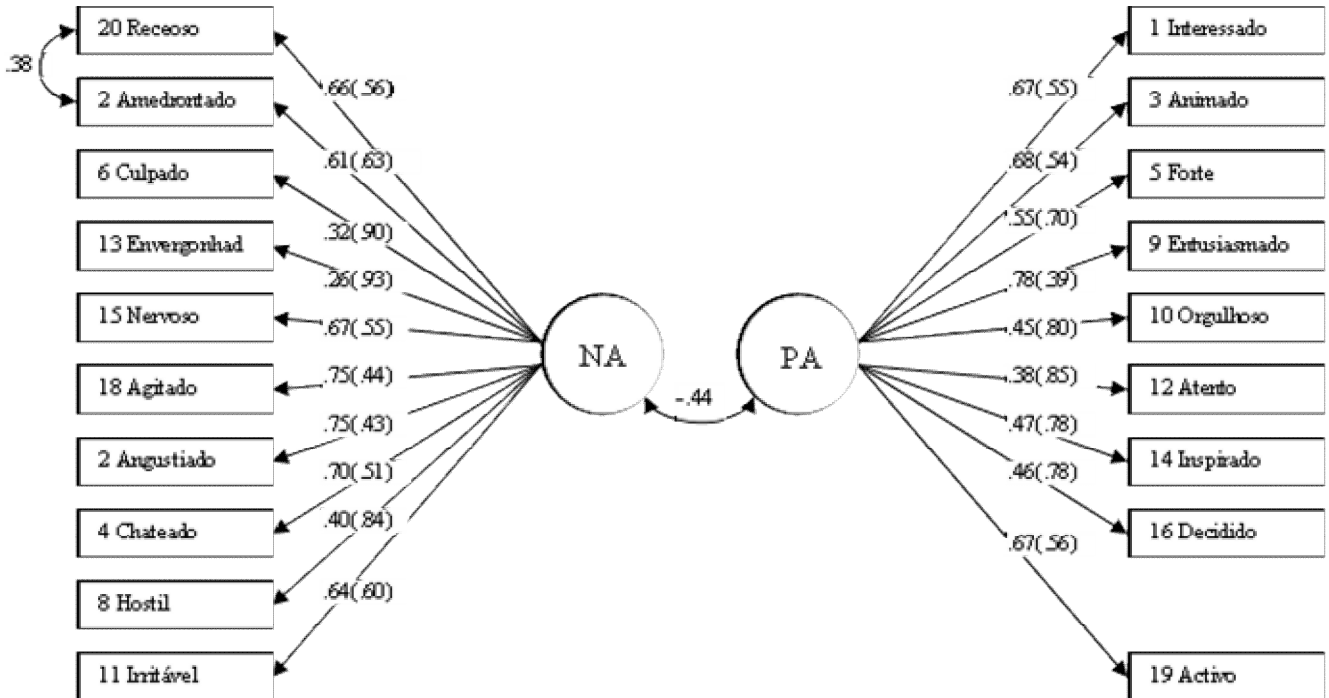
Procedimento de tratamento e análise dos dados

O procedimento de tratamento e análise dos dados foi semelhante ao do estudo anterior, mas com uma diferença, que se deveu à conjugação do número elevado de itens da prova face à dimensão da nossa amostra: recorreu-se, no *PRELIS2*, à técnica de amostragem por simulação *bootstrap* (100 amostras de 50% dos casos) para obviar esse problema.

Foi seguida uma lógica de “geração de modelos” (Jöreskog & Sörbom, 1993b), a qual pode implicar enviesamento confirmatório, uma vez que se admite a modificação empiricamente derivada (*data-driven*) do modelo, ocorrendo a possibilidade de o melhorar com base simplesmente no acaso (MacCallum, Rosnowski, & Necowitz, 1992). Para o evitar, a reespecificação do modelo, seguindo Diniz e Almeida (2006), teve em conta quer os resultados dos índices de modificação (IM) fornecidos pelo *LISREL*, quer a relação entre os resultados obtidos para a quantidade de variância dos itens que se encontrava associada à variância do respectivo factor (coeficiente de determinação; R^2) e a quantidade de variância dos itens devida ao erro (termo de erro): o R^2 , preferencialmente, deveria ser superior a .50. Essas modificações foram substantivamente justificadas.

Resultados

Foi testado, inicialmente, o modelo da *PANAS* com 10 itens para NA e PA e sem covariâncias de erro. Tal modelo mostrou-se insustentável (os seus *GOF* eram abaixo dos limites estipulados no procedimento do estudo anterior). A primeira alteração efectuada foi a inclusão de uma covariância de erro entre os itens *receoso* e *amedrontado*. Não só esta covariância era fortemente indicada pelos IM, como tinha sido utilizada com sucesso em estudos de validação da prova (Amado, 2007; Kercher, 1992). Embora tenha havido uma melhoria significativa graças à inclusão desta covariância de erro no modelo, este ainda não era aceitável. Retirou-se então o item *atencioso* do conjunto de afectos positivos (PA). Tal deveu-se não só a este item representar mal o factor ($R^2 < .15$), como a parecer estar enviesado pelo processo de recolha (hetero-administração), não só por ser um afecto socialmente desejável, mas também por a própria participação voluntária dos sujeitos no estudo implicar atenciosidade. Para muitos dos adultos idosos entrevistados, a participação era vista como um favor pessoal; por conseguinte, criou-se alguma redundância ao, em pleno acto atencioso, perguntar se o sujeito sentia tal emoção.



$$SB\chi^2(150, N = 97) = 143.42; RMSEA = .00 \text{ (I.C. 90\% = .0; .042)}$$

$$CFI = .90; SRMR = .10$$

Figura 4. Estrutura factorial da *PANAS*. (Variância do erro); seta curva entre itens 2 e 20 = covariância de erro; seta curva entre NA e PA = correlação.

Os resultados do teste do modelo (Anexo IX), com nove afectos positivos, 10 afectos negativos e com a presença de uma covariância de erro entre os itens *receoso* e *amedrontado* são apresentados na Figura 4. Como consta na Figura 4, o ajustamento do modelo mostrou-se aceitável ($ratio\ S-B\chi^2/df < 3$; $RMSEA < .06$, mas $CFI < .95$; $SRMR > .08$). O item que melhor representava NA foi o “angustiado” ($R^2 = .57$) e o que melhor representava PA foi “entusiasmado” ($R^2 = .61$). Os piores itens foram “envergonhado” para NA e “atento” para PA. A consistência interna de PA foi de .81, ao passo que a de NA foi de .84, ambos bons valores. Quanto à validade convergente ela era baixa para qualquer um dos factores ($VME_{PA} = .36$; $VME_{NA} = .34$).

Discussão

Aplica-se a este estudo as mesmas ressalvas quanto à necessidade de validação cruzada, feitas no estudo anterior. Esta necessidade é talvez ainda mais importante em relação a este estudo, já que ocorreram mudanças significativas na estrutura factorial da prova. Embora a inclusão de uma covariância de erro entre *receoso* e *amedrontado* tenha precedentes na literatura (Kercher, 1992), o retirar de um item (“atencioso”) para obter uma estrutura factorial plausível pode dever-se à interacção das características especiais da nossa amostra com o método de aplicação usado (hetero-administração). Porém, tal como no estudo anterior, existe uma estrutura factorial viável, donde se pode retirar uma nota de PA e uma de NA a utilizar no teste dos modelos alternativos preditores do BE (Figuras 1 e 2).

7.3. Validação factorial do *Life Satisfaction Index - A (LSI - A)*

Participantes

Os participantes foram os mesmos dos estudos anteriores.

Instrumento

O *Life Satisfaction Index - A (LSI - A)*; Neugarten et al., 1961) foi desenvolvido com o objectivo de avaliar o bem-estar psicológico em adultos idosos de um modo independente do seu nível de actividade ou participação social. Com base nas

entrevistas realizadas no âmbito do *Kansas City Study of Adult Life*, os autores elaboraram duas versões do instrumento: o *LSI - B*, sob a forma de guião de entrevista, e o *LSI-A*, sob a forma de questionário. Na sua versão original, de 20 itens, o *LSI - A* é constituído por cinco dimensões: (1) prazer/entusiasmo *versus* apatia nas actividades do dia-a-dia (Prazer); (2) olhar a vida como fazendo sentido e aceitá-la resolutamente (Sentido e Aceitação); (3) congruência entre os objectivos desejados e atingidos (Congruência); (4) Auto-Conceito Positivo; e, (5) Tonalidade do Humor. No entanto, várias versões da prova têm sido propostas desde a sua criação, contemplando um menor número de itens do que o original e diferentes estruturas factoriais (vd. Helmes, Goffin, & Chrisjohn, 1998).

Em Portugal, Gouveia, Diniz e Amado (2006) iniciaram, com uma amostra de 284 sujeitos, a adaptação da prova para os adultos idosos portugueses, tendo revisto as várias estruturas factoriais entretanto apresentadas na literatura. Neste estudo, o modelo que melhor define a estrutura do *LSI - A*, foi o modelo tridimensional hierárquico, proposto por Liang (1984), com 11 itens. Os três factores que constituem a satisfação com a vida (SV) eram: a Tonalidade do Humor (Hum), com itens como o item 4 (“Estou tão feliz, como quando era mais novo(a)”); o factor Entusiasmo (Ent), com itens como o item 7 (“A maior parte das coisas que faço são aborrecidas ou monótonas.”), e o factor Congruência (Cgr), com itens como o item 12 (“Quando olho para a minha vida passada sinto-me francamente satisfeito(a).”)

A prova é constituída por 20 afirmações, em relação às quais o respondente concorda, discorda ou responde não saber (no Anexo X é apresentada a sua tradução).

Procedimento

Não foi requerida a autorização para a utilização da prova, já que os seus autores referem que é de uso livre (Neugarten et al., 1961). Utilizou-se a tradução portuguesa utilizada por Gouveia e colegas (2006).

O procedimento de aplicação da prova foi o mesmo dos estudos anteriores.

Procedimento de tratamento e análise dos dados

Tomou-se como base o procedimento do estudo anterior, mas com algumas diferenças. Ao invés de se utilizar o método de máxima verosimilhança, utilizou-se,

devido à métrica dos itens (quase dicotómica), o método dos mínimos quadrados ponderados (*WLS*; que não exige qualquer pressuposto distribucional) com o *Minimum Fit Function Chi-Square* (Jöreskog & Sörbom, 1993b) e com recurso à técnica de amostragem por simulação *bootstrap* (100 amostras de 50% das observações) por ser recomendável a utilização de amostras de muito grande dimensão para trabalhar com o *WLS* ($N = 5000$, para modelos com dois factores e oito itens; Hu, Bentler, & Kano, 1992).

Tratando-se de um modelo hierárquico, para estabelecer a unidade de mensuração dos factores de primeira ordem nos modelos, foi igualizado a um (1.00) o coeficiente de regressão não-estandardizado (λ) num dos seus itens; a chamada “variável de referência” do factor (Jöreskog & Sörbom, 1993b). A escala dos factores de primeira ordem ficou, por conseguinte, a ser a mesma da dos itens (estes, devido à utilização das correlações policóricas, passaram a ter uma escala estandardizada: $M = 0.0$, $DP = 1.00$). É importante também referir que o programa igualiza, por defeito, a variância dos factores de segunda ordem a um (1.00). As reespecificações do modelo seguiram os princípios dos estudos anteriores.

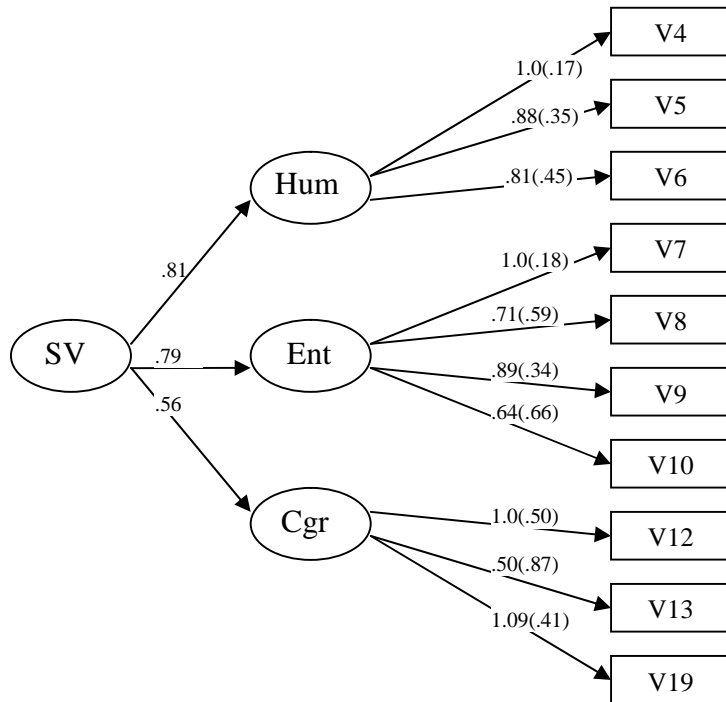
Resultados

Dos vários modelos propostos para esta prova (vd. Helmes et al., 1998), utilizou-se o modelo de Liang (1984), por ser, na altura da realização do estudo, o que melhores resultados tinha apresentado, quer em estudos no estrangeiro (Liang, 1984), quer em Portugal (Gouveia, Diniz, & Amado 2006).

O modelo mostrou não ser aceitável com a inclusão do item 2 (“Aproveitei mais das partes boas da vida do que a maior parte das pessoas que conheço.”), que apresentava um R^2 demasiado baixo ($<.10$). Substantivamente, verificou-se também ser o item 2 o único a apresentar uma comparação entre o sujeito e as outras pessoas, pelo que se considerou existirem motivos substantivos e empíricos suficientes para a sua exclusão. Na Figura 5, apresentam-se os resultados do teste do modelo sem a presença do item 2 (Anexo XI).

O modelo resultante, hierárquico com três factores: Tonalidade do Humor (3 itens), Entusiasmo (4 itens) e Congruência (3 itens), apesar do elevado *SRMR*, mostrou-se bem ajustado ($ratio \chi^2/gl < 3$; $RMSEA < .06$; $CFI > .95$). Os melhores e piores itens de cada factor foram, respectivamente: para o humor, o item 4 ($R^2 = .83$) e o item 6 ($R^2 = .55$);

para o Entusiasmo, o item 7 ($R^2 = .82$) e o item 10 ($R^2 = .34$); e, para a Congruência, o item 19 ($R^2 = .59$) e o item 13 ($R^2 = .13$). A consistência interna dos factores era de .88 para a Tonalidade de Humor, de .86 para o Prazer, e de .79 para a Congruência, sendo a validade convergente desses factores, respectivamente, de .71, .60 e .58. O factor SV também possuía excelentes consistência interna (.93) e validade convergente (.63).



$$\chi^2 (32, N = 97) = 35.61; RMSEA = .034 (I.C. 90\% = .0; .085)$$

$$CFI = .99; SRMR = .14$$

Figura 5. Estrutura factorial do LSI-A. SV= Satisfação com a Vida; Hum = tonalidade do Humor; Ent = Entusiasmo; Cgr = congruência; (variância do erro).

Discussão

Aplicam-se neste estudo os mesmos comentários sobre a necessidade do teste de invariância que nos estudos anteriores, bem como sobre a capacidade da estrutura factorial testada permitir a obtenção de uma nota de Satisfação com a Vida a utilizar nos modelos de sucesso no envelhecimento. É de referir que estudos mais recentes de validação desta prova (Diniz, Amado, & Gouveia, no prelo) apontam para uma estrutura unidimensional. O seu desenvolvimento foi, contudo, posterior ao estudo de validação

aqui apresentado, na qual se optou pela versão tridimensional hierárquica, a qual, na nossa amostra, mostrou bons resultados, com um modelo ajustado, possuidor de consistência interna e validade convergente.

7.4. Validação factorial da versão reduzida do *SOC Questionnaire*

Participantes

Os participantes foram os mesmos dos estudos anteriores.

Instrumento

A versão reduzida do *SOC Questionnaire* (Freund & Baltes, 1998), foi desenvolvida no contexto do *Berlin Aging Study (BASE; Baltes & Mayer, 1999)*. O questionário foi depois ampliado (Freund & Baltes, 2000) e utilizado para avaliar a utilização de comportamentos SOC ao longo do ciclo-de-vida. Verificou-se que o constructo que lhes subjaz é unidimensional e permite aprofundar o conhecimento sobre a maneira como as pessoas gerem as suas vidas. Acresce que esse constructo é um bom preditor do bem-estar subjectivo e possui uma significativa associação com outros constructos psicológicos, como os estilos de pensamento ou a personalidade (Freund & Baltes, 1998, 2002).

A versão reduzida da prova é constituída por 12 itens dicotómicos, sendo cada um composto pela descrição de um comportamento SOC e de um comportamento não-SOC. É pedido aos respondentes que escolham qual dos dois comportamentos é mais parecido com a sua forma habitual de proceder. A selecção electiva, a selecção baseada em perdas, a optimização e a compensação, são operacionalizados através de três itens cada. A nota final reporta-se, no entanto, apenas aos comportamentos SOC encarados como um todo, uma vez que, segundo os autores (Freund & Baltes, 1998), trata-se de um só processo “integrativo” de adaptação. Na tradução portuguesa da prova (Anexo XII), optou-se por semi-aleatorizar os itens para que surgissem alternando as componentes e os comportamentos SOC e não-SOC. Num estudo preliminar da sua adaptação para adultos idosos portugueses, Amado, Diniz e Martins (2006), testaram a estrutura factorial da prova numa amostra de 150 adultos idosos, tendo chegado a uma

estrutura unidimensional com seis itens (dois itens de Selecção, dois de Optimização e dois de Compensação) bem ajustada.

Procedimento

Foi solicitada e obtida a autorização dos autores para o uso da prova (Anexo IV).

O procedimento de tradução foi semelhante ao do *SCSRFQ*. Preferiu-se adaptar algumas frases a manter uma tradução literal, quando se julgou favorecer o sentido original das questões. Por exemplo, traduziu-se “*devote myself fully and completely to it*” para “dedico-me a ela de alma e coração”, já que foi entendido que esta metáfora era mais explicativa e mais facilmente compreendida pelos sujeitos. Tal como no estudo do *SCSRFQ*, também foi realizado um estudo-piloto. Tendo por base as informações obtidas nesse estudo-piloto, realizaram-se as últimas modificações na prova, chegando-se assim à versão final. Exemplo do tipo de alterações feitas é a do item “Mesmo quando penso realmente no que quero na vida, espero para ver o que acontece em vez de me *comprometer com* apenas um ou dois objectivos em particular” modificado para “Mesmo quando penso realmente no que quero na vida, espero para ver o que acontece em vez de me *dedicar a* apenas um ou dois objectivos em particular”. Todavia, apesar de todos os esforços para tornar clara essa versão final, ela revelou-se demasiadamente complexa, num segundo estudo-piloto, para os sujeitos sócio-culturalmente muito pouco diferenciados. Procedeu-se, então, ao desenvolvimento de uma forma paralela do Questionário, antevendo a necessidade da sua futura utilização.

A forma paralela foi realizada por dois investigadores familiarizados com o conteúdo dos itens e com a teoria subjacente que, sabendo das dificuldades dos adultos idosos em responderem à tradução, clarificaram os itens procurando não perder o seu sentido original. Para verificar que os itens clarificados tinham um sentido equivalente ao da tradução directa, aleatorizou-se os itens e pediu-se a dois pequenos grupos de sujeitos (cinco adultos idosos diferenciados e cinco não idosos) que realizassem a correspondência entre os itens clarificados e os itens traduzidos. Como a correspondência foi perfeita em todos os sujeitos, assumiu-se que os itens eram equivalentes e que podiam ser utilizados para substituir a tradução quando surgissem dificuldades de compreensão.

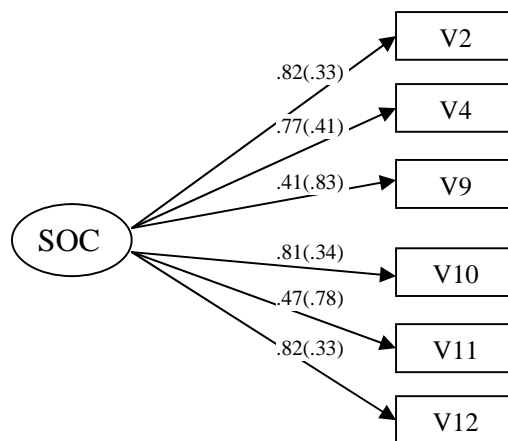
O procedimento de aplicação da prova foi o mesmo dos estudos anteriores.

Procedimento de tratamento e análise dos dados

O procedimento de tratamento e análise dos dados foi o mesmo do estudo anterior, salvo no que respeita às especificações exigidas para testar modelos hierárquicos. Entretanto, dado tratarem-se de itens dicotômicos, calculou-se no *PRELIS2* a matriz de covariância assintótica das correlações tetracóricas dos dados neles obtidos (Jöreskog & Sörbom, 1993a,b)

Resultados

Na Figura 6, apresentam-se os resultados obtidos para o teste do modelo obtido por Amado e colegas (2006) (Anexo XIII).



$$\chi^2 (9, N = 97) = 9.97; RMSEA = .034 (.0; .12)$$

$$CFI = .99; SRMR = .11$$

Figura 6. Estrutura factorial da versão reduzida do *SOC Questionnaire*. SOC = comportamentos SOC; (variância do erro).

O modelo obtido mostrou-se bem ajustado ($ratio \chi^2/gl < 3$; $RMSEA < .06$; $CFI > .95$), apesar do elevado *SRMR*. Os itens que melhor representaram o factor foram o item 2 ($R^2 = .67$; “Continuo a trabalhar no que planeei até ter sucesso”) e o item 12 ($R^2 = .67$; “Quando se torna mais difícil para mim obter os mesmos resultados que antes obtinha, continuo a esforçar-me até conseguir fazer tudo tão bem como antes.”). O item que pior

o representou foi o item 9 ($R^2 = .17$; “Quando penso no que quero na vida, concentro-me em um ou dois objetivos importantes”). A consistência interna do modelo foi de .85 e a validade convergente de .50, ambos valores dentro dos critérios pretendidos.

Discussão

Embora a utilização de apenas seis itens do questionário esteja longe de ser ideal, estes representam todas as componentes do SOC e permitem a obtenção de uma nota para utilizar nos modelos de sucesso no envelhecimento. Aplica-se a este teste os mesmos comentários sobre plausibilidade e validação realizados para os outros estudos.

7.5. Validação factorial da *Self Assessed Wisdom Scale (SAWS)*

Participantes

Como esta prova possuía um número muito elevado de itens (40) foi necessário, para o seu processo de validação, recorrer a uma amostra maior. Assim, à amostra utilizada nos outros estudos adicionaram-se sujeitos, recolhidos através dos mesmos processos de amostragem. A amostra utilizada totalizou 389 sujeitos, com idades compreendidas entre os 65 e os 100 anos ($M = 76$). A maioria dos participantes era do género feminino (53%).

Instrumento

A *Self-Assessed Wisdom Scale (SAWS)*; Webster, 2003) consiste em 40 itens, reflectindo cinco componentes da sabedoria, que embora empiricamente sobrepostos são conceptualmente diferentes. Apresentamos, como exemplo, um item para cada componente: Experiência – “Superei muitas situações dolorosas na minha vida”; Regulação Emocional – “Adapto facilmente as minhas emoções à situação em que me encontro”; Reminiscência- “Penso frequentemente no meu próprio passado”; Abertura – “Sou muito curioso em relação a outras religiões e/ou filosofias”, e Humor – “Consigo rir-me dos meus embaraços pessoais”. Para cada item da prova é pedido ao sujeito uma avaliação de um (discordo totalmente) até seis (concordo totalmente).

Quanto às qualidades psicométricas da prova, num primeiro estudo (Webster, 2003) a prova mostrou boa consistência interna e validade de constructo, correlacionando-se com a generatividade e a integridade do ego. Um estudo posterior (Webster, 2007), utilizando AFC, tomou a soma dos resultados de cada componente como variáveis manifestas, criando um modelo em que a sabedoria é definida como um factor com cinco itens. A estrutura testada mostrou-se ajustada.

Procedimento

Solicitou-se junto do autor a autorização para a utilização da prova, a qual foi obtida (Anexo IV).

Para a tradução da *SAWS* seguiu-se o mesmo procedimento que no estudo da *SCSRFQ*. Preferiu-se, por vezes, não optar por uma tradução literal, como na questão: “*I’ve personally discovered that you can’t always tell a book from its cover*”, pois tratava-se de uma expressão idiomática, que foi traduzida para “Descobri pessoalmente que não se deve julgar pelas aparências”. Optou-se, por vezes, por iniciar as questões directamente com o verbo, subentendendo-se o sujeito, por ser mais próximo da linguagem falada, e tendo em conta a população em que seria aplicado o instrumento, bem como a forma em como seria aplicado (hetero-aplicação). A tradução da *SAWS* é apresentada no Anexo XIV. Note-se que, tendo em conta dificuldades surgidas no pré-teste preferiu-se pedir aos sujeitos para, em vez de um a seis, avaliarem as afirmações de um (Discordo totalmente) a quatro (Concordo totalmente).

O procedimento de aplicação da prova foi o mesmo dos estudos anteriores.

Procedimento de tratamento e análise dos dados

O procedimento utilizado foi análogo ao do estudo da *PANAS*. Antes do teste do modelo com a presença das cinco componentes da sabedoria e todos os seus itens, optou-se por testar cada componente individualmente, seguindo os critérios dos outros estudos para a reespecificação do modelo. Tendo em conta informações obtidas na recolha, que indicavam dificuldades na compreensão de certos itens por parte de alguns sujeitos, e também atendendo à baixa percentagem de variância dos itens que se encontrava associada à variância do respectivo factor ($R^2 < .15$), foram retirados os seguintes itens: do factor Abertura, os itens 5, 35 e 40; do factor Regulação Emocional,

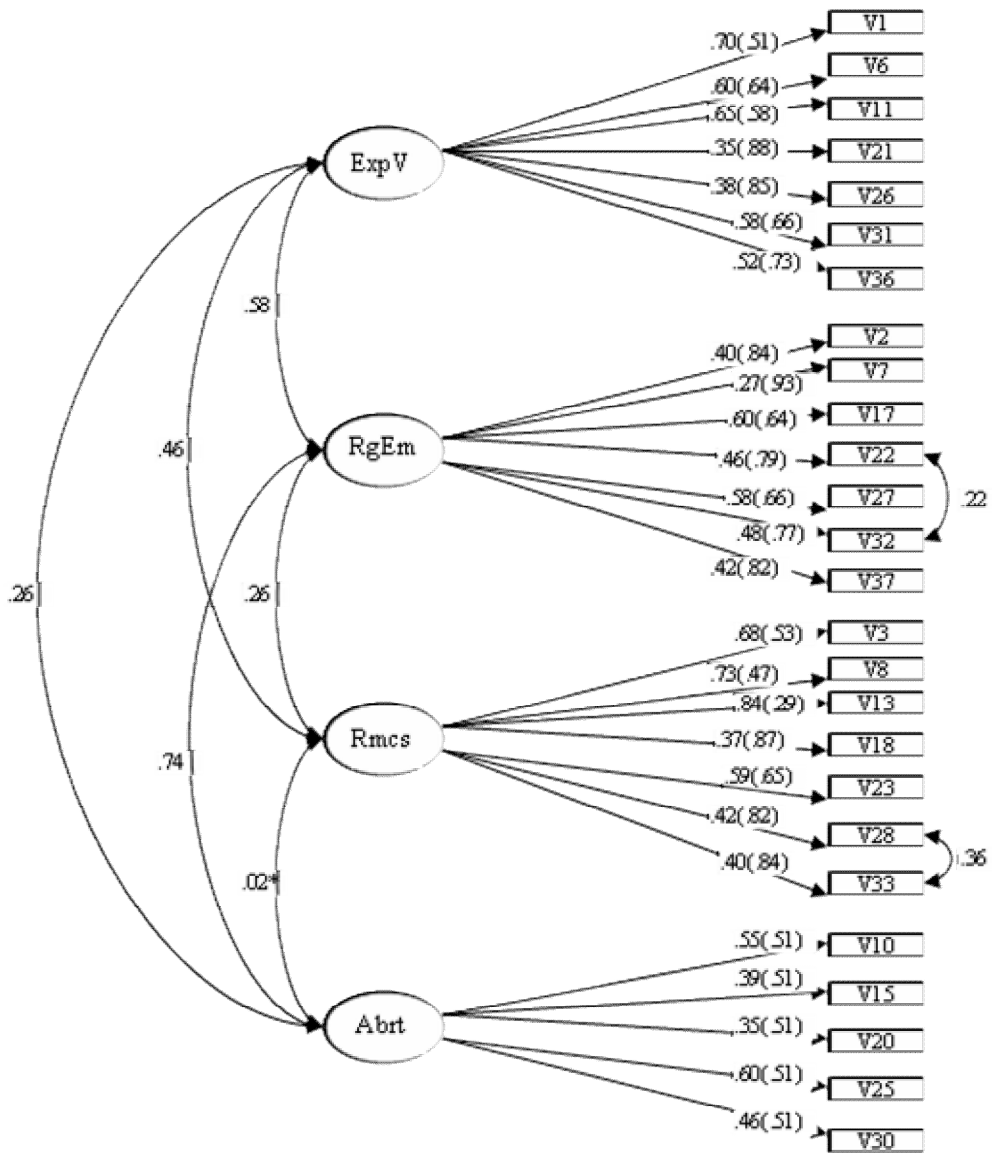
o item 12; do factor Reminiscência e Reflexividade, o item 38; e, do factor Experiência de Vida, o item 16.

Resultados

O teste do modelo, já sem a presença destes itens, mostrou ainda um ajustamento inaceitável (os *GOF* apresentavam valores abaixo do estipulado). Após reflexão e consideração da relação dos factores entre si, optou-se por retirar o factor Humor para melhorar o ajustamento do modelo. Este factor não se encontrava correlacionado com qualquer um dos outros. Acresce que, já na revisão da literatura, este factor havia surgido como o com menor sustentação teórica para uma composição multifactorial da sabedoria.

Após a adição de duas covariâncias de erro (uma entre os itens 28 e 33, pertencentes ao factor Reminiscência, e outra entre os itens 32 e 22 pertencentes ao factor Regulação emocional) obteve-se finalmente um modelo aceitável (Figura 7; Anexo XV).

O modelo obtido mostrou-se bem ajustado (*ratio* $\chi^2/gl < 3$; *RMSEA* $< .06$; *CFI* = .90; *SRMR* = .071). Os melhores e piores itens de cada factor foram, respectivamente: para o Experiência de Vida, o item 1 ($R^2 = .49$) e o item 21 ($R^2 = .12$); para a Regulação Emocional, o item 7 ($R^2 = .07$) e o item 17 ($R^2 = .36$); para a Reminiscência, o item 13 ($R^2 = .71$) e o item 18 ($R^2 = .18$); e, para a Abertura, o item 25 ($R^2 = .36$) e o item 20 ($R^2 = .13$). Quanto à consistência interna e validade convergente dos factores, os valores foram, respectivamente: para a Experiência de Vida .73 e .30; para a Regulação Emocional .65 e .22; para a Reminiscência .78 e .36; e, para a Abertura, .59 e .23. Quanto à totalidade da prova, a sua consistência interna foi muito boa (.91), mas a validade convergente (.28) foi baixa. É também de salientar que não se utilizou uma estrutura hierárquica por não ser sustentável na amostra testada (a matriz de covariância das variáveis latentes não estava positivamente definida). Como pode ser observado na Figura 7, a correlação entre factores é muito variável, indo de valores muito reduzidos, como o .02 entre Reminiscência e Abertura (a única relação estatisticamente não significativa), até valores elevados como o .74 entre a Regulação Emocional e a Abertura.



$SB\chi^2(291, N = 195) = 267.39$; $RMSEA = .00$ (I.C. 90% = .0; .017)

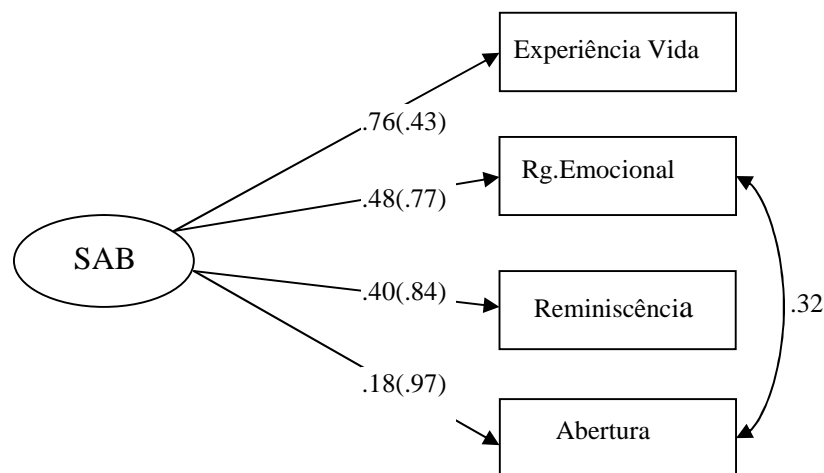
$CFI = .90$; $SRMR = .071$

Figura 7. Estrutura factorial da SAWS. Exp V = Experiência de Vida; RgEmo = Regulação Emocional; Rmcs = Reminiscência; Abrt = Abertura; setas contínuas de duplo sentido = relações de covariância; (variância do erro); setas curvas = covariância de erro; * = relação estatisticamente não significativa.

O modelo era plausível, satisfazendo o objectivo principal do seu teste: a obtenção de uma estrutura factorial viável donde se pudesse retirar as notas ponderadas da sabedoria a utilizar no teste dos modelos alternativos preditores do BE.

Para legitimar o cálculo duma nota para a sabedoria, testou-se, à semelhança de Webster (2007), uma estrutura factorial onde as quatro dimensões foram tidas como variáveis manifestas desse constructo. Estas variáveis manifestas foram calculadas através da média, para cada factor, da multiplicação da regressão das cargas factoriais dos itens (entretanto obtidas através do *LISREL8*; Jöreskog & Sörbom, 1996) presentes no modelo anterior pelas notas brutas. Procedeu-se depois ao teste, na mesma amostra, do modelo unifactorial com variáveis manifestas, utilizando o mesmo procedimento mas sem recurso ao *bootstrap*, uma vez que se estava a lidar com um número de itens reduzido.

O modelo testado revelou-se não sustentável ($RMSEA > .10$; $CFI < .90$). Atendendo à existência de uma correlação elevada (.74) entre a Regulação emocional e a Abertura (Vd. Figura 7), foi acrescentada ao modelo uma covariância de erro entre as duas. Na Figura 8 apresentamos os resultados do teste desse modelo.



$$SB\chi^2(1, N = 389) = 1.10; RMSEA = .016 \text{ (I.C. 90\% = .0; .14)}$$

$$CFI = 1.00; SRMR = .014$$

Figura 8. Teste do modelo unifactorial da Sabedoria. SAB = sabedoria; Rg.Emocional = Regulação Emocional; (variância de erro).

O modelo obtido (Anexo XVI) encontra-se bem ajustado ($ratio \chi^2/gl < 3$; $RMSEA < .06$; $CFI > .95$; $SRMR < .08$). A covariância de erro utilizada é altamente significativa

(.32; $t(388) = 6.57$; $p < .001$), o que fez com que a variável Abertura seja pouco precisa para representar o factor. A consistência interna do modelo foi de .52 e a validade convergente de .25, ambos valores abaixo do desejável, em parte devido ao reduzido número de variáveis, em parte devido à correlação entre duas das variáveis. Em todo o caso, tratou-se de um teste suplementar para verificar se o modelo era plausível (estatisticamente significativo e parcimonioso), o que se demonstrou. Isto reforça a possibilidade de utilização de uma nota total para a sabedoria.

7.6. Teste dos Modelos Preditores do Sucesso no Envelhecimento

Participantes

Os participantes foram os mesmos do estudo *SCSRFQ*.

Procedimento

Uma vez que era indesejável, senão mesmo impossível, dado o elevadíssimo número de itens dos instrumentos face à dimensão reduzida da nossa amostra, testar o modelo utilizando variáveis latentes, foi necessário calcular uma nota total para cada factor. Tendo em conta o facto de as relações entre um factor e os seus itens deverem ter diferentes ponderações no cálculo de uma nota para o factor (diferente precisão dos itens para representar o factor), evitou-se o viés suscitado pelo cálculo de um somatório (ou de uma média) dos resultados brutos obtidos nos itens, multiplicando-os pelas regressões das respectivas cargas factoriais, entretanto obtidas através do *LISREL8* (Jöreskog & Sörbom, 1996). Obtiveram-se, assim, seis notas ponderadas: SV (somatório ponderado da Satisfação com a vida); PA (somatório ponderado dos afectos positivos); NA (somatório ponderado dos afectos negativos); SOC (somatório ponderado dos comportamentos SOC); Fé (somatório ponderado da Força da Fé); SAB (somatório ponderado da Sabedoria). Como as notas de SV, PA e NA tinham escalas de respostas diferentes, foram estandardizadas, ou seja, convertidas em notas z . Criaram-se duas novas variáveis: BE+ (bem-estar subjectivo positivo – soma das notas estandardizadas de PA e SV) e BE (bem-estar subjectivo total – soma das notas estandardizadas de PA e SV, subtraindo-se a nota estandardizada de NA). A operacionalização das variáveis género, idade e posição social foi feita da seguinte forma: masculino = 1, feminino = 2; terceira-idade = 1, quarta-idade = 2; e sócio-culturalmente pouco diferenciados = 1, muito diferenciados = 2.

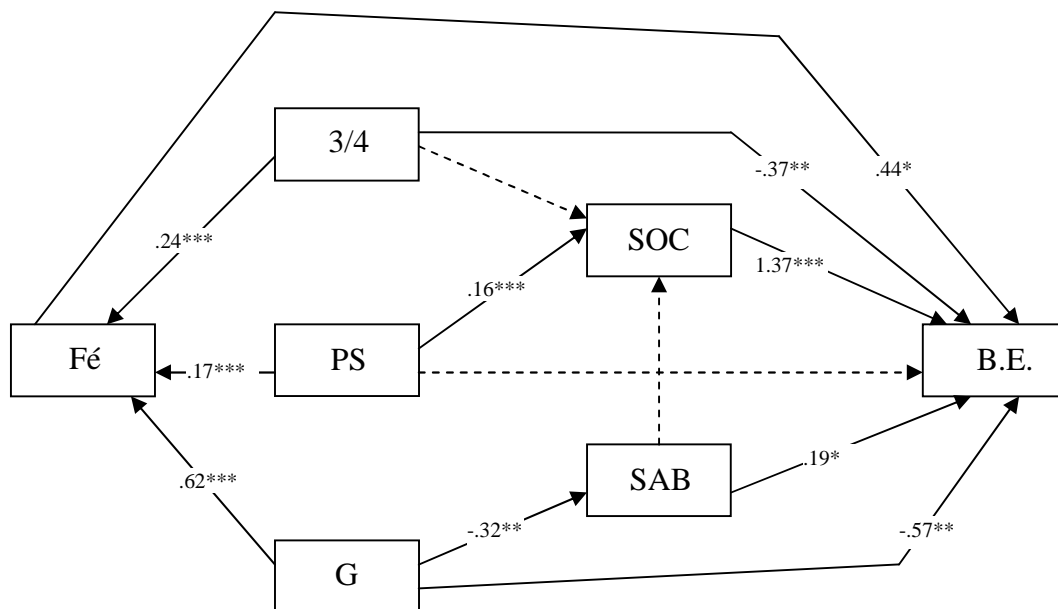
Ao contrário dos estudos anteriores, os modelos a analisar não lidavam com variáveis latentes, mas sim com variáveis manifestas, pelo que se procedeu à análise de trajetórias (*path analysis*).

O procedimento de tratamento e análise dos dados foi semelhante ao do estudo 1.1. Contudo, ao invés de se utilizar correlações policóricas para o cálculo das matrizes de covariância assintótica, utilizaram-se matrizes de covariância. Acresce que, seguindo

os critérios de Kline (2005) para a avaliação de desvios extremos à normalidade, verificou-se que estes não ocorreram (assimetria < 3.0; curtose < 10.0), pelo que não havia contra-indicações para a utilização de matrizes de covariâncias. No que concerne à comparação dos modelos, recorreu-se ao *Expected Cross-Validation Index (ECVI)*; Browne & Cudeck, 1993) sendo preferido o modelo com menor *ECVI*.

Resultados

Na Figura 9 (Anexo XVII) apresentam-se os resultados do teste do Modelo Predictor do Sucesso no Envelhecimento A.



$$\chi^2(5, N = 194) = 7.66; RMSEA = .053 \text{ (I.C. 90\% = .0; .12)}$$

$$CFI = .99; SRMR = .039; ECVI = .28 \text{ (I.C. 90\% = .27; .34)}$$

Figura 9. Teste do Modelo Predictor do Sucesso no Envelhecimento A. Setas descontínuas = relações de predição estatisticamente não significativas; Fé = Força da Fé; 3/4 = terceira ou quarta-idades; PS = Posição Social; G = Género; SOC = comportamentos SOC; SAB = Sabedoria; B.E. = Bem-estar total (PA + Satisfação com a vida – NA).

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

Como se pode observar na Figura 9, o modelo está bem ajustado (ratio $\chi^2/gl < 3$; $RMSEA < .06$; $CFI > .95$; $SRMR < .08$) permitindo a sua interpretação substantiva.

Em relação aos efeitos directos sobre a variável critério (BEtotal), todos os preditores, excepto a Posição Social (PS), mostraram relações de predição estatisticamente significativas. Os comportamentos SOC (SOC) mostraram-se como seus excelentes preditores[‡] [$\beta = 1.37$; $t(193) = 3.59$; $p < .001$]. A Força da Fé (Fé) [$\beta = .44$; $t(193) = 2.27$; $p < .05$], e a Sabedoria (SAB) [$\beta = .19$; $t(193) = 1.98$; $p < .05$], embora com menores níveis de significância, também se revelaram bons preditores do BEtotal: mais Fé e mais SAB implicam maior BEtotal. A pertença ao género feminino (G) influencia negativamente o BEtotal [$\beta = -.57$; $t(193) = -3.15$; $p < .01$], tal como a pertença à quarta-idade (3/4) [$\beta = -.37$; $t(193) = -2.63$; $p < .01$]. Por último, parece que fazer parte do grupo dos sujeitos muito diferenciados (PS), influencia positivamente o BEtotal. Isto porque esta relação era marginalmente significativa [$\beta = .29$; $t(193) = 1.95$; $p > .05$], mas muito próxima do limiar de significância ($t = 1.96$). A quantidade de variância do BEtotal extraída por estas variáveis (R^2) foi de .24.

A Força da Fé foi bem predita: pela pertença à terceira ou quarta-idade [$\beta = .24$; $t(193) = 4.92$; $p < .001$], verificando-se maiores níveis da mesma na quarta-idade, pela Posição Social [$\beta = .17$; $t(193) = 3.37$; $p < .001$], verificando-se que os sujeitos mais diferenciados mostraram maiores níveis da mesma; e, pelo Género [$\beta = .62$ (.049); $t(193) = 12.64$; $p < .001$], possuindo as mulheres maior Força da Fé. Estas variáveis em conjunto extraíam .52 da variância da Força da Fé, o que mostra que esta é bastante afectada pela condição sócio-demográfica dos participantes

Os comportamentos SOC foram bem preditos pela Posição Social [$\beta = .16$; $t(193) = 6.57$; $p < .001$], com os participantes mais diferenciados alegando maior uso destes comportamentos. A pertença à terceira ou quarta-idade não se revelou como preditora dos comportamentos SOC [$\beta = -.033$; $t(193) = -1.34$; $p > .05$]. A Sabedoria mostrou também não ser uma boa preditora dos comportamentos SOC [$\beta = .032$; $t(193) = 1.80$; $p > .05$]. A variância dos comportamentos SOC extraída por estas variáveis, embora não

[‡] Note-se que o facto de o coeficiente de regressão estandardizado (β) ser superior a 1.00 não significa, necessariamente, que algo de errado está a acontecer, ainda que possa indicar uma elevada colineariedade nos dados (Jöreskog, 1999).

tão elevada como no caso da Força da Fé, mostrou um valor nada negligenciável ($R^2 = .20$), principalmente devido à Posição Social.

Por último, o Género constituiu-se como um bom preditor da Sabedoria [$\beta = -.32$; $t(193) = -3.15$; $p < .01$], mostrando as mulheres menores níveis da mesma. A quantidade de variância extraída da Sabedoria extraída por esta variável foi reduzida ($R^2 = .05$).

Quanto à análise dos efeitos totais das variáveis exógenas no BEtotal, verificou-se que a Posição Social [$\beta = .59$; $t(193) = 4.28$; $p < .001$], o Género [$\beta = -.37$; $t(193) = -2.72$; $p < .01$], e a pertença à terceira ou à quarta-idade [$\beta = -.31$; $t(193) = -2.24$; $p < .05$], revelaram-se estatisticamente significativos. Em relação aos efeitos indirectos, apenas a Posição Social mostrou um efeito significativo sobre o BEtotal [$\beta = .59$; $t(193) = 3.67$; $p < .001$]. Como o efeito directo da Posição Social sobre o BEtotal foi marginalmente significativo e o efeito total altamente significativo, pode afirmar-se que a interveniência da Força da Fé e dos comportamentos SOC na relação entre essas variáveis foi muito relevante.

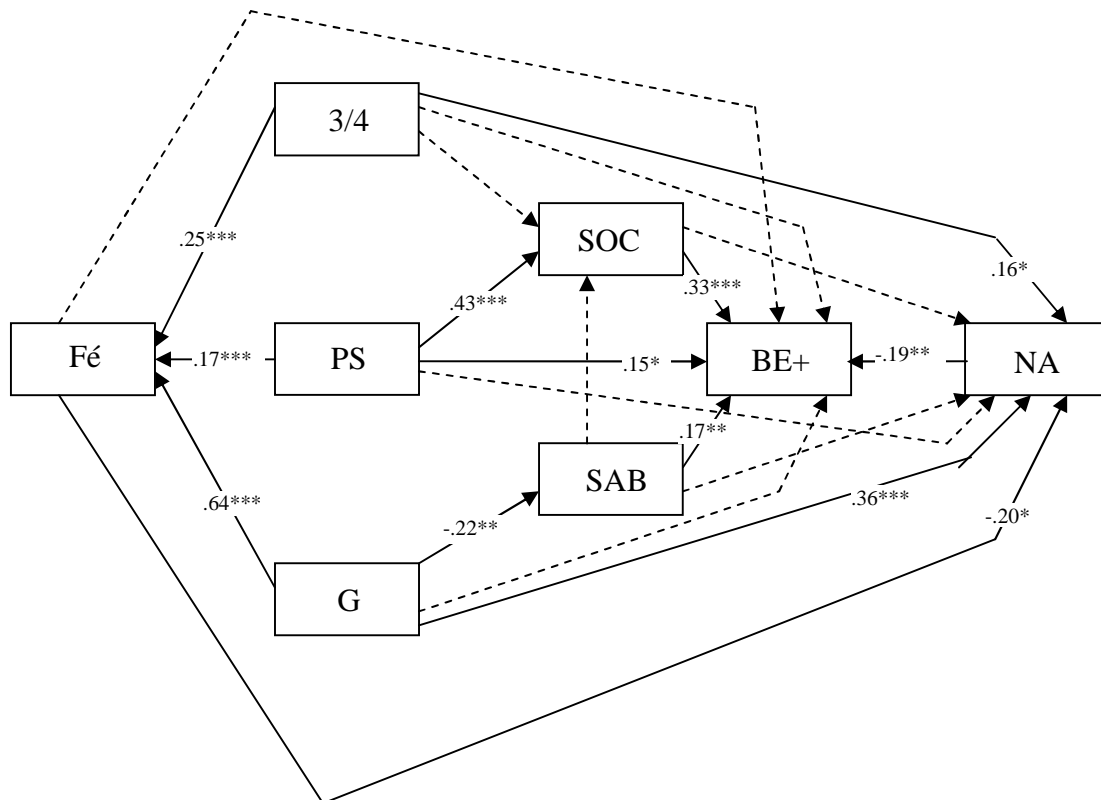
Observe-se agora os resultados obtidos para o Modelo B (Figura 10; Anexo XVIII).

O Modelo B mostrou-se também bem ajustado (ratio $\chi^2/gl < 3$; $RMSEA < .06$; $CFI > .95$; $SRMR < .08$), podendo ser realizada a sua interpretação substantiva.

Neste modelo, curiosamente, nenhuma variável revelou ser boa preditora de, simultaneamente, bem-estar positivo (BE+) e afectos negativos (NA).

Assim, a Força da Fé [$\beta = -.20$; $t(193) = -2.06$; $p < .05$], o Género [$\beta = .36$; $t(193) = 3.81$; $p < .001$] e idade (terceira vs quarta-idade) [$\beta = .16$; $t(193) = 2.17$; $p < .05$] foram todas boas predictoras de NA, mostrando as mulheres, os sujeitos na quarta-idade e os com maior força da fé, maiores níveis de NA.

Quanto ao BE+, foi bem predito pelos comportamentos SOC [$\beta = .33$; $t(193) = 4.91$; $p < .001$], pela Sabedoria [$\beta = .17$; $t(193) = 2.67$; $p < .01$] e pela Posição Social [$\beta = .15$; $t(193) = 2.10$; $p < .05$], possuindo os participantes mais diferenciados, os com maiores níveis de comportamentos SOC e com maiores níveis de Sabedoria, maior BE+. NA também foi um bom preditor do BE+ [$\beta = -.19$; $t(193) = 3.00$; $p < .01$]: menor nível de NA implica maior nível de BE+.



$$SB\chi^2(5, N = 194) = 6.71; RMSEA = .042; (I.C. 90\% = .0; .12)$$

$$CFI = .99; SRMR = .034; ECVI = .36 (I.C. 90\% = .35; .43)$$

Figura 10. Teste do Modelo Predictor do Sucesso no Envelhecimento B. Setas de sentido único = relações de predição relevantes; setas descontínuas de sentido único = relações estatisticamente não significativas; Fé = Força da Fé; 3/4 = terceira ou quarta-idades; PS = Posição Social; G = Género; SOC = comportamentos SOC; SAB = Sabedoria; B.E.+ = Bem-estar positivo (PA + Satisfação com a vida); NA = afectos negativos.

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

A Força da Fé foi bem predita pela pertença à terceira ou quarta-idade [$\beta = .25$; $t(193) = 4.92$; $p < .001$], pela Posição Social [$\beta = .17$; $t(193) = 3.37$; $p < .001$] e pelo Género [$\beta = .64$; $t(193) = 12.64$; $p < .001$], possuindo as mulheres, os sujeitos mais diferenciados, e os sujeitos na quarta-idade, maior Força da Fé.

Tal como no modelo A, verificaram-se menores níveis de Sabedoria por parte das mulheres [$\beta = -.22$; $t(193) = -3.15$; $p < .01$].

Os preditores dos comportamentos SOC, mostraram o mesmo padrão do modelo A, com os participantes mais diferenciados mostrando maior uso destes comportamentos [$\beta = .43$; $t(193) = 6.57$; $p < .001$] e com a pertença à terceira ou quarta-idade a mostrar-se não significativa [$\beta = -.087$; $t(193) = -1.34$; $p > .05$], tal como a Sabedoria [$\beta = .012$; $t(193) = 1.80$; $p > .05$].

Quanto à quantidade de variância extraída das variáveis critério (endógenas) do modelo, observou-se que para a Força da Fé, para os comportamentos SOC e para a Sabedoria, os valores eram os mesmos dos obtidos para o modelo A. De notar, ainda, que NA ($R^2 = .10$) e BE+ ($R^2 = .30$) mostraram claras diferenças entre si.

A análise dos efeitos totais das variáveis exógenas no BE+, revelou efeitos significativos da Posição Social [$\beta = .32$; $t(193) = 4.83$; $p < .001$], mas não da pertença à terceira ou quarta-idade [$\beta = -.13$; $t(193) = -1.90$; $p > .05$] e do género [$\beta = -.09$; $t(193) = -1.36$; $p > .05$]. No que concerne aos efeitos indirectos, apenas a Posição Social mostrou significância estatística [$\beta = .18$; $t(193) = 4.17$; $p < .001$].

Quando se trata de analisar os efeitos totais das mesmas variáveis nos níveis de NA, o Género mostrou um efeito significativo [$\beta = .23$; $t(193) = 3.32$; $p < .001$], ao contrário da posição social [$\beta = -.08$; $t(193) = -1.15$; $p > .05$] e da pertença à terceira e quarta-idades [$\beta = .11$; $t(193) = 1.56$; $p > .05$].

Quanto à comparação do ajustamento dos modelos, eles são quase equivalentes, embora o modelo A mostre um *ECVI* inferior (.28) ao do modelo B (.48), pelo que, atendendo apenas a critérios estatísticos, a preferência deve ir no sentido do modelo A.

Discussão

Ambos os modelos preditores do sucesso no envelhecimento testados mostraram-se ajustados. Tal não significa que sejam válidos, mas apenas que são plausíveis (substantivamente significativos e parcimoniosos), sendo possível que existam outros modelos que melhor descrevam o fenómeno em estudo. A análise das trajectórias dos modelos deve ter em conta uma série de limitações deste estudo, nomeadamente a não utilização de uma amostra aleatória e os possíveis enviesamentos devidos à aplicação hetero-administrada das provas, que podem, por exemplo, colocar problemas de desejabilidade social (e.g., Muchielli, 1979). É também relevante para esta discussão o carácter preliminar dos testes de validade factorial das provas utilizadas.

Feitas estas ressalvas, é de notar que em ambos os modelos a quantidade de variância extraída das variáveis relativas ao BES está longe de ser negligenciável. Acresce, também, que a grande maioria das trajectórias dos modelos se revelou estatisticamente significativa. Os modelos parecem constituir uma abordagem fecunda ao fenómeno em estudo. É pois justificável e interessante uma maior escarpelização dos seus resultados.

É notório que, apesar de não demonstrar um efeito preditor significativo sobre os afectos negativos, a Posição Social revelou-se uma variável importante, com relações de predição significativas em relação ao bem-estar positivo, ao bem-estar total, aos comportamentos SOC, e mesmo à Força da Fé religiosa, sempre favorável aos participantes da posição social elevada. Algumas destas relações podem dever-se às características da amostra, onde, por exemplo, a maior proporção de católicos praticantes pode ter conduzido a uma maior Força da Fé dos participantes da posição social elevada. Apesar desta possibilidade, os resultados apontam esta variável como tendo uma influência no envelhecimento que justifica o seu estudo mais aprofundado. Acresce que, uma vez que a Posição Social integra vários aspectos, como a capacidade financeira, o *status*, ou a educação formal, seria desejável a realização de estudos que comparassem o diferente efeito e importância destas variáveis no sucesso no envelhecimento.

A Sabedoria não parece prever os comportamentos SOC, tal como estes não são afectados pela pertença à terceira ou quarta-idade. Seria interessante verificar, recorrendo a outra amostra, se esta não significância se manteria, e, nesse caso, testar um modelo sem estas trajectórias.

O mais interessante do contraste entre os modelos é a forma como, no modelo B, a presença de duas variáveis de BES, uma de carácter negativo, NA, e outra de carácter positivo, composta pela soma das notas estandardizadas de afectos positivos e satisfação com a vida, permite destrinçar os efeitos das variáveis predictoras do modelo. É significativo que nenhuma se tenha mostrado boa preditora de ambas as variáveis de bem-estar. Assim, parece que a pertença à posição social elevada, o uso dos comportamentos SOC e a Sabedoria actuam no sentido de uma vivência positiva, traduzida em satisfação e experiência de emoções positivas. A presença de Força da Fé, a pertença ao sexo masculino e à terceira-idade produzem outro tipo de resultados, sendo possível que ajam como atenuadores das consequências nefastas do declínio associado à idade. Tal pode colocar-se da forma oposta: o ser mulher, estar na quarta-

idade e não possuir Força da Fé são condições de maior risco para a experiência de afectos negativos, ou seja, *stress* e ansiedade.

Todas as predições dos Modelos que se mostraram significativas foram no sentido hipotizado. Quanto às predições dos Modelos que eram não estatisticamente significativas, verificou-se que, quer no Modelo A, quer no B, nem a Sabedoria nem a pertença à terceira ou quarta-idades previam os comportamentos SOC. No Modelo A, a predição do BEtotal pela Posição Social era marginalmente significativa. No Modelo B, o género, a pertença à terceira ou quarta-idades e a Força da Fé não previam o BE+. Neste Modelo, os comportamentos SOC, a Posição Social e a Sabedoria não previam NA.

Por último, ambos os modelos são, na prática, adequados para uma descrição do sucesso no envelhecimento. A escolha entre eles é, pois, conceptual, atendendo à preferência entre a utilização de uma variável global de bem-estar subjectivo (BEtotal), ou a de duas, uma positiva (BE+) e uma negativa (NA).

As intervenções realizadas para a melhoria do bem-estar subjectivo devem ter em conta estas observações. Nas variáveis contempladas nos modelos, parece existir menos margem de manobra para intervir sobre a experiência de afectos negativos, já que as suas variáveis predictoras são essencialmente demográficas (com a excepção da Força da Fé, que, não obstante, como observámos, é muito determinada por características sócio-demográficas), ao passo que, em relação ao bem-estar positivo, é possível actuar sobre os comportamentos SOC e sobre a Sabedoria. À partida o reforço das competências dos sujeitos nestes dois aspectos poderá traduzir-se num maior bem-estar positivo. Acresce que o outro preditor deste último, a posição social, integra também aspectos como a educação e capacidade financeira, em relação aos quais, apesar de mais difícil, é possível ainda intervir.

Não obstante, verifica-se também que, a encontrar-se um meio de diminuir os afectos negativos, esta intervenção teria também efeitos sobre o bem-estar positivo. A associação de uma elevada Força da Fé a uma menor experiência dos afectos negativos leva a crer que intervenções a nível do significado e propósito da vida e da integração do Ego poderão produzir este efeito benéfico. Podem ser intervenções associadas à religião, como o apoio espiritual ou auxílio na deslocação à missa, mas também laicas, como exercícios de reminiscência e revisão de vida (Webster & Haight, 2002).

8. Estudo 2: Histórias de vida em adultos idosos muito e pouco sócio-culturalmente diferenciados

8.1. A história de vida e a psicologia

Podem realizar-se diferentes genealogias do estudo das histórias de vida (Barresi & Juckes, 1997; Thomae, 1999). Poirier, Clapier-Valladon e Raybaut (1999) distinguem duas grandes fases na sua realização. A primeira, nos Estados Unidos, nas primeiras décadas do século XX, em que as histórias de vida procuram simultaneamente fazer o encontro dos novos imigrantes com os já instalados bem como registar as vidas abandonadas na Europa, para preservar esse passado, tendo surgido nesta fase obras seminais da abordagem narrativa, cuja importância é referida por Becker (1966), tais como o “The polish peasant in Europe and America” (1927, data da segunda Edição) de Thomas e Znaniecki e o “The Jack Roller: A delinquent boy’s own story” de Shaw (1966, originalmente publicada em 1930). A segunda fase ocorre na Europa e deve-se também a um choque, neste caso o de um universo tradicional, de repetição, estereotípicos e arquetípicos, com um universo moderno, de mudança. Os autores referem que para ambas as fases o interesse está na criação de documentos permanentes, no registo de testemunhos que correm risco de desaparecer.

Numa perspectiva mais psicológica, e focando-se não só em histórias de vida mas também noutras narrativas, McAdams (1988) traça uma linha que começa nas psicobiografias realizadas por Freud, nomeadamente no seu estudo sobre Leonardo da Vinci, passando também pelos estudos de Shaw na Escola sociológica de Chicago, pelo trabalho de Erikson, com as suas psicobiografias de figuras como Hitler, George Bernard Shaw ou Martin Luther King, pela utilização de narrativas no *Thematic Apperception Test* (TAT) de Murray, e percorre as contribuições de Bruner, Ricouer e outros.

No princípio dos anos 1980 deu-se a revolução narrativa, da qual Jerome Bruner foi um dos padrinhos (1986), e desde então que os psicólogos dedicam especial atenção à narrativa e à história de vida, atenção essa que já era dada anteriormente pela sociologia, etnologia e pelos estudos literários. Não é de admirar, pois, que muitos dos autores a trabalhar sobre estas temáticas tenham uma abordagem eclética, utilizando, por exemplo contribuições de Ricouer (filósofo), Bruner (psicólogo), e Tomkins ou Labov, mais associados à linguística e crítica literária (e.g., McAdams, 1988; Murray, 2003).

Entretanto, a narrativa tornou-se a metáfora central em variadas áreas. Não só as relações românticas podem ser encaradas através das narrativas amorosas produzidas (Sternberg, Hojjat, & Barnes, 2001), como a terapia pode também ser vista como uma reconfiguração das narrativas dos pacientes (White & Epston, 1990). A ênfase na narrativa e na biografia, não só dos grandes homens, mas dos homens comuns, espelha de certa forma as preocupações e interesses da sociedade moderna, onde os *talk-shows*, os livros de exposição pessoal e uma predilecção pela biografia são sinais do interesse pela(s) história(s) não só de figuras excepcionais mas também da mulher e do homem comum (Murray, 2003).

Mesmo uma breve pesquisa da literatura (e.g., Harré, 1995; Howard, Maerlender, Myers, & Curtin, 1992; Josselson & Lieblich, 1993; Legrand, 1992; McAdams, 1988; 1996; Murray, 2003; Oplatka, 2001; Poirier et al., 1999) mostra-nos que os estudos narrativos, e das histórias de vida, são ainda uma área de turbulência, de dúvidas epistemológicas, teóricas e de método. Não obstante, alguns pontos parecem ser relativamente pacíficos. A importância da narrativa e desta ser um meio privilegiado de aceder à construção de sentido dos sujeitos é comum a muitos destes autores. Se uma das missões da psicologia é compreender e investigar o mundo interno dos indivíduos (Lieblich, Tuval-Maschiach, & Zilber, 1998), as narrativas e histórias deste sobre as suas experiências, vida, e realidade, constituem uma fonte generosa que deve ser explorada. Cremos também que há pouca discórdia quanto à associação estreita entre identidade e autobiografia (bem patente na perspectiva de McAdams anteriormente apresentada), bem como à influência sócio-cultural que ocorre em todas as narrativas.

As histórias que contamos de nós são as que nos definem perante os outros. Por isso são constantemente revistas, emendadas e recontadas ao longo do ciclo-de-vida. A partir daqui as discórdias são muitas. Deve a narrativa ser directa ou indirecta; recolhida de forma directiva ou não-directiva; focar-se sobre um tema ou abordar toda a vida (Poirier et al., 1999)? Quanto à análise, o cardápio de abordagens é ainda mais extenso e contraditório, podendo-se optar por uma análise de conteúdo essencialmente quantitativa (Krippendorff, 1980), por uma hermenêutica qualitativa (Steele, 1982), ou seguir uma das opções apresentadas por Murray (2003), que lista a análise linguística e literária, a análise baseada na *grounded theory* ou a análise da narrativa no contexto social, como abordagens possíveis.

Como vemos, existe uma miríade de discursos sobre o discurso (narrativa), e, ao invés do que sucede em estudos quantitativos, de génese positivista, em que o debate

entre os métodos utilizados e os critérios estatísticos seguidos pode ser resolvido sem excessiva dificuldade, nos estudos que versam sobre as histórias de vida a escolha é mais subjectiva, prendendo-se muitas vezes com as preferências do investigador. A isto deve-se uma das principais críticas feitas aos estudos narrativos: que possuem uma pretensa inconsistência metodológica, parecendo por vezes mais uma espécie de arte do que uma forma de pesquisa científica, assentando muitas vezes em bases irreplicáveis como o talento, a intuição ou a experiência clínica (Lieblich et al., 1998).

Em resposta antecipada a estas críticas, como referem Josselson e Lieblich (2002), muitos autores que optam por metodologias narrativas ocupam a secção do método de tais trabalhos escrevendo um compêndio sobre *grounded theory* ou realizando uma exegese da filosofia hermenêutica ou pesquisa fenomenológica. Queremos evitar fazê-lo, até porque pensamos que a utilização da abordagem narrativa é actualmente de mérito indubitável e não é necessário fazer a sua apologia ou defesa.

Idealmente, como efectuado no estudo de Berlim (Schültze, Tesch-Römer, & Borchers, 1999), a abordagem biográfica deveria centrar-se quer em sujeitos de grupos extremos, quer em sujeitos representando casos estatisticamente normativos, mas devido às limitações de tempo, feitas mais prementes pela técnica morosa da história de vida, este segundo estudo focou-se apenas sobre sujeitos que apresentavam níveis de bem-estar subjectivo muito altos ou muito baixos. O nosso objectivo neste estudo é, não só registar e ilustrar as vidas narradas de alguns dos participantes nessas condições, como estudá-las e compreendê-las recorrendo a categorias de análise baseadas na teoria de McAdams, já exposta, bem como a métodos de análise de conteúdo sugeridos por Poirier e colegas (1999).

Participantes

A selecção dos adultos idosos para este Estudo foi feita através do cálculo de uma nota final considerando os resultados obtidos para a amostra do Estudo 1 na variável BEtotal. Relembrando, o BEtotal foi obtido através da soma da nota estandardizada (z) de PA mais a nota estandardizada da SV menos a nota estandardizada de NA. A distribuição percentílica desses resultados é apresentada na Tabela 1, conjuntamente com as das notas estandardizadas z SOC, z Fé e z SAB.

Tabela 1. *Distribuição percentílica das variáveis zSOC, zFé, zSAB e BEtotal.*

Percentil	zSOC	zFé	zSAB	BEtotal
0	-1.715	-2.369	-2.406	-5.330
10	-1.559	-1.983	-1.404	-3.071
20	-1.013	-.659	-.951	-1.841
30	-.674	-.247	-.540	-1.226
40	-.258	.094	-.241	-.404
50	.028	.423	.118	-.039
60	.419	.650	.335	.692
70	.601	.732	.606	1.222
80	1.121	.805	.933	1.843
90	1.304	.877	1.260	2.712
100	1.304	.877	1.931	4.390

Nota. zSOC = comportamentos SOC; zFé = Força da Fé; zSAB = Sabedoria; BEtotal = bem-estar subjectivo (nota zPA+ nota zSC – nota zNA).

Tabela 2. *Distribuição dos participantes de acordo com o seu BES, Posição Social e Género.*

		BEtotal	
		Baixo <= - 2.2086	Elevado => 2.3353
Posição Social Elevada	♀	3	11
	♂	2	5
Posição Social Baixa	♀	18	5
	♂	6	8

Nota. BEtotal = bem-estar subjectivo (nota zPA+ nota zSC – nota zNA).

Foram identificados os sujeitos cujos resultados se encontravam abaixo do percentil 15 e acima do percentil 85 do BEtotal. Estes foram depois divididos entre homens e mulheres, e entre pertencentes à posição social elevada (muito diferenciados) e à posição social baixa (pouco diferenciados), da forma que se pode observar na Tabela 2.

A partir dos oito subgrupos obtidos realizaram-se os contactos para a recolha de uma história de vida. O objectivo inicial seria recolher pelo menos uma história de vida por cada sub-grupo, ou seja, por cada quadrícula presente na tabela, no que totalizaria oito histórias. Porém, tal não foi possível por dificuldades temporais e devido à recusa ou à incapacidade de contactar os sujeitos no grupo dos homens de posição social baixa e bem-estar subjectivo baixo e no grupo das mulheres de posição social elevada de baixo bem-estar subjectivo. Realizaram-se, assim, seis histórias de vida, correspondendo cada uma aos seis grupos restantes. Havia igual número de homens e mulheres nos participantes ($n = 3$), sendo a maioria dos homens pertencentes à posição social elevada ($n = 2$), e a das mulheres à posição social baixa ($n = 2$).

Procedimento

Procedimento de recolha

O processo de recolha das histórias de vida foi mais complicado que o da recolha das entrevistas para o primeiro estudo. Embora já tivesse ocorrido um contacto inicial com os sujeitos, o tempo que decorreu entre esse contacto e o pedido para a realização da história de vida foi, em muitos casos, demasiado longo. Alguns dos sujeitos contactados já não frequentavam o respectivo Centro de Dia, sendo que por vezes haviam sido internados num Lar, ou tinham mesmo morrido. Mesmo quando se conseguiu contactar os sujeitos, vários mostraram reticências em relação à proposta. Embora recusas imediatas fossem raras, alguns sujeitos foram adiando o início da recolha, mostrando não ter desejo de participar neste estudo. Quando a ausência de motivação para participar se tornou clara, considerou-se que o sujeito não desejava realizar a história de vida e não foram feitas mais insistências para a sua colaboração. Os sujeitos que aderiram mostraram-se cooperativos e interessados no processo.

Se é sempre importante que um investigador tenha todos os cuidados éticos e deontológicos necessários, numa investigação deste tipo tal torna-se absolutamente fundamental, não só pelo nível de exposição pessoal dos participantes, mas também

pela necessidade destes se sentirem protegidos para que possam participar sem reservas. Após a explicação dos objectivos do estudo e da garantia de confidencialidade quanto à informação recebida, os sujeitos eram convidados a assinar um termo de consentimento autorizado (Anexo XIX), embora alguns tenham declinado essa necessidade. Foi também dado o consentimento à gravação das entrevistas.

O contexto onde as entrevistas decorreram não afectou muito a recolha. Apenas um dos sujeitos aproveitou estar em casa para complementar a sua narração com algumas fotografias. É possível que a presença do gravador tenha transmitido aos sujeitos a ideia de que era uma tarefa fundamentalmente verbal que lhes era pedida. Tal acabou por ser benéfico pois não introduziu diferenças significativas entre a narração nos Centros de Dia e nos espaços escolhidos pelos participantes (casa/escritório).

Como a diferença de idade entre os participantes e o entrevistador era grande (equivaleria a uma relação familiar de avô/avó – neto), os participantes assumiram uma atitude pedagógica. Todos tiveram alguma preocupação em contextualizar realidades que consideravam estranhas ao entrevistador. Essas explicações variavam em relação à sua complexidade, área temática e natureza, de acordo com a história de vida e a formação dos sujeitos. Do funcionamento de um sanatório para tuberculosos até ao que é, e para que serve, uma “horta”, os participantes preocuparam-se em fazer compreensíveis as suas experiências e narração a um entrevistador bastante mais jovem e proveniente dum meio académico.

As histórias foram realizadas ao longo de várias entrevistas, com um mínimo de duas e um máximo de quatro. A sua extensão varia muito, sendo de notar que as realizadas junto dos sujeitos mais diferenciados são mais longas. Optou-se por deixar o sujeito narrar livremente a sua história de vida. Quando este havia terminado, complementou-se a sua narração perguntando directamente ao sujeito sobre áreas que o entrevistador julgasse não terem ficado suficientemente esclarecidas através da narração espontânea. Tratou-se pois de um procedimento misto de recolha de informação: primeiro aberto e depois fechado, ainda que neste tenha imperado a semi-directividade.

Foi realizado um diário de campo (Fernandes, 2002). Este é um método de registo, proveniente da etnologia, que funciona como auxiliar de memória e providencia material suplementar para a análise das histórias. Neste diário, escrito ao longo do processo de entrevistas, anotaram-se observações, notas de terreno e metodológicas. Incluía descrições dos participantes (por exemplo: a sua apresentação e comportamento

não verbal), do espaço das entrevistas, reflexões sobre o processo de recolha, preocupações, curiosidades e observações variadas.

Procedimento de transcrição e análise

O procedimento que iremos descrever foi elaborado com o objectivo de reduzir a subjectividade do processo de análise e interpretação das histórias de vida. Utilizámos diferentes momentos de análise, acordo entre juízes independentes, estratégias múltiplas de análise (Burgess, 1997), o que implicou releituras constantes do material, e uma reflexão continuada sobre este e sobre o próprio processo. Não obstante, os resultados são inapelavelmente tocados pela subjectividade daqueles que para eles contribuíram. Acreditamos que, por mais salvaguardas que se utilizem, existe sempre no estudo de narrativas um módico de subjectividade que não é possível suprimir, e talvez não seja desejável fazê-lo, já que parte da sua riqueza enquanto método provém daí.

As histórias, ao longo da sua recolha, foram sendo transcritas *verbatim* para o *Word* 2003. Antes de descrevermos o procedimento de análise convém elucidar sobre a diferença entre procedimentos abertos e fechados (Ghiglione & Matalon, 1992). Num procedimento fechado de análise de conteúdo parte-se de um quadro teórico e procuram-se categorias pré-definidas, muitas vezes para responder a hipóteses estabelecidas pelo investigador. Um procedimento aberto implica uma abordagem ao texto que, não partindo de um quadro de análise pré-definido, deixa as categorias emergir deste. Uma categoria é composta por um termo-chave que indica o significado central e o campo semântico do conceito a apreender (Vala, 1986). É importante referir que as categorias são exaustivas e mutuamente exclusivas.

Num primeiro momento de análise foi feita uma leitura com o objectivo de seleccionar os temas essenciais ou recorrentes da história, ilustrando-os com citações directas do sujeito. Utilizou-se pois um procedimento aberto, identificando-se as categorias emergentes. Este procedimento não pode deixar de ser subjectivo, já que qualquer acto de codificação é sempre uma operação sobre o sentido pela parte de quem codifica (Ghiglione & Matalon, 1992). Um segundo momento envolveu a síntese da história de vida, realizando a passagem da primeira para a terceira pessoa. Esta narração implica não só uma selecção de marcos importantes da vida do sujeito (como narrada por este), como uma organização cronológica do material.

Após esta fase, seguiu-se uma nova análise na qual, ao invés de deixar os temas emergirem do texto, se investigaram temáticas pré-definidas relacionadas com o envelhecimento e com os modelos apresentados no Estudo 1, nomeadamente a utilização de comportamentos SOC, a presença da fé na narrativa e comparações entre diferentes fases da vida.

O quarto momento envolveu a sinalização das unidades de registo classificáveis de acordo com as categorias de McAdams (1993): tom narrativo, imagética, *setting* ideológico, imagos, generatividade reminiscência e morte.

Para analisar da estabilidade temporal dos resultados, um quinto momento envolveu uma segunda leitura livre, distanciada em três a quatro meses da primeira, procurando os temas principais da narração do sujeito, para verificar da concordância de temas entre a primeira e a segunda leitura.

Procurou-se, num sexto momento, obter a concordância entre juízes independentes, sendo as histórias lidas por um juiz independente em busca das categorias emergentes, que foram depois contrastadas com as categorias estabelecidas no fim do momento anterior. O juiz independente era um leigo, com formação universitária fora das ciências sociais e humanas, mas que foi devidamente preparado para a tarefa. A utilização de leigos como juízes não é necessariamente uma má opção (Dhani & Ayton, 2001; Faust & Ziskin, 1988), até porque por vezes, os especialistas podem assumir um discurso enviesado baseado na sua auto-confiança (Oskamp, in Simões, 1993). O juiz realizou uma análise cega, pois desconhecia as características sócio-demográficas dos sujeitos e os resultados que estes haviam obtido nas provas do Estudo 1.

Num sétimo momento, foi feita uma leitura das histórias (quer no texto *ipsis-verbis*, quer na sua versão reduzida e cronologicamente organizada) no seu conjunto, procurando verificar o que de mais comum e de mais discrepante havia entre estas. Procuraram-se assim categorias emergentes globais. Alguns temas globais foram identificados.

Num oitavo momento foi feita a releitura e análise das histórias individuais com foco sobre os temas globais. Um exemplo é o tema da saúde; embora tivesse surgido como tema significativo em alguns sujeitos, apenas o contraste de todas as histórias nos levou a considerá-lo como questão fundamental e a reler as histórias individuais para analisar a forma como cada sujeito o apresentava.

Após a releitura das histórias, procedeu-se a uma descrição analítica global das mesmas, contrastando-as em termo de género, posição social e bem-estar.

Resultados

8.2. Histórias Individuais

Apresentam-se em seguida, as histórias de vida uma a uma, com exemplos de discurso directo transcrito *ipsis-verbis*, para que seja possível ter uma ideia, mesmo que limitada, da variedade de percursos, eventos e dos contextos de vida dos adultos idosos estudados. Por motivos ético-deontológicos optou-se por, nas descrições seguintes, criar um nome fictício para os sujeitos para preservar a confidencialidade dos relatos. Pelo mesmo motivo vários factos foram substituídos, desde que não alterassem a essência da história. Exemplos destas alterações são a mudança da cidade onde o sujeito viveu ou a alteração de um ou dois anos sobre datas da sua vida. Procurou-se assim tornar impossível o reconhecimento dos sujeitos pelas suas histórias, mas preservar o essencial das mesmas.

A ordem de apresentação contempla primeiro os indivíduos de baixo BE e depois os de elevado BE. Dentro destes grupos dá-se precedência às mulheres e à posição social mais baixa. Parte-se assim de um conjunto de características mais limitantes no envelhecimento (baixo BE, género feminino e posição social baixa) para características facilitantes (elevado BE, género masculino e posição social elevada).

Para cada sujeito são fornecidos uma série de dados de caracterização. Entre estes estão as notas estandardizadas (z) da força da fé, SOC, e sabedoria. A apresentação de cada história é precedida pela descrição do seu narrador e por uma breve exposição do processo de recolha, para as quais em muito contribuiu o diário de campo. Após o resumo da história, seguem-se as categorias emergentes da história de vida. Recordamos que as citações apresentadas para ilustrar as categorias são apenas exemplos significativos sobre a forma como o sujeito as abordou na narração da história de vida. Dentro deste grupo de categorias, apresentam-se primeiro as mais comuns, que surgiram em várias histórias de vida, seguidas das menos comuns.

Passamos a apresentar as categorias emergentes mais comuns:

Saúde - A categoria engloba considerações sobre saúde e doença no próprio e em familiares próximos.

Meio de proveniência - Diz respeito ao meio onde o sujeito cresceu, podendo incluir aspectos sociais, económicos ou culturais. É narrada pelos sujeitos muitas vezes como se estivessem a responder à questão “De onde vem?”.

Formação – Considerações sobre a aprendizagem formal, percurso escolar e formação intelectual.

Profissão/Trabalho – Engloba os vários aspectos da vida profissional activa do sujeito.

Contraste temporal – Comentários e considerações que estabelecem uma comparação entre diferentes períodos históricos e/ou pessoais. Subentendem uma ideia do tempo como agente da mudança.

Apresentamos ainda, as categorias pré-definidas. Estas dizem respeito ao sucesso no envelhecimento e à vivência da velhice.

Religião/Fé – Observações sobre a vida religiosa e espiritual do sujeito.

Envelhecimento/Morte – Considerações e comentários sobre a morte e sobre o envelhecimento.

Reforma – Efeitos e consequências da reforma.

Adaptação – Processos, exemplos e comentários sobre adaptação e superação de dificuldades.

Reminiscência – Diz respeito à forma como o sujeito olha para o passado, incluindo comentários sobre a memória e a nostalgia, mas também considerações sobre a forma como a vida foi vivida.

Segue-se uma breve análise das categorias e seus conteúdos e uma discussão sobre o controlo exercido sobre o ambiente e os comportamentos SOC.

Controlo – Até que ponto é o sujeito capaz de exercer controlo sobre o ambiente, e de que forma o faz: directamente (primário) ou indirectamente (secundário).

Comportamentos SOC – Como se procederam as escolhas dos principais caminhos evolutivos do sujeito, como geriu este os seus recursos na prossecução desses caminhos, e, como reagiu quando os teve de alterar ou quando surgiram obstáculos aos seu desenvolvimento.

Finalmente, apresentam-se as categorias de McAdams, que recapitulamos brevemente.

Tom narrativo- corresponde à tonalidade afectiva da narração e à perspectiva global do sujeito sobre a sua vida e sobre o mundo.

Imagética - Imagens fortes e simbologia, provenientes do entrecruzar do caminho individual do sujeito com o meio que o rodeia e com a sua cultura.

Linhas temáticas - Motivações e temas principais da vida do sujeito. Muitas vezes assentes nos motivos centrais da agência ou da comunhão.

Setting ideológico - Conjunto de valores/filosofias/ideologias orientadoras.

Imagos – Personagens principais da histórias pessoal, espécie de correspondências entre o *self* e arquétipos.

Generatividade, reminiscência e morte – Considerações sobre o legado e revisão de vida.

Os episódios nucleares não foram fruto de análise específica já que, devido ao seu carácter transversal, serão integrados nos comentários das várias categorias analisadas.

8.2.1. A história de Maria

Dados de caracterização

Estado Civil: Viúva

Posição social: Baixa

Idade na altura da entrevista: 71 anos

BEtotal = -3.397, percentil 0

Nota zSOC = -.440, percentil 30

Nota zFé = -.102 (católica praticante), percentil 40

Nota zSAB = -.114, percentil 40

Processo de recolha da História de vida

As entrevistas foram realizadas no Centro de Dia. Maria não colocou quaisquer objecções à utilização do gravador pois “não tinha nada a esconder”. Manteve-se sempre algo na defensiva entrecortando o seu discurso com grandes períodos de silêncio. Foi talvez a participante que menos aderiu à narração, assumindo um tom neutro e desinteressado durante o processo.

A vida de Maria

Maria nasceu numa aldeia do Alentejo. Não se recorda muito da infância mas sempre que a menciona é com nostalgia e idealização (“ia a todas as festas que havia”). A memória mais antiga prende-se com uma ocasião em que o pai lhe rapou o cabelo

encaracolado, fazendo-o apenas crescer depois mais forte e enrolado. Frequentou a escola apenas até à terceira classe. Não gostava desta, fugindo frequentemente. Chegou mesmo a fazer-se de doente para a não ter que a frequentar. Aos 10 anos começou a trabalhar no campo. Preferia andar na resina a ter que sachar milho, apesar do pai precisar dela para tal tarefa. Descreve este período de “andar na resina” como um idílio (“corria de pinheiro para pinheiro naquelas serras, naqueles cabeços. Cantava todo o dia!”).

Manteve-se no campo até aos 28, bem integrada na vida da aldeia. Menciona que era catequista e quando se anunciou o casamento que a iria levar para Lisboa o padre mencionou que “só vão as que cá fazem falta”. Mudou-se para Lisboa com o marido depois do casamento. Ele era alfaiate e Maria trabalhava com ele. Teve um filho, mas este foi desde cedo motivo de preocupações, referindo Maria que ele ia falecendo e que o médico não acreditava que ele “durasse muito”.

Algum tempo antes do 25 de Abril o marido adoeceu. Sucedeu-se depois a revolução de Abril de 1974. No dia em que esta ocorreu o marido estava internado e ela descreve a dificuldade e medo que teve em o visitar acompanhada do filho pequeno.

Maria contou que devido à doença do marido e à revolução, teve que tornar-se a principal ganha-pão da casa. Passaram numa situação em que “tinham pessoal” para uma em que ela tinha que fazer limpezas primeiro e depois trabalhar em restaurantes, muitas vezes com maus horários. Quando o marido se tornou vendedor ambulante ela deixou os seus diferentes trabalhos e passou a acompanhá-lo nas vendas nas feiras.

O marido reformou-se por invalidez e Maria reformou-se quando, por motivos de doença, foi mastectomizada. A doença parece ter sido uma constante na sua vida. Além do seu cancro e da invalidez do marido, Maria menciona que o filho é esquizofrénico. Embora diga que actualmente, como está medicado, tem um comportamento “quase normal”, houve períodos muito difíceis em que “lhe batia”.

A doença e o cansaço impedem-na de ir à igreja da qual sente a falta, já que foi sempre uma frequentadora assídua. Este é um dos motivos para ver este período da vida com pouco optimismo, queixando-se da falta de saúde, da ausência de caras conhecidas na terra, pois muitos dos seus familiares mais próximos já morreram.

Categorias Emergentes

Saúde

- “Fui sempre uma pessoa com saúde até uma certa idade e depois começaram a aparecer os problemas e tem sido um problema com as doenças, falta de saúde.”
- “Quando o médico disse que até tinha pena que eu ficar com um filho tão pequeno. Ia falecendo, não durava muito tempo e hoje, graças a Deus ainda cá anda...ainda cá está, graças a Deus. Assim, sucessivamente...o filho que tenho também tem problemas”
- “A gente também tem saudades do trabalho que tinha e sente-se aborrecida, porque se tivesse saúde, também talvez fizesse alguma coisa, não estivesse parada, assim, como a gente não tem saúde, tem que parar.”

Formação

- “Cheguei a andar na escola, mas não gostava da escola por isso só fiz a 3º classe, não tenho a 4º classe. Não gostava. Só gostava era de cozer e de bordar à máquina e outras coisas da escola não gostava. Ainda hoje não gosto, faz muita falta, mas eu não gosto.”

Profissão/Trabalho

- “O marido era alfaiate e eu trabalhava ao lado dele. Tínhamos pessoal, empregados e eu trabalhei sempre ao lado. Depois ele também adoeceu.”
- (Sobre desempenhar trabalhos diferentes.) “Sim, fazia com facilidade.”

Condição da mulher

- “Foi uma altura para mim difícil. Eu tinha um filho pequeno, e depois ele (o marido) internado no hospital.”

Infância idealizada

- “Uma mocidade muito boa no tempo de mocidade. Trabalhava no campo andava nas resinas a correr de pinheiros em pinheiros cantava todo o dia. Era mais alegre do que sou hoje.”
- “Mas gostava mais era de andar na resina. Então o meu pai, que Deus tenha, queria raparigas para sachar o milho e eu antes fui andar na resina, corria de pinheiro para pinheiro naquelas serras naqueles cabeços. Cantava todo o dia!”

Categorias Pré-definidas

Religião/Fé

- “Sim, sim, sou católica, até bastante. Agora estou assim um bocado mais desviada da igreja, embora seja católica à mesma, porque dói-me muito as pernas e não tenho pernas para andar a correr para a igreja. E sou, só que não ando a frequentar a igreja como fazia.”

- “A gente fazia promessas, prometíamos aos santos a Nossa Senhora da Saúde, de Fátima. Prometíamos uma promessazinha e aquilo é que salvava a gente. Não sei se isso resultava uma coisa se não, a gente quando prometia era quando se via aflita e prometíamos com uma fé e assim.”

Envelhecimento/Morte

- “Estou com 73, vou fazer, para Junho e já me custa tanto enfrentar a vida.”

Reforma

- “No limite de idade. Reformamo-nos, ele (o marido) também está reformado. Reformou-se por invalidez, também.”

Adaptação

- (Sobre se foi difícil habituar-se a Lisboa, vinda do campo.) “Habituei-me logo. Como também trabalhava ao lado do meu marido, trabalhei.”

- “A gente, quem está habituado, quem vem de províncias habituadas ao campo adapta-se a tudo.”

- “Porque a vida no campo é mais dura. Portanto a gente mudar de uma dura para uma fácil, muda-se com facilidade. Agora se for ao contrário já custa mais. Se for de uma fácil para uma dura já custa mais.”

Reminiscência

- (Quando questionada sobre tempos passados que costume recordar.) “Não me lembra de mais nada.”

Análise de categorias, comportamento SOC e controlo

Como pode observar-se, o conteúdo das categorias é fundamentalmente negativo. A única excepção é a Infância idealizada, sendo amargo o contraste entre a alegria desses tempos e as dificuldades posteriores. Existe também uma ideia de um destino azarado, de que, seja qual for a área da sua vida, algo vai acontecer que a prejudicará, sendo esse algo relacionado com a saúde. O marido, o filho, a maternidade, o trabalho, foram todos afectados pela doença.

Maria tem, pois, um discurso um pouco fatalista, no qual parece estar implícito o seu pouco poder sobre o destino e a doença. Parece ter tido poucas oportunidades de exercer controlo primário e secundário, reagindo mais aos acontecimentos do que ditando a sequência destes. E, exceptuando a infância e juventude, que parecem algo idealizadas, os eventos não lhe foram muito favoráveis. Conseguiu, no entanto, em certas fases da sua vida, compensar os infortúnios do destino, como a doença do marido ou do filho, com a possibilidade de trabalhar, tendo realizado, com esforço mas sem dificuldades, diferentes e variados trabalhos. Na velhice já não tem o conforto do trabalho, sentindo-se incapacitada pela doença e pela idade. Ou seja parece que perdeu o pouco controlo que tinha, e que não é capaz de compensar as perdas trazidas pela doença, ou seleccionar novos caminhos desenvolvimentais.

Do descrito anteriormente, e atendendo aos dados de caracterização de Maria, não são surpreendentes as notas baixas nos comportamentos SOC e na Sabedoria. A Força da Fé também é reduzida, devido à ambiguidade sentida em relação aos efeitos desta e à impossibilidade de ir à missa com a frequência desejada. Além da contribuição destas variáveis para o BEtotal muito baixo de Maria, a sua condição de mulher de posição social baixa também não o favorece. Salvo o estar ainda na terceira-idade, Maria reúne, em termos dos Modelos Preditores do Sucesso no Envelhecimento do Estudo 1, as piores condições possíveis para obter este sucesso.

Tom narrativo - Apesar de uma perspectiva idílica sobre a infância e juventude, o tom de Maria é de pessimismo. A narrativa enquadra-se no tipo da tragédia, sendo a narradora vítima de forças poderosas às quais se opõe, mas não consegue vencer. Maria apresenta, a partir da adultez, a vida como uma série de dificuldades a serem sofridas e toleradas, raras vezes superadas. A doença parece instalar-se na sua vida e não mais partir; primeiro é o marido que fica doente, depois o filho e finalmente a própria Maria.

Embora não necessariamente explícito, existe um tom de lamento, que por vezes tem aspectos de remorso, e por outras, de resignação.

Imagética - A narrativa é pontuada com referências corporais, desde o corte de cabelo, sentido como um acto agressivo, que o pai lhe fez, até à mastectomia na velhice. Parece existir uma associação muito forte entre saúde/possibilidade, doença/impossibilidade, como se quando existe saúde está tudo bem e quando existe doença toda a vitalidade se esvai e não há saída possível. Ironicamente, a primeira imagem de doença como impossibilidade é causada pela própria Maria, que simula febre para evitar ir à escola, da qual mais tarde sentiu falta.

Linhas temáticas – A motivação principal da vida de Maria é a família. Contudo, esta ênfase na comunhão parece ter sido, de certa forma, subvertida pelo destino. O casamento levou-a para longe da terra, e o filho, homem solteiro de meia-idade, que quase morreu à nascença, não deixará, provavelmente, descendência.

Setting ideológico - Maria professa uma religiosidade típica do interior português. Fala das rezas como um dos poucos métodos à sua disposição para enfrentar dificuldades, mas coloca algumas dúvidas sobre o seu sucesso. Não avança posições políticas ou morais, a não ser um fatalismo resignado.

Imagos - O imago principal oscilará entre o da “sobrevivente”, que estoicamente vai enfrentando os golpes do destino, e o da “vítima”, a quem os golpes deixam feridas incuráveis. O imago da “mãe” aparece pontualmente em sacrifícios feitos pelo filho e pela família, embora sem certeza no seu efeito.

Generatividade, reminiscência e morte - Maria não tem netos. O seu único filho sofre de esquizofrenia, mas, com a medicação actual, apresenta-se “quase normal”. Parece ser este o seu principal feito generativo. De resto há alguma amargura num passado perdido, especialmente do tempo idílico da infância e adolescência, que já não volta mais. Embora não aborde directamente a temática da morte, parece ver esta como o culminar da doença, na longa batalha que travou com esta e que perdeu.

8.2.2. A história de Pedro

Dados de caracterização

Estado Civil: Solteiro

Posição social: Elevada

Idade na altura da entrevista: 96 anos

BEtotal = -2.813, percentil 10

Nota zSOC = - 1.377, percentil 10

Nota zFé = .691 (católico praticante), percentil 60

Nota zSAB = -1.155, percentil 40

Processo de recolha da História de Vida

As entrevistas foram realizadas na sala de estar do sujeito. Falava pausadamente mas sem dificuldade e de forma muito articulada. Mostrou um pendor filosófico em muitas das suas divagações. Deu grande importância, ao longo de todas as entrevistas, em esclarecer os vários laços sociais que definiram a sua vida, com frases como “fulano, primo de sicrano que era irmão do meu amigo beltrano...”. Contextualizou sempre muitos dos eventos falando de “como eram as coisas nessa altura”. Precisou de poucos incentivos ou questões para produzir uma narrativa fluida e complexa. Complementou a narrativa, numa das entrevistas, com a mostra de meia dúzia de fotografias.

Mostrou-se sempre afável e cordial. Apesar de algo reservado era visível o impacto emocional de certas temáticas.

A vida de Pedro

Pedro nasceu em Lisboa mas foi para o Alentejo com quatro anos para casa de familiares por causa da situação difícil que se vivia (Primeira Guerra Mundial). As primeiras recordações datam desse período, que descreve como solitário (“minha vida lá que era um bocado solitária, bastante solitária”). Voltou para Lisboa aos seis anos porque no sítio onde estava, no Alentejo, não havia escola primária. Sentiu um contraste marcado entre os espaços abertos e o silêncio do campo e a vida num apartamento em

Lisboa, de azáfama e claustrofobia (“Ali sentia-me muito apertado, e a casa também era apertada, não é.”). Sentiu também alguma estranheza por integrar uma família da qual pouco se lembrava, já que com a excepção de um dos irmãos, desde que partira para o Alentejo, não recebera a visita de nenhum dos familiares. Até à quarta classe aprendeu com interesse. Depois fez o exame de admissão para o liceu, também sem problemas (“no liceu as coisa não correram mal, as minhas notas não eram assim nada de extraordinário. No entanto, recordo-me de que por várias vezes me chamaram ao quadro de honra”). Terminou o liceu, do qual “não desgostou” e foi para a Escola de Belas Artes com 16 anos. Diz que tal decisão se deveu a um misto de talento natural para o desenho (reconhecido pelos colegas do liceu) e contactos sociais. Na Escola de Belas Artes os colegas acharam que ele teria jeito para pintor, mas considerou que não poderia viver assim, e não chegou sequer a experimentar por falta de tempo. Vivia-se um ambiente relativamente boémia na Escola, mas Pedro considerava-se socialmente inferior a muitos dos alunos (“gente de massas”). Seguiu arquitectura. Durante o curso, como as pessoas conheciam o seu talento, foi chamado para fazer alguns “trabalhinhos”, primeiro “reclames” e depois desenhos para um departamento do Governo. Este emprego foi conseguido graças às relações sociais que possuía.

Devido à escassez de arquitectos no país, assumiu rapidamente grandes responsabilidades. Após algum tempo, considerou ir para África para fazer carreira lá, para “procurar ganhar mais e vencer mais rápido na vida”, mas a família demoveu-o, embora alegue também os problemas de saúde como motivo para não ter ido. Relações sociais várias começaram a arranjar-lhe trabalhos extra, que fazia em casa, e que lhe davam “uns dinheirinhos”.

Sempre preocupado com a saúde, já na altura do fim de curso começou a frequentar termas. Experimentou várias termas portuguesas e francesas mas foi na Áustria que se sentiu bem tratado, devido à minúcia dos médicos e ao pendor natural dos tratamentos. Sentiu uma inferioridade física e cultural dos portugueses em relação aos alemães, mas quando ocorreu a possibilidade de através de uma relação íntima ir viver para a Áustria, recusou (“ a ideia de abandonar isto aqui, este sol, esta nossa pobreza, chamemos assim, mas à qual estamos habituados e ...confesso que mudar de país...isso não, isso não, de maneira que não, a coisa não.”).

Apesar dos tratamentos sentiu-se e considerou-se sempre um doente (“fazia os tratamentos, melhorava um bocadinho e tal mas não tinha volta a dar”).

Nunca se casou por motivos vários. Por um lado, tinha que olhar pela mãe e por uma irmã. Por outro, nunca se sentiu suficientemente seguro a nível económico.

Foi progredindo na carreira, tendo sido mesmo condecorado, facto que não lhe agradou (“Aquilo não me interessava nada. Eu tinha já o sentido que aquilo era pura e simplesmente o objectivo de dar um maior realce à festividade”). Apesar da sua clara competência, evitou tomar riscos que lhe teriam permitido maiores sucessos profissionais.

Quando se reformou, foi viver para o Algarve nos meses mais quentes e em alguns meses de Inverno. Manteve alguns trabalhos extra no início da reforma. Teve de deixar de ir às termas, primeiro no estrangeiro e depois mesmo em Portugal, por causa da idade (“já estava velho para isso”).

Quanto à religião, educado como católico, assim permanece embora tenha dúvidas sobre muitos aspectos desta. Não obstante, acredita em Deus e reconhece que o cérebro humano é demasiado pequeno para compreender certas coisas. Refere a importância da religião nos momentos difíceis e o facto de esta satisfazer uma certa necessidade de consolo, da existência de um poder superior, por parte do homem.

Já com a reforma adiantada morre a sua irmã, com quem vivia há muitos anos, e sente-se, a partir daí, muito sozinho e algo perdido. Queixa-se de falta de forças e teme a cegueira mais do que a morte. Teme também ir para um Lar e perder todo o controlo sobre a sua vida. Com a idade que tem, sente que pode morrer a qualquer dia (“vejo que a coisa está já a caminhar par ao fim. Bem, até que ponto é que isto ainda pode durar? Eu não sei.”).

Categorias emergentes

Saúde

- (Comentário sobre ser colocado nas cadeiras da frente na primária.) “Talvez pela minha pequenez física ou porque já não veria bem.”
- “Via nos meus colegas a facilidade com que eles se deslocavam para aqui se deslocavam para ali, despreocupadamente, e eu tinha sempre o problema alimentar.”
- “Mas nesse tempo quando ia aquelas termas, fazia os tratamentos, melhorava um bocadinho e tal, mas não tinha volta a dar.”

- “Porque a minha mãe dizia que entre todos os irmãos tinha sido eu o mais fraquinho e ela teve dúvidas que eu conseguisse aguentar, de maneira que no final já estou com 96 anos.”

- “Lembrei-me e até tem um certo ar de comicidade e para definir pelo menos o meu tipo físico e a relação que ele porventura possa ter pela parte psíquica, quando eu fui aluno do liceu havia na ginástica três grupos, os fortes os graúdos os médios, enfim. E eram grupos de ginástica que faziam separadamente. Eu fui considerado dos fraquíssimos.”

Meio de proveniência

- (Falando do período da Primeira Guerra Mundial.) - “E as dificuldades da minha mãe aqui em Lisboa eram grandes e surgiu essa ideia de mandar os dois mais novos para casa dessas primas, não sei se por iniciativa delas se por iniciativa dos meus pais, disso não me recordo, mas o fundamento da nossa deslocação foi esse, foi esse das dificuldades.”

- (Sobre fazer férias entre os seis e os 10.) “Ficava em casa. Na família não havia recursos para isso.”

Formação

- “E a escola lá começou com aquelas primitivas lições (...), e eu confesso que me interessei pelo assunto, não senti qualquer forma de rebelião por me estarem a meter todas aquelas coisas na cabeça.”

- “No entanto, recordo-me de que por várias vezes me chamaram ao quadro de honra.”

- “Fui para a Escola de Belas Artes. Porquê? Porquê? Eu tinha uma certa tendência para fazer bonecos e fazer coisas e as pessoas atribuem a isso jeito para desenhar e tal, depois tive aí alguns contactos em Lisboa com um rapaz, um rapaz que já estava na Escola de Belas Artes.”

Profissão/Trabalho

- (Falando sobre a ideia, que nunca concretizou.) de partir para África para trabalhar) - “Naquele tempo uma certa tendência de a gente nova procurar ganhar mais e vencer mais rápido na vida, não é, indo para África, tínhamos as Colónias.”

- “Porque eu sentia que não tinha condições, tinha medo de me meter nas coisas. Nunca pensei em montar um atelier particular, de trabalhos particulares.”

Contraste temporal

- “Na altura não me apercebi disso, hoje em dia é que eu faço essa recordação”
- (Sobre o regresso a Lisboa.) “Ali sentia-me muito apertado, e a casa também era apertada, não é.”

Iniciativa

- “Enfim colhi aquela impressão do valor relativo nosso em relação a outros países, andaram mais depressa para a frente de nós.”
- “Porque o problema era esse, eu não me decidia a nada, não me queria comprometer a criar uma situação e as coisas acabaram por estoirar.”

Status

- “Mas é um desses indivíduos que nasceram bem, nunca lhes faltou nada e tal, e nunca manifestaram um interesse por qualquer coisa, uns indiferentes.”
- (Sobre os alunos de Belas Artes.) “Era uma malta um bocado bravia”; “E lá tínhamos gente, gente de massas”; “Não era como outros colegas que eu lá via filhos de pessoas bem no que toca a meios de fortuna.”
- “Dizer uma verdade: eu nunca fui orgulhoso e gabarola, sinto isto e por uma razão simples, porque sempre vi o mundo e as coisas e as pessoas a um nível que eu me considerava abaixo.”
- “Enfim colhi aquela impressão do valor relativo nosso em relação a outros países, andaram mais depressa para a frente de nós.”

Categorias Pré-definidas

Religião/Fé

- “Segui e tenho seguido os preceitos da religião católica, isto não quer dizer que eu não tenha um, digamos, um critério crítico acerca da Igreja, hoje em dia. Naquele tempo aceitava tudo.”
- “Eu depois de adquirir a experiência que tenho do mundo e da vida humana no mundo, não é? Não deixam de se me levantar muitas dúvidas acerca de tudo aquilo que se diz em religião.”

- “Nas circunstâncias estou convencido e para mim é uma coisa que me dá uma certa consolação digamos haver um poder superior que procura ajudar o Homem a vencer as suas dificuldades.”

Envelhecimento/Morte

- “Vejo que a coisa está já a caminhar para o fim. Bem, até que ponto é que isto ainda pode durar? Eu não sei.”

- “Eu tenho bem a noção do que isso é porque visitei alguns colegas que foram para a lares, um bom lar. E eu vi-os, as queixas que eles faziam e tal, o ambiente. Olhei para aquilo, tudo velho e tal e, francamente, prefiro cem vezes estar só.”

- “Mais tarde as coisas foram avançando, mas eu nunca pensei que eu pudesse chegar à idade que tenho hoje, porque eu considerava um homem com 80 anos, e alguns chegavam lá de facto, como a barreira última, a partir dali a coisa já era extremamente difícil.”

Reforma

- “E reformado fui para o Algarve e comprei uma casa. Já naquele sonho de que o Algarve era o ideal para viver. E, de facto, aquilo não era mau de verão. De Inverno, vinha para cá.”

Adaptação

- “Ao mesmo tempo que alguém reflecte pouco sobre as coisas, adapta-se com mais facilidade.”

- (A propósito de uma possibilidade de ir viver para a Áustria.) “A ideia de abandonar isto aqui, este sol, esta nossa pobreza, chamemos assim, mas à qual estamos habituados e, confesso que mudar de país, isso não, isso não, de maneira que não a coisa não.”

- “Eu tinha muitas dúvidas que pudesse suportar o tipo de vida, poder suportar o clima alemão.”

- “Na minha vida profissional que espécie de, bem, eu tinha de me adaptar às circunstâncias tal como elas me apareciam.”

Reminiscência

- (Ao recordar os irmãos.) “Desapareceram, desapareceu parte, por conseguinte, do meu ambiente.”

- (Numa discussão teológica sobre o que subsiste no paraíso.) “Porque neste mundo há muitas coisas que nos agradam profundamente e que nos entristece imenso desligarmos completamente delas. São (recordações) dos próprios membros da família e outras recordações deste mundo material (...). Quer dizer, teremos de abandonar todas as nossas recordações na terra?”

Análise de categorias, comportamento SOC e controlo sobre o ambiente

É eminente, em categorias emergentes como o *status* ou a saúde, o assumir de uma posição inferior em relação aos pares. Talvez devido ao exílio infantil a que foi sujeito, Pedro sente que, por motivos de saúde e, até certo ponto, económicos, a vida é-lhe mais difícil. Não dá grande valor aos seus triunfos (como a facilidade na formação), e manifesta falta de iniciativa. Este complexo de inferioridade assume não só proporções pessoais, como nacionais, em que a pequenez de Portugal em relação aos poderosos e prósperos países europeus, espelha a sua relação com os seus pares. A sua ida às termas (que ficavam no estrangeiro) traduzia-se em melhorias de saúde, mas “não havia volta a dar”. Parece pois existir uma associação simbólica Portugal/doença/inferioridade com estrangeiro/saúde/superioridade.

Quanto aos comportamentos SOC, nomeadamente à selecção, as escolhas mais importantes da vida de Pedro parecem ter sido tanto a responsabilidade de outros como dele próprio. É quase sempre a rede social que o envolve que lhe oferece novas oportunidades, mas também que lhe limita as opções (quer a nível profissional, quer a nível afectivo). O medo de falhar está presente sempre que surge uma nova oportunidade que envolve demasiadas mudanças. Parece existir pouco controlo primário e mais sujeição ao destino. A optimização funciona na juventude, com a rápida progressão na carreira e a capacidade de tomar todas as oportunidades que surgem (pequenos trabalhos, etc.). Não parece ocorrer selecção baseada em perdas, já que, quando caminhos desenvolvimentais são abandonados (como possíveis mudanças para África ou para outros países europeus), nada parece ocupar o seu lugar, ficando apenas o lamento pelo que não foi. O envelhecimento foi inicialmente marcado, na terceira idade, por uma capacidade de compensação com o investimento numa casa no Algarve. Progressivamente, com o avançar da idade e com a morte da irmã, com quem vivia há muitos anos, surgem dificuldades cada vez mais inultrapassáveis, e Pedro teme a perda

total de controlo, quer seja sobre a forma de entrada num Lar, quer sob a forma de cegueira.

Do descrito anteriormente, e etendendo aos dados de caracterização, Pedro, embora sendo um homem de posição social elevada, mostra um reduzido BEtotal. Tal pode dever-se às dificuldades da quarta-idade, que, aliadas à incapacidade de recorrer aos comportamentos SOC, mais vincada ainda nesta fase da vida, não são compensadas por suficiente Sabedoria e Força da Fé.

Tom narrativo - Pedro mostra-se pessimista, assumindo um tom narrativo próximo da ironia. Espécie de anti-herói, recusa qualquer estatuto especial, relativizando e por vezes mesmo menosprezando os seus triunfos, e recorrendo algumas vezes a um humor cáustico e auto-depreciativo. As primeiras recordações são sobre o seu “exílio” no Alentejo e da solidão que sentia. Fala muito de saúde, e, paradoxalmente, para alguém que vive sozinho aos 96 anos, diz ter sido sempre doente, uma das muitas afirmações que sugerem hipocondria. Aparenta, como já referimos, sofrer de um complexo de inferioridade, quer a nível pessoal, já que se refere mais franzino e inseguro que as outras pessoas (“porque sempre vi o mundo e as coisas e as pessoas a um nível que eu me considerava abaixo”), quer a nível nacional, referindo sempre a superioridade do estrangeiro, dizendo mesmo sentir-se “esmagado” aquando das suas viagens.

Imagética - Pedro fala de ter sido enganado por uns homens das obras quando era criança, engano relacionado com uma falsa aparência. Esta ideia de que o estão a enganar, de que muitas coisas não são o que parecem, surge periodicamente na sua narração, aplicando-se à vida profissional, afectiva (foi necessário romper com uma namorada porque a família alegou que ela tinha um passado suspeito, ou seja, não era o que parecia), e à saúde (na sua suspeita do desinteresse dos médicos portugueses). Tal sensação de engano pode dever-se ao exílio infantil e ao regresso a Lisboa. Estas duas experiências de ruptura absoluta são racionalmente justificadas por Pedro: teve de abandonar Lisboa devido às dificuldades causadas pela Primeira Guerra Mundial, e de regressar, anos mais tarde, para frequentar a escola. Apesar da racionalidade com são apresentadas as justificações, é muito provável que uma criança não as tenha entendido de todo, que se tenha sentido enganada. Pedro desenvolveu a crença de que os outros possuem uma má imagem dele, quer quando era novo, pois colocaram-no na escola a fazer ginástica com as raparigas, quer ao envelhecer, mencionando um episódio em que

uma senhora diz dele que está “muito acabado, muito acabado”. O simbolismo do seu corpo fraco surge em várias facetas da sua vida.

Linhas temáticas – As motivações de Pedro surgem algo ambíguas. Parece ter feito o melhor que pode de algumas oportunidades que lhe surgiram, mas sempre que a iniciativa provinha de si, muitas vezes não concretizava os objectivos. A comunhão predominou sobre a iniciativa, quando, por exemplo, parte da justificação para não se ter casado é atribuída a ter que cuidar da sua mãe e irmã. Não obstante, fica a sensação de que permanece alguma frustração por não ter seguido o seu próprio caminho mais vezes.

Setting ideológico - Pedro parece nunca ter questionado demasiado os valores com que cresceu. Uma certa tendência para a reflexão fê-lo interessar-se por diversos assuntos, nomeadamente tudo o que dissesse respeito à saúde. Contudo, estava demasiado envolvido num certo tecido social para o ousar quebrar, mesmo quando reconhecia incompetência a alguns membros. Hipóteses de rebeldia ou ruptura foram apenas teóricas, tendo vivido dentro da família mais próxima até à reforma. Acreditou sempre na necessidade de ser honesto, mas suspeitou sempre da honestidade dos outros, vivendo em angústia e suspeição (que o levou mesmo a quebrar uma amizade que lhe providenciava conforto e distração).

Imagos - O imago principal parece ser o do “doente/sobrevivente”, sem iniciativa ou comunhão. Pedro revela possuir uma imagem de si mesmo como de um ser frágil com pouca capacidade de oposição a um destino muitas vezes mal intencionado. Não deixa, porém, de admitir que várias vezes surgiram possíveis caminhos alternativos de desenvolvimento, não culpando outro senão ele mesmo pela incapacidade de os ter seguido.

Generatividade, reminiscência e morte - A ausência de descendência coloca o foco generativo nos frutos do trabalho de Pedro. A sua posição é ambígua. Por um lado refere condecorações pelo seu trabalho, fala da importância que teve, principalmente por estar ligado à educação, por outro, minora as condecorações e coloca em dúvida se ainda serão úteis as coisas que fez.

Algo surpreendido por ter vivido tanto, principalmente por se ter considerado sempre um doente, teme a cegueira ou a institucionalização mais do que teme a morte. Recorda parte do passado com gosto (apesar de tudo é uma pessoa com humor), mas há sempre uma nota algo amarga em certas escolhas que tomou. Parece haver algum remorso, que procura combater explicando e justificando as suas limitações, quase sempre com a falta de saúde.

8.2.3. A história de Clementina

Dados de caracterização

Estado Civil: Viúva

Posição Social: Baixa

Idade na altura da entrevista: 82 anos

BEtotal: 1.884, percentil 80

Nota zSOC = - .310, percentil 30

Nota zFé = .877 (católica praticante), percentil 90

Nota zSAB = .631, percentil 70

Processo de recolha da História de Vida

A recolha foi feita numa sala disponibilizada para o efeito pelo Centro de Dia. Clementina participou com vontade na narração, rindo-se muito e mostrando-se bem disposta, embora na primeira entrevista tivesse um braço ligado devido a uma queda numas escadas. Ao longo da narração fez várias comparações entre o antes e o agora, especialmente sobre a condição das mulheres. Contextualizou alguns pormenores e insistiu repetidamente no prazer que tinha em viver apesar de estar só e de ter uma doença de coração.

A vida de Clementina

Nasceu no campo numa família grande, onde tinha mais oito irmãos. Como o pai não ganhava dinheiro suficiente para sustentar a família, tiveram de começar a trabalhar

muito novos, trabalho no campo. Fala desses tempos como tempos difíceis. Foi também devido à pobreza que Clementina não frequentou a escola. Apesar das dificuldades, a sua memória mais precoce é do Carnaval (“a coisa mais antiga e de que eu gostava era de me ensaiar quando era do Carnaval... era do que eu mais gostava, e tenho lá fotografias à cigana e tudo”). A trabalhar no campo conheceu o seu marido. Casou-se com 20 anos e passado pouco tempo mudaram-se porque o marido estava farto daquele tipo de trabalho e o seu irmão arranjava-lhe emprego como condutor de tractores. Clementina começou então a trabalhar como lavadeira. Passados alguns anos, já com uma filha com 10 anos, mudaram-se para perto de Lisboa onde trabalhava a dias. O marido arranjou depois trabalho na Madeira, para onde foi viver, visitando a família duas vezes por ano. Clementina tinha assim que tratar de tudo sozinha e fala desse período como tendo sido o mais difícil da sua vida. Trabalhava a dias em locais diferentes da cidade, em horários complicados, tendo que estar às seis da manhã no primeiro trabalho, regressar horas depois a casa para fazer as compras, cozinhar, cuidar da casa e depois voltar a sair para trabalhar. Serviu-se da ajuda da filha, que com 12 anos, já cozinhasse e tomava conta dos irmãos mais novos. Por vezes recorria também à vizinha para ficar com os filhos. Quando o marido regressou de vez, tinham conseguido juntar algum dinheiro para comprar uma casa na terra. Porém, após se terem mudado para lá para viver a reforma, o marido já estava cansado para trabalhar a terra, acrescentando que a filha, que vivia nos arredores de Lisboa, fazia pressão para os ter mais próximos, pelo que venderam a terra e a casa e se mudaram para os arredores de Lisboa.

Passados dois anos dessa mudança o marido morreu. Clementina veio depois para o Centro de Dia, que frequenta há cinco anos e do qual diz gostar muito e ser muito bem tratada. Com o Centro de Dia fez várias viagens pelo país, viu “coisas que nunca tinha visto”. Fala do Centro de Dia como um sítio muito asseado, onde é respeitada e onde nunca teve nenhuma zanga, nem com as funcionárias nem com as outras idosas. Neste período desenvolveu um problema de coração e teve uma queda quase mortal numas escadas, mas fala destes assuntos sem sinais de angústia, até com algum humor.

Refere constantemente o seu gosto em estar viva e apresenta-o como o principal motivo para não querer morrer tão cedo.

Categorias emergentes

Saúde

- “Sou doente, tenho este mal que não tem cura, que é do coração. Mas gostava de viver mais uns aninhos para a frente.”

Meio de proveniência

- “A gente éramos nove e tal, o meu pai ganhava muito pouquinho, e então os mais velhinhos tinham que começar a ajudar o pai a sustentar os mais novos. Que o que o meu pai ganhava não chegava.”

- “A gente passou muito.”

- “Ninguém tinha um defeito, a não ser ser pobre, mas isso não é defeito.”

- “Ganhava pouco, naquele tempo ganhava pouco (...) ainda passei um bocado.”

Profissão/Trabalho

- “Eu comecei a trabalhar a dias e talvez houvesse outras coisas, mas eu não, eu comecei a dias e ali arranjei emprego.”

Contraste temporal

- “Naquele tempo em que eu casei a gente podia levar pancada, ser maltratada tudo se aguentava e não se dizia porque censuravam, não é?”

- (Sobre o antigamente.) “Penso que era mais fácil para os homens lidar do que para as mulheres.”

- “Mas acho que a mulher agora é mais decidida do que o que era quando eu fui nova e mesmo depois de casada.”

- “Acho que muita coisa mudou. Isto agora estamos numa época e dantes a gente estava noutra.”

Condição feminina

- “As mais importantes (decisões) que a gente toma, quando somos solteiras, não é, é a gente dedicar-se a um homem e casar.”

- (Quando questionada sobre os momentos mais difíceis porque passou.) “Foi criar os meus filhos sozinha. O meu marido foi para a Madeira trabalhar.”

- “Foi, foi custoso. Foi muito custoso. Mas olhe, tudo se passou.”

- “Ele andava a pagar comida e dormida, e eu cá com três filhos a pagar a renda de casa, era difícil.”

- “Uma mulher não deve trabalhar tanto como nós dantes. Éramos umas escravas.”

Destino

- “É o destino da vida e a gente tem que cumprir o destino que nós temos. E acho que cada qual tem que cumprir a sua vida eu acho que Deus deu-me esta vida e tenho que a cumprir.”

- “Deus nosso senhor é que sabe aquilo pelo que a gente há de passar, então temos que nos conformar, não vale a pena esmorecer.”

Centro de Dia

- “Cuidam muito bem de nós, isto é muito a sério e as empregadas são muito boas.”

- “E nunca tive nada com empregada nenhuma nem com companheiras.”

- “É assim meto-me com elas todas e sinto-me bem de estar aqui. É bom, é muito asseado, muito asseado, e há respeito. Há respeito.”

- (Sobre as viagens organizadas pelo Centro de Dia.) “Tenho ido a muitos lados e tenho gostado muito, temos ido a essas coisas todas. Tenho visto coisas que nunca via, pelo menos antes de vir para aqui.”

Joie de vivre

- “A coisa mais antiga e de que eu gostava era de me ensaiar quando era do Carnaval risos era do que eu mais gostava, e tenho lá fotografias à cigana e tudo.”

- “É que eu tenho amor à vida “

- “Já faço 83 mas ainda faltam sete meses e gosto de viver, é verdade, dou mesmo palavra, gosto de viver.”

- “Tenho passado tanto na vida e gosto de viver.”

- (Ao longo da vida.) “Eu tava sempre a brincar, aqui é a mesma coisa.”

- “E continuo para a frente e digo “Deus nosso senhor deixa-me viver que eu tenho muito amor à vida. E tenho, sou uma pessoa que gostava de viver muito tempo apesar de já ter esta idade, agora ir lá para o buraco.”

Categorias Pré-definidas

Religião/Fé

- “Sou católica. E eu, se não fosse Deus, que tivesse fé, e Nossa Senhora de Fátima, talvez eu cá não estivesse.”

Envelhecimento/Morte

- “A gente quando é novo nunca pensa muito na velhice, não. Eu nunca pensei muito na velhice, pensei em ir para à frente...”

- “Sinto-me bem com a velhice.”

- (Quando questionada se gosta de ter a *idade* que tem.) “Ai eu gosto e não quero morrer tão cedo. Gosto de viver.”

- “Mas gostava de viver mais uns aninhos para a frente, não gostava de morrer daqui por um ano ou dois.”

Reforma

- “Depois fui reformada por invalidez.”

Adaptação

- “Puxava, puxava, mas ele (o orçamento familiar) não esticava mais do que aquilo, e então tive de me habilitar a ir trabalhar.”

Reminiscência

- “Saudades do passado também não tenho.”

Análise de categorias, comportamento SOC e controlo sobre o ambiente

O conteúdo dos temas revela que, apesar de alguns problemas de saúde, de provir de um meio pobre e de ter passado por muitas dificuldades, especialmente quando o marido viveu na Madeira, Clementina parece aceitar o seu percurso de vida. Tal deve-se ao seu respeito pelo destino, mas também à sua *joie de vivre*, e ao estar agora numa fase boa da vida, encontrando no Centro de Dia condições e possibilidades do seu agrado. Reconhece as dificuldades por que passou, especialmente por ser mãe trabalhadora, e

compreende que os tempos mudaram e as coisas são mais fáceis para as mulheres, mas tal não mostra ser fonte de amargura.

Clementina parece ter tido poucas oportunidades para exercer uma escolha ponderada na vida. Fala da sua escolha mais importante como tendo sido a do marido, escolha em relação à qual mostra ambiguidade, senão mesmo remorso. Refere que o casamento é uma carta fechada (“uma carta fechada e que se vai abrindo a pouco e pouco, mas às vezes nunca se chega a abrir...”) e que o dela não ficou nem aberto nem fechado. Parece contudo ter otimizado a sua situação, tomando dois trabalhos quando o marido foi para a Madeira. Quanto à compensação, pode-se ver um exemplo deste tipo de comportamentos no recurso à vizinha e à filha mais velha como mães substitutas enquanto ela trabalhava, mas a eficácia deste processo não parece ter sido a maior e fica a impressão de que a ausência do marido nunca foi totalmente suprida. É difícil afirmar com segurança da utilização do controlo, quer primário, quer secundário. Por um lado, Clementina conseguiu sempre trabalho e levou a cabo a educação e, o que para ela era muito importante, o casamento dos filhos. Por outro lado parece não ter tido escolha na ausência do marido na Madeira bem como noutra série de situações. A doença, o braço partido e a rotina do Centro de Dia pareciam poder transmitir uma sensação de ausência de controlo, mas Clementina diz sentir-se feliz, deixando as decisões ao pessoal do Centro de Dia, e, de certa forma, à filha, de quem é mais próxima do que dos filhos. Parece entregar-se a um destino que considera agradável, evitando repisar demasiado os aspectos negativos do passado.

Do descrito anteriormente, e atendendo aos dados de caracterização, podemos afirmar que, apesar de ser uma mulher de posição social baixa, na quarta-idade, com pouca capacidade de utilização de comportamentos SOC, Clementina apresenta um elevado BEtotal, que se pode dever à actuação conjunta da Sabedoria e da Força da Fé, nas quais parece encontrar sentido e significado para a sua vida.

Tom narrativo - O tom é de optimismo reservado, sugestivo do tipo comédia. Refere dificuldades, sobretudo na infância e na fase de educar os filhos sem o marido, mas mostra vontade de continuar viva e de apreciar a velhice. O envelhecimento parece mesmo ser uma das fases mais felizes da sua vida, devido aos cuidados do Centro de Dia e às oportunidades que este lhe proporciona. Com os filhos independentes, poucas responsabilidades, tempo livre e companhia agradável (refere com orgulho nunca ter

tido uma zanga ou pega com qualquer das funcionárias ou idosas do Centro de Dia), Clementina sente que pode apreciar a vida e deseja fazê-lo por mais uns anos.

Imagética - Não parecem existir símbolos ou imagens mais fortes. Porventura a limpeza, que surge associada ao seu trabalho (primeiro lavadeira, depois mulher a dias) e depois como descrição do Centro de Dia (“tudo muito limpo, asseado”).

Linhas temáticas – A manutenção da família e do casamento parece ser umas das motivações fundamentais de Clementina. Refere com satisfação que, tal como a sua mãe, ela mesma conseguiu casar todos os filhos. A ênfase cai pois sobre a comunhão.

Setting ideológico - Religiosa, Clementina acredita que Deus lhe designou um destino e que ela o deve cumprir. Parece encontrar assim sentido para as dificuldades que passou (“É o destino da vida e a gente tem que cumprir o destino que nós temos. E acho que cada qual tem que cumprir a sua vida eu acho que Deus deu-me esta vida e tenho que a cumprir”). Ao sentir que cumpriu o seu destino, deixa de existir espaço para remorso, parecendo em paz com o seu percurso. Fala também de respeito: de como é preciso mais respeito, de como respeitava o seu marido, de como os homens devem respeitar as mulheres, de como é respeitada no Centro de Dia.

Imago - O imago principal parece ser o da “mãe solteira”. Apesar de ser casada, a forma como Clementina descreve a situação de ter que educar e cuidar dos seus filhos na ausência do marido, é semelhante à de uma mãe solteira, com todos os problemas e dificuldades daí advindos. Um segundo imago parece estar ligado ao hedonismo, a uma certa *joie de vivre*, associada ao Carnaval (a sua memória mais precoce), aos bailes (“Eh éramos danados para dançar os dois”), e às viagens que faz com o Centro de Dia.

Generatividade, reminiscência e morte - Clementina refere não ter saudades do passado. Está orgulhosa dos filhos mas não os refere com muita frequência, embora ache importante tê-los casado. Já da sua mãe referia que “tinha conseguido casar todos os filhos”. Fala muito do destino dado por Deus e de como este deve ser cumprido. Diz ter cumprido o seu. Parece estar em paz com tudo o que viveu, e também com a ideia da morte. O seu interesse em continuar a viver não é motivado por qualquer desejo de

emendar, corrigir ou compensar o seu desenvolvimento, sendo justificado pela afirmação repetida de que “gosta de viver”.

8.2.4. A história de Helena

Dados de caracterização

Estado Civil: Casada

Posição social: Elevada

Idade na altura da entrevista: 68

BEtotal = 3.527, percentil 90

Nota zSOC = 1.304, percentil 90

Nota zFé = - 2.369 (não pertence a uma religião organizada), valor mínimo

Nota zSAB = - .255, percentil 30

Processo de recolha da História de Vida

Helena mostra-se muito cooperativa. As entrevistas decorrem em sua casa, no seu escritório, em ambiente informal. Fala de forma desenvolta e rápida, num estilo literário, quase como se estivesse a ler de um livro. Pontua a história da sua vida com aforismos, pequenas descrições sociais e culturais, e com referências à elaborada teia social que a envolve, que inclui nomes sonantes da arte e da política, que conhece pessoalmente. Qualquer pequena pergunta lhe dá “pano para mangas” parecendo que a actividade de revisão de vida lhe é muito familiar, quer pela facilidade de se expor quer pela abundância de pormenores que é capaz de produzir em relação a todos os períodos da sua vida. Assume uma postura de mestre perante o aluno, envolvendo uma certa sedução intelectual.

A vida de Helena

Helena nasceu no Porto e lá viveu até aos seis anos. Partiu depois para o estrangeiro, para um país distante do terceiro mundo, por o pai ser oposicionista e ter sido convencido por um familiar de que havia lá boas oportunidades. Frequentou colégios

católicos e conviveu com a classe alta. Da infância do estrangeiro diz ter recordações “maravilhosas”. Regressou a Portugal na altura da quarta classe, que fez numa escola de província, algo chocada pelo contraste com as outras alunas, socialmente inferiores, e pela forma “cruel” com que estas eram tratadas pelas professoras. Muda-se depois para uma cidade grande onde segue os estudos em escolas exclusivamente femininas. Neste período passa muito tempo no estrangeiro, desta vez na Europa, em casa de familiares abonados, convivendo com elites culturais, aprendendo sobre história da arte, cinema, poesia. O contraste com Portugal faz-lhe alguma confusão pelo “provincianismo” do país.

Após o liceu inicia a faculdade. Descreve sempre, ao falar dos estudos, as professoras e professores, e as matérias que mais a interessam, nomeadamente os livros e autores que leu e conheceu na altura. Envolve-se em várias actividades artísticas na Universidade, convivendo com um grupo de personalidades políticas e culturais.

Por motivos políticos vai para Lisboa, concluindo lá a Universidade. De imediato é-lhe oferecida a posição como docente, iniciando aí a sua carreira académica. O seu casamento ocorre por esta altura. Tem quatro filhos e procura conjugar a carreira com a maternidade, com as dificuldades inerentes ao processo. Fala da forma como as exigências profissionais não se apiedam das exigências maternais e de dona de casa. Descreve esses dez anos de coabitação carreira/mãe como os mais difíceis da sua vida.

Ocorrem alguns sobressaltos na carreira, em parte pela sua condição de mulher. Helena consegue, contudo, contorná-los e alega que “a vida é feita de coisas assim: há uma mão que tira, mas há uma mão que põe. Penso que isto deve ser quase geral na vida de toda a gente”.

No período pós revolução de 25 de Abril, parte da família é saneada e ela tem que sustentá-la. É um período de grande confusão e muita intriga, mas Helena não se queixa e diz que houve até aspectos “muito divertidos”.

Reforma-se por motivos de idade mas também por estar desiludida com o evoluir da situação académica, nomeadamente pelo Processo de Bolonha e o seu efeito nas universidades portuguesas.

Paralela à sua vida profissional e pessoal ocorre uma vida de criação artística que se rege em mini ciclos de início, desenvolvimento e conclusão de obras.

Sobre a sua morte diz estar pronta para que venha um dia, não sendo um pensamento que lhe cause demasiada angústia. Tem um interesse profundo pelas várias

religiões, mas mostra-se claramente heterodoxa nas suas crenças, mostrando atribuir importância e ter um interesse profundo pela vida espiritual.

Categorias emergentes

Saúde

- “E acabei por ser operada às amígdalas (...), operação que era ótima porque ao acordar comíamos gelado.”
- “Claro que de vez em quando havia uma doença mais grave ou uma coisa qualquer das crianças e eu tinha que ficar (em casa).”
- “Portanto perdi alguma vitalidade e alguma energia, lamento, mas é inevitável.”

Formação

- “Sempre andei nos melhores colégios, isso é importante, por acaso, a educação que se recebe.”
- “Que quando eu vinha de (estrangeiro), lampeira, tinha que marrar que me fartava para não chumbar e para ter boas notas.”

Profissão/trabalho

- “Em que tive que trabalhar muito, que ser tão competente e tão inquestionável como qualquer outra pessoa que não tivesse uma família grande.”

Meio de proveniência

- “Mas cresci num ambiente de grande abertura e de grande liberalidade e estou grata por isso, porque cada um encontra o seu caminho.”
- “Eu acho que fui uma favorecida; eu não sei se tanta gente acredita no mesmo.”

Contraste Temporal

- “Tenho muitas saudades desse tempo em que se aprendia. Dá-me a ideia de que hoje empobrecemos ou pela indiferença dos mestres ou pela dos alunos, alguma das indiferenças.”

Condição feminina

- “Tudo o que se começava era sempre mais difícil no tocante às mulheres essa fase difícil de conjugar a carreira profissional e a vida familiar. Durou praticamente 10 anos, mas acho que isto é uma coisa que todas as mulheres que casam e que trabalham devem ter bem consciência disso, caso tenham filhos.”
- “Foram 10 anos difíceis, em que eu dormi pouco, dormi mal, mas não faz mal tornei-me noctívaga, o que hoje em dia me dá algum jeito.”
- “Porque hoje vejo que os casais partilham muito as tarefas de casa, mas da minha geração um homem não mudava fraldas....portanto eu tinha ao fim do dia quatro banhos esgotantes.”
- “Uma mulher da minha geração, de equilibrar com boa disposição família e trabalho, foram 10 anos difíceis.”
- “Tudo o que se começava era sempre mais difícil no tocante às mulheres.”

Política

- (Sobre as professoras baterem nas alunas em Portugal.) “Isso era algo que tinha a ver com a tradição do país, não é, porque tem que se castigar para que se aprenda melhor.”
- “Este país ainda é e continua a ser muito conservador, no mau sentido da palavra, não sabem rir não têm sentido de humor.”
- “Tenho pena que o meu pai tenha morrido um ano antes, porque já não pode ver a democracia e a liberdade pela qual tanto tinha lutado, mas enfim chegou a hora da liberdade e da democracia.”
- “Se não podes respirar pela opressão política, respiras pela arte.”
- “Estes pequenos detalhes da mediocridade mental de um país fechado sobre si mesmo é algo de que eu me apercebi muito mais cedo do que os outros todos.”

25 de Abril

- “Agora houve muitos benefícios com a democratização, eu acho, muito, houve melhores condições, houve melhores perspectivas, houve um olhar mais atento às questões sociais, de que todos beneficiam evidentemente.”

Relação mestre-aluno

- “Eu digo-te, um grande mestre faz uma pessoa de bem, para além de poder fazer uma pessoa culta ou uma pessoa erudita.”

- “Devo muito aos mestres que tive.”
- “Mas a grande alegria que eu tive é que os meus alunos ficaram por lá, fizeram as carreiras, doutoraram-se, tornaram-se catedráticos.”

Capacidade de Contraste

- “Essa capacidade, eu digo-te o que é que é o suporte verdadeiro da cultura: é a capacidade de comparar. Aqueles a quem nunca foi dada a oportunidade de comparar naturalmente têm menos cultura e eventualmente menos maturidade.”

Categorias pré-definidas

Religião/Fé

- “Eu acredito numa energia espiritual que nos conduza, agora não chamo assim ser católica praticante, mas acredito numa energia espiritual que nos conduza, como acredito que possuímos uma energia espiritual que podemos desenvolver.”

Envelhecimento/Morte

- “Portanto eu mantenho o meu estilo de vida, percebes, um bocadinho condicionada por algo de que me apercebo, que é: menos resistência e, de vez em quando, menos energia e menos vitalidade.”
- “Portanto há aqui um horizonte que está latente, presente indirectamente embora não faça isso a minha conversa, claro.”
- “Claro que gostava de morrer sem sofrimento.”
- “Agora uma coisa é teres a morte presente obsessivamente e doentamente, outra coisa é dizeres: “não há razão para não viver hoje como vivia há dez anos”. Eu vivo e o que acontece pode acontecer em qualquer altura.”

Reforma

- “Parar é uma coisa que mexe comigo, não sei estar parada.”
- “Eu gosto de investigação. De maneira que este ano estou a fazer isso, para o ano não sei o que farei. Certamente farei qualquer coisa.”

Adaptação

- “E eu fiz tradução técnica durante dois anos e eu sustentava a casa. E à noite tomávamos chá e torradas, não tínhamos abundância de bifinho isto ou peixinho aquilo. Havia uma refeição e à noite já era uma coisa mais leve. Também te digo, nunca me tirou a alegria de viver, nem a mim, nem a eles, nem a ninguém, na nossa casa.”
- “A vida é feita de coisas assim: há uma mão que tira, mas há uma mão que põe. Penso que isto deve ser quase geral na vida de toda a gente.”
- “A gente deve olhar o que é que pode fazer e fazer. Umas vezes resulta, outras não. É assim.”

Reminiscência

- (Sobre o recordar certo episódio do passado) “Não sei se é hoje em dia que tenho um olhar mais distante...Na altura vivia com paixão.”

Análise de categorias, comportamento SOC e controlo sobre o ambiente

É de notar a riqueza e variedade das categorias apresentadas nesta narração. A tal não será alheia a formação literária de Helena. O tom é geralmente positivo, e as dificuldades e desapontamentos são muitas vezes temperadas com comentários optimistas como quando, por exemplo, refere que a operação às amígdalas lhe permitiu comer muito gelado. Contudo, não esconde as críticas ao tratamento da mulher, à situação política e ao deteriorar do sistema educativo, sendo a relação entre mestres e alunos um tema central da sua narrativa. A ideia de contraste surge não só referida directamente, como indirectamente, numa narrativa onde se contrasta Portugal com o estrangeiro, homens com mulheres, mestres e alunos, privilegiados e não privilegiados, profissão e família. A relação mestre-aluno é também simbolicamente aplicada à narração da história de vida, na qual o ouvinte faz o papel de aluno. Talvez por este motivo o discurso seja, por vezes, algo sobre-elaborado.

Apesar de nascida num meio de abundância e cultura, sócio-culturalmente muito diferenciado, Helena passou, várias vezes, por dificuldades. Mostrou sempre grande capacidade de adaptação em todas as fases da vida. Na adolescência conseguia compensar as estadias no estrangeiro com períodos de grande estudo. Por duas vezes, em períodos bastante díspares da vida, teve que ser o principal sustento da família e fê-lo sem dificuldades. Quando, a certo ponto, lhe foram colocadas dificuldades na sua

carreira, compensou-as adoptando outro percurso. Na sua vida o processo SOC dominante parece ter sido a selecção baseada em perdas. A forma como lidou com estas perdas esteve muito ligada aos recursos sociais que possuía, amigos e colegas que “lheram a mão” e à capacidade de se envolver a fundo no trabalho, demonstrando optimização. Helena dá um exemplo quase literal dum comportamento SOC quando refere que, nesta fase da vida, lhe é impossível ler tudo o que está disponível, focando-se apenas nas temáticas que lhe são importantes, mas aplicando-se nestas a fundo. As escolhas que efectuou (selecção electiva) foram feitas de forma reflectida, não mostrando Helena remorsos por estas. O tipo de controlo dominante é o primário, pois não hesita em intervir directamente no ambiente, mesmo que cause conflito. Ainda atravessando a terceira-idade, nota-se a utilização também do controlo secundário, por exemplo na questão da vida social e cultural, em relação à qual tem progressivamente de abdicar por já não ter a capacidade que tinha anteriormente, e por mais dedicação à família (incluindo aos netos), no que pode ser também visto como um exemplo do tipo de comportamentos típicos da fase gerotranscendente.

Do descrito anteriormente, e atendendo às características de caracterização, Helena possui um conjunto de características mistas de sucesso no envelhecimento. Por um lado é uma mulher sem Força da Fé e com insuficiente Sabedoria. Por outro lado, pertence à posição social superior, atravessa a terceira-idade e mostra capacidade na utilização de comportamentos SOC. As características positivas levam a melhor, o que se traduz num BEtotal elevado. Podemos afirmar que a ausência de Força da Fé deve-se à sua não filiação numa religião organizada, mostrando Helena possuir fontes alternativas de significado e sentido. A insuficiente Sabedoria parece, inicialmente, algo paradoxal, já que ela se assume como professora e mestre. Contudo, se se tiver em conta a postura pouco ortodoxa que vincadamente assumiu, na qual é patente uma intenção de se apresentar como singular e diferente, é possível que tenha procurado, na resposta aos questionários, fazê-lo também de forma pouco ortodoxa. Isto porque a Sabedoria pressupõe um certo senso comum, do qual Helena se distancia.

Tom narrativo - O tom narrativo é optimista, assumindo muitas vezes o tipo do romance, com a narradora a enfrentar e superar diversas dificuldades com um colorido épico. Mesmo em relação a períodos difíceis Helena parece encontrar aspectos positivos, como na altura do saneamento de parte da família no pós-25 de Abril, que levou a uma situação familiar algo caótica, mas que mesmo assim considerou um

período muito divertido. As suas recordações mais antigas prendem-se com brincadeiras de criança, mas não existe um contraste maniqueísta entre o mundo idílico da criança e a vivência desencantada do adulto. Helena narra a sua vida como sendo e tendo sido agradável e frutuosa. Exceptuando certos eventos pontuais, o único período em que a narração assume um tom menos positivo reporta-se aos anos em que os seus filhos eram pequenos e a acumulação das obrigações de mãe e de profissional no Portugal da ditadura foram demasiado exigentes.

Imagética - Helena fala muito da relação professor-aluno/mestre-discípulo. Uma das suas memórias mais precoces envolve uma aula de patinagem. A aprendizagem é simbolizada de várias formas ao longo da sua narração, sendo um dos seus símbolos principais o livro. A aquisição de conhecimento é realizada sobre uma área vasta do saber, incluindo línguas, história, arte, religiões, constituindo talvez o pilar que liga as diferentes fases da sua vida, tão distintas umas das outras, não só pela questão do desenvolvimento, mas pela mudança radical de contextos (terceiro mundo, Europa, Portugal urbano e rural). Helena refere que sempre gostou de estudar e que o continua a fazer.

Linhas temáticas – Há uma alternância entre a orientação para a comunhão, para cuidar da família, e a vida de estudo e criação, necessariamente mais individualista e baseada na iniciativa. Não obstante a alternância, parece ser a comunhão a imperar, estando o bem-estar dos filhos acima de tudo.

Setting Ideológico - Como o pai era um oposicionista famoso, Helena não podia fazer luta política directa, tendo que optar pela arte como forma de crítica. Os seus valores base prendem-se com a liberdade, a democracia e uma visão humanista, quase renascentista. Apesar de pertencer a uma família ateia, dá grande importância à espiritualidade, mas um tipo de espiritualidade não convencional e não dogmática. A abertura parece ser um dos seus valores centrais.

Imagos - Dois imagos são centrais na narrativa de Helena. O imago da “mãe” disposta a sacrifícios, olhando pela família, certificando-se de que há comida e roupa lavada para todos. O outro imago é a da “professora/mestre”, que tem um pouco também do imago “da sábia”, uma imagem de alguém imerso numa longa tradição e linha de

mestres/discípulos propagando o saber ao longo dos tempos. Por vezes estes dois imagos chocam como no período em que as exigências de mãe e professora a sobrecarregaram, sendo em parte resolvido este conflito com o crescimento dos filhos. Menos importante, mas consistindo também uma parte da sua identidade, é o imago da “cosmopolita”, o qual contrasta muitas vezes com o “provincianismo” português.

Generatividade, reminiscência e morte- Os dois principais imagos são, como vimos, dois imagos tipicamente generativos. Para Helena é importante não só o sucesso e bem-estar de filhos e netos, como o dos discípulos. Ao longo da narrativa menciona com frequência os mestres que teve, bem como os discípulos e o desenvolvimento subsequente destes. Como artista, as obras realizadas por Helena cumprem parte do seu propósito generativo, que se mostra assim tripartido em família, discípulos e obra.

A reminiscência parece ser uma actividade frequente, o que pode ser em parte atribuível à sua actividade artística. Talvez por isto o seu relato sai tão fluido e rico em pormenores, como se a narração da sua vida tivesse sido feita ou ensaiada já muitas vezes. A morte não parece assustá-la e encara-a com aparente tranquilidade. Parece satisfeita com a sua história, da qual sente claro orgulho.

8.2.5. A história de João

Dados de caracterização

Estado Civil: Casado

Posição social: Baixa

Idade na altura da entrevista: 78 anos

BEtotal = 1.844, percentil 80

Nota zSOC = - .128, percentil 40

Nota zFé = - .865 (católico não praticante), percentil 40

Nota zSAB = .898, percentil 70

Processo de recolha da História de Vida

As entrevistas decorreram no Centro de Dia, numa sala privada disponibilizada para o efeito. João mostrou-se bem disposto e participativo. Não mostrou precisar de grandes incentivos para falar. Contextualizou sempre pormenores profissionais ou que achasse pertencerem a outras gerações, explicando de forma curta detalhes que achava que o entrevistador poderia não compreender. Riu-se bastantes vezes durante o seu relato, fazendo algumas piadas. Pareceu apreciar a narração. O tom emocional dos temas era claro na sua forma de relatar, com o tom de voz, os gestos e a postura corporal enfatizando os conteúdos.

A vida de João

João nasceu no interior, numa pequena aldeia, o terceiro de seis irmãos, todos homens. Depois da terceira-classe trabalhou nos campos, primeiro a guardar cabras, depois a lavar. Refere ter sido um bom trabalhador. Apesar do meio carenciado em que vivia, demonstra auto-confiança e orgulho em si mesmo, e fala das excursões que os portugueses faziam a Espanha, onde, por estarem melhor vestidos que os homens espanhóis, faziam sucesso junto das mulheres espanholas. Numa dessas excursões, que fez com o irmão e uns amigos, iam sendo espancados pelos espanhóis, mas como um dos companheiros era filho do guarda da fronteira safaram-se por pouco. Apesar do insucesso da excursão e do perigo que correram diz que “se deu uma paródia”.

Fez a quarta-classe quando se alistou na tropa. Veio para Lisboa de propósito para tal, dizendo que nunca se arrependeu de tal decisão. Na altura, os patrões do campo, que gostavam do seu trabalho, queriam que ele ficasse, mas João opôs-se e partiu. Terminada a tropa, ingressou no batalhão de sapadores bombeiros aos vinte e poucos anos.

Casou-se perto dos 30, casamento que dura até à actualidade e do qual teve dois filhos. Diz nunca ter tido problemas com a mulher, com quem sempre partilhou dificuldades e decisões. Ainda sobre a família, fala com orgulho da formação universitária dos netos.

A memória mais antiga é da ida para a escola e de uma confusão com um professor, mas que ele diz ter piada. Menciona a miséria e a necessidade de abandonar a terra, tendo sido o primeiro de cinco irmãos a partir (dois iriam também para fora). Em Lisboa

tornou-se bombeiro. Foi subindo na hierarquia dos bombeiros. Apanhou alguns sustos e passou por algumas situações difíceis, mas refere com grande orgulho o seu trabalho. Relata a sua vida com entusiasmo, dando a entender que em alturas difíceis tem sorte e safa-se de um destino pior, quer como no episódio de Espanha, quer num incêndio em que a tragédia ocorreu a um companheiro apenas a uns metros de si.

Aproveitando certas especificidades do trabalho que desenvolvia nos bombeiros, como a condução dos carros de bombeiro, começou um trabalho fora de horas para ganhar mais dinheiro. A certa altura teve de escolher entre subir ainda mais na hierarquia e abandonar o trabalho extra ou ficar na posição em que estava. Escolheu a segunda hipótese porque lhe permitiria obter mais poupanças, embora implicasse um confronto com a autoridade. Fala do momento em que oficializou, de certa forma, esta posição, como um dos dias mais felizes da sua vida (“porque a gente ganhava pouquinho (...) e vivia-se muito mal”). A oportunidade deste novo trabalho agarrou-a com unhas e dentes (“e então atirei-me, atirei-me”). Refere com orgulho que das três pessoas, todas da mesma terra, que a tentaram, foi o único a conseguir. Quanto ao seu emprego, mostra-se orgulhoso da forma como o desempenhava e refere comentários dos chefes e prémios que recebeu para atestar a sua capacidade. Com os dois trabalhos conseguiu juntar algum dinheiro e comprar barato um pequeno terreno onde trabalhava aos fins-de-semana e no princípio da reforma. Por motivos de saúde e desinteresse dos filhos, acabou por vender o terreno, mas não parece ter sido muito afectado por esta perda.

Refere a vida de idoso, incluindo as idas ao Centro de Dia, também frequentado pela mulher. Parece gostar desta rotina. Fala muitas vezes dos pequenos e grandes triunfos profissionais e pessoais, como, por exemplo, das condecorações que recebeu. Minimiza os problemas de saúde, que são mencionados de passagem mas não motivo de análise ou lamento. Fala da morte sem sinais de angústia. Diz que gosta de recordar o passado mas sem nostalgia.

Categorias emergentes

Saúde

- “Entretanto apareceu-me duas hérnias.”
- “A mulher, já disse, tinha sido operada duas vezes.”

Profissão/Trabalho

- “Porque lá não havia trabalho e tinha que aproveitar as poucas habilitações que tinha, 3ª classe pequenino e o 4º grupo das escolas suplementares na tropa, e quis aproveitar essa pequena habilitação, para vir (para Lisboa), onde comecei a minha situação profissional.”
- (Sobre o primeiro patrão que teve, na juventude, e a mudança para Lisboa.) “Porque eu era um bom trabalhador e ele não queria que eu viesse embora.”
- “Felizmente trouxe lá duas medalhas incluindo uma medalha de ouro.”
- “O meu currículo lá, posso mostrar aos filhos e aos netos.”

Meio de proveniência

- “Um meio empobrecido, muito pobrezito. O terreno da freguesia estava na mão de seis ou sete e na altura a freguesia era muito grande.”
- “A gente fomos criados num meio pobre, portanto, temos aquela qualidade de saber poupar.”

Contraste temporal

- “Hoje, actualmente, temos que reconhecer que os nossos filhos não nos podem dar o apoio que nós demos aos nossos antepassados porque as mulheres de todos os casais, agora, são empregadas.”

Iniciativa/Competência

- “O primeiro a sair fui eu, para os bombeiros.”
- “Havia lá uma escalada, que havia quem chamasse a “escalada da morte”. Mas eu, então se os outros anteriormente tinham feito, porque é que eu não havia de fazer?”
- “Houve até uma vez que tocou para fogo e comandante dos bombeiros voluntários de ____ admirou-se de como, mal eu entrei no carro arranquei logo!”
- “A gente tem cá um bichinho dentro que nos diz que temos que auxiliar os nossos colegas quando eles não chegam. Então eu fui para subir as escadas de molas.”
- “Mas o único que se atirou, fui eu. Tinha-se que se perder umas noites, uns serões, para ir par a escola à noite, de manhã a mesma coisa.”
- “E o primeiro a começar a varrer a garagem era eu, era eu!”
- “E então atirei-me, atirei-me!”
- “Eu trabalhar nunca fui acanhado, pelo contrário.”

Casamento

- “Isso eu com a minha mulher somos dois pelos num só. Não se faz nada um sem o conhecimento do outro.”

25 de Abril

- “Nos vencimentos houve umas regalias boas, houve sim senhor e até nos horários houve uma melhoria.”

Juventude

- “Ali passei uns anitos, satisfeito, se regressasse à minha juventude, de certeza que repetia.”

- (Sobre o episódio em que quase foi espancado em Espanha.) “Este foi um momento, não foi muito satisfatório porque a gente não chegou a dançar mas deu-se uma paródia. Deu-se uma paródia. “

Categorias pré-definidas

Religião/Fé

- “Não sou assim quer dizer...não vou à missa, mas sou cristão! Sou sim senhor!”

- “Isso até à noite ao deitar a minha rezazinha, faço-a sempre.”

Envelhecimento/Morte

- (Definindo a morte.) “É o fim, é o fim.”

- (Sobre se lida bem com a ideia da morte.) “Sim, sim, sim. Então... Só fazia, ou faço, votos que não fizesse sofrer muito, para não dar trabalho aos familiares.”

- “O meu futuro tá escrito na palma da mão qual é.”

Reforma

- (Sobre se foi fácil parar de trabalhar.) “Foi facílmo, quando se atinge aquela idade não se pode trabalhar lá mais.”

- “Não custou, não custou. Porque tive que me convencer que eu estava a atingir aquele limite. E depois não me custou porque eu tinha uma distracção muito boa.”

Adaptação

- (Sobre se se apoiava na sua mulher em alturas de dificuldades) “Sim! Sim!”

Reminiscência

- “Isto a propósito de lembrar do passado, olho para a minha freguesia e “olha! ali era a minha casa, ali era a casa do não sei quantos!! Ehhh pá!”

- (Questionado sobre se fica triste com a recordação.) “Não! Recordações, pelo contrário! Triste não! Adoro, adoro relembrar o passado.”

Análise de categorias, comportamento SOC e controlo sobre o ambiente

João não dá demasiada importância ao meio pobre donde provém ou aos problemas de saúde que ocorreram. Mostra-se orgulhoso do trabalho que desempenhou e apresenta-se como um homem de iniciativa, destemido e persistente. A sua juventude e o seu casamento são fontes de satisfação, assim como as várias conquistas que realizou ao longo da vida. Talvez por isto encara a morte sem angústia e olha para o passado com prazer, mas sem nostalgia.

Apesar das poucas oportunidades João escolheu, como ele próprio o refere, bem. Optou por ir para Lisboa e fazer a tropa, apesar de pressões contrárias. Mais tarde para compensar a falta de rendimentos decidiu realizar uma actividade extra, um segundo emprego. A obtenção deste não foi fácil, mas conseguiu-a fruto de aplicação, mostrando capacidade de optimização, reforçada pela sua afirmação de que: “Eu trabalhar nunca fui acanhado, pelo contrário”. Deu provas de capacidade de selecção mais uma vez quando houve pressões para subir na hierarquia que teriam como consequência o ter de abandonar o seu segundo emprego e optou por não o fazer. Na reforma compensou inicialmente a ausência de trabalho através de um investimento num pequeno terreno, mostrando selecção baseada em perdas. Por motivos de saúde teve de o abandonar, mas João adaptou-se bem, demonstrando compensação, passando a frequentar o Centro de Dia, no qual é uma das figuras principais. Ao longo da sua narração menciona sempre a sua iniciativa e vontade de intervir, mostrando um uso continuado e eficaz do controlo primário. Nota-se também, que começa a utilizar mais, e com sucesso, o controlo secundário, na forma como aceitou abdicar do terreno no qual tanto tinha trabalhado por motivos de saúde, e na aceitação da reforma e posterior ida para o Centro de Dia.

Do descrito anteriormente, e atendendo aos dados de caracterização, podemos afirmar que João mostra utilizar comportamentos SOC e recorrer à Força da Fé na sua

vida, que, aliadas a uma Sabedoria elevada e ao facto de estar ainda na terceira-idade, parecem ser suficientes para, apesar da sua baixa posição social, sentir um elevado BEtotal.

Tom narrativo - O tom narrativo é de optimismo, aproximando-se da comédia. João descreve a sua vida como uma alternância entre oportunidades, trabalho árduo e novas oportunidades. Os contratempos nunca são descritos de forma trágica, revelando satisfação de forma repetida e em relação a vários temas.

Imagética - A imagem de maior poder simbólico e mais recorrente é ligada à condução. Não só na prática foi esta a profissão de João, como menciona várias vezes ocasiões em que outros quiseram “tomar o volante” e ele não deixou, como quando um patrão o quis manter a trabalhar no campo, ou quando decidiu optar por ter o segundo emprego ao invés de subir na hierarquia. A ideia que quer vincar, quando, por exemplo, fala dos prémios que recebeu por ser bom condutor e da velocidade com que era capaz de arrancar, é de que foi sempre ele quem esteve ao volante da sua vida e a dirigiu bem.

Linhas temáticas – A ênfase é posta na capacidade de superar os obstáculos e conseguir os objectivos, mesmo que para tal seja preciso contrariar algumas pessoas: a iniciativa domina.

Setting Ideológico - João parece guiar a sua vida pela crença em duas forças primordiais: Deus e o trabalho. O que uma não solucionar a outra resolve. Não menciona crises de fé e evita comentários políticos. Sobre o a revolução de 25 de Abril e as suas consequências, refere ter havido melhorias no trabalho.

Imagos - O imago principal é do “fazedor/realizador”, o homem que por aplicação triunfa onde tem de triunfar. Aplicado, corajoso, destemido e decidido. Por vezes também surge a imago do “chefe de família”, cuidando da mulher e dos filhos, deixando um currículo de que os seus descendentes se possam orgulhar.

Generatividade, reminiscência e morte - João menciona várias vezes os netos e a sua formação universitária. Entra também em pormenores sobre como algum dinheiro acumulado, fruto dos seus dois trabalhos, passou para os filhos. Parece estar satisfeito

com o rumo que a sua vida levou, estando seguro sobre o valor dos descendentes que deixa.

Sobre a morte diz não ter medo, fazendo apenas votos de não sofrer muito para não dar trabalho aos familiares. Refere pensar muito no passado, mas sem tristeza, antes com o prazer da recordação. Diz ter um quadro da aldeia antiga que contempla muitas vezes lembrando-se de quem vivia em que casa, sem nostalgia, antes com o gozo da lembrança e a celebração do que viveu.

8.2.6. A história de Jorge

Dados de caracterização

Estado Civil: Divorciado

Posição Social: Elevada

Idade na altura da entrevista: 77 anos

BEtotal = 3.554, percentil 90

Nota zSOC = - .466, percentil 60

Nota zFé = - 2.369 (ateu), mínimo

Nota zSAB = 1.158, percentil 80

Processo de recolha da História de Vida

Jorge marca as entrevistas no escritório onde ainda exerce medicina uma a duas vezes por semana. Mostra-se cordial e interessado falando com facilidade. Divaga muito, várias vezes em tom pedagógico, sobre os mais variados temas, como o século XX, a ciência, Portugal, e vários fenómenos sociológicos e culturais. Possui uma grande cultura que apresenta naturalmente no discurso, com referências a escritores, artistas ou cineastas. Oscila entre a narração de episódios pessoais e considerações distanciadas sobre os tempos vividos. Valoriza a cultura e a aquisição de conhecimento, apresentando-se, até certo ponto, como um cientista/artista. Adere ao processo mas mostra sempre algum distanciamento, como se fosse mais uma curiosidade intelectual do que uma actividade plena de significado pessoal.

A vida de Jorge

Jorge nasceu no princípio dos anos 1930. Viveu os primeiros meses na cidade onde o pai, médico, começou a exercer. A mãe fica doente e tem que ser internada num sanatório. Fica, de certa forma, sem mãe. Aos dois/três anos vai para perto dos pais, para casa duma professora que vivia próxima do sanatório. Posteriormente volta a viver com os pais. Por viverem numa localidade pequena tem que, aos 11 anos, ir para um colégio interno. É um colégio jesuíta com muitos filhos da classe alta. A mudança provoca alguma consternação, principalmente a disciplina e a religiosidade severa, mas apesar disso integra-se bem. Perde um ano por doença e vai para uma pequena cidade, sem os pais que ainda viviam no sanatório, fazer o último ano do liceu. A mudança é radical pois reside sozinho num hotel de província, com toda a liberdade, em contraste claro com a sua vida no colégio. Começa com os namoros e com uma vida social ligada à cultura. Já desde pequeno que tem grande interesse pela música e grande facilidade em tocar.

Muda de cidade para fazer medicina. Atribui a decisão de realizar este curso à convivência com os médicos e com os pacientes do sanatório. Os estudos universitários não constituem problema e termina o curso sem problema. Durante a Universidade forma uma banda e toca em bailes. Aprecia alguma boémia. Ao formar-se, muda outra vez de cidade.

Segue a carreira de medicina até ao topo, superando, á custa de trabalho e aplicação, os vários concursos públicos. A sua vida social ligada é ligada à música e às artes. Casa-se “tarde”, acima dos trinta, e tem dois filhos. Mais tarde separa-se e junta-se com outra mulher.

Após alguns anos de interregno retoma a música e desenvolve a sua aptidão, mas sempre como um amador.

Da religião diz ter sido educado como católico, mas abandonado a religião sem rancor, nutrindo até uma certa admiração por esta (“e sou muito orgulhoso até da cultura, da importância que o cristianismo teve na formação da cultura europeia”).

Na meia-idade começa a escrever e a reflectir sobre a profissão, mudando progressivamente o seu papel e tipo de intervenção. Adquiriu entretanto um estatuto que lhe permite ser activo mesmo na reforma. Decidiu permanecer interessado e integrado. (“Tenho tido alguma preocupação em manter isso, adquirir novas capacidades, novos conhecimentos, escrever, intervir, estar presente..não é?”). Prosseguiu os estudos em

outras áreas de interesse, tendo mesmo feito um mestrado. Apesar de todo o dinamismo, compreende que há um declínio irreversível, principalmente a nível físico e lamenta um pouco a condescendência das pessoas (“Mas as pessoas olham sempre para nós com “está com um óptimo aspecto”. Não é uma pessoa qualquer, é um reformado. Portanto tem que se dizer “pronto, tá com um óptimo aspecto” e isso é um bocado...Mas, não é possível fugir disso”).

Vive a reforma como um período de actividade, procurando novas formas de se manter ligado à profissão e explorando outras áreas do saber. Por vezes tem alguma dificuldade em adaptar-se às rápidas inovações tecnológicas. Mostra desagrado com alguns aspectos do envelhecimento, nomeadamente a perda de vitalidade e a reacção social. Mostra-se adaptado e satisfeito com a terceira-idade, mas permanece a incógnita sobre como lidará com o declínio progressivo e irremediável da quarta-idade.

Categorias emergentes

Saúde

- (Sobre dificuldades especiais que sofreu ao longo da vida.) “Talvez uma doença que tive, uma coisa reumática que me inferiorizou um bocado. Até determinada fase da vida foram vários anos com várias crises. Mas, tirando isso, não houve nada que me afectasse.”

- “As pessoas morreram de velhas, nunca tive assim tragédias ou doenças graves e tal. Não, não.”

Profissão/Trabalho

- “A vida profissional foi isso, fiz a minha toda nos hospitais, fiz os concursos todos, fui subindo até ao topo, até ser director, portanto enfim, adquiri um certo estatuto na profissão.”

- “Não, não havia estratégia, foi um bocado por força dos acontecimentos. Não fui daquelas pessoas que sabem logo a princípio que profissão vão escolher, que especialidade da profissão vão escolher, e provavelmente, quer dizer, não houve da minha parte assim uma vocação muito clara para a medicina.”

- “O meu início na medicina foi feito à custa de trabalho.”

Contraste temporal

- “Ainda hoje acho aquilo uma coisa perfeitamente anacrónica e disparatada. Como é que era a vida nessa altura!!!”
- “Então foi a mudança completa já tinha 16 anos, fui para um hotel, um hotel de província, fraco mas com quarto próprio e tal, comia lá e pronto, tinha a liberdade toda!”
- “Assisti ao Século XX praticamente, e as transformações que se fazem são brutais, pá, percebe, brutais! Isso talvez ajude a perceber e a dar uma perspectiva.”

Status

- “E naquele colégio andava a fina flor do país, a aristocracia (...), todos os tipos que tinham assim um nome de aristocrata iam para lá.”
- “Sou conhecido, sobretudo em certas faixas etárias eu noto isso, um certo respeito e uma certa consideração.”
- “A classe média em Portugal é uma coisa de que eu não gosto, mas acho que foi bom.”
- “Antigamente eu fiz parte de um sociedade muito estratificada. Eu também tinha o meu lugar! Aquilo era terrível.”

Colégio

- (Sobre a ida para o colégio.) “Isso foi uma coisa traumatizante. Porque era um casarão bestial, estava um frio bestial, sem aquecimento, sem nada. Missas todos os dias.”
- “Que é o tipo que sai da mãezinha e de repente é posto naquela situação em que inclusivamente, durante três dias não pode falar, só missas.”
- “Mas não me senti muito mal, quer dizer, integrei-me perfeitamente”
- “Foi um ano engraçado, interessante e em que pronto, o resto ficou para trás, mas eu não sinto de maneira nenhuma que a passagem pelo colégio me tenha traumatizado.”

Música

- “Eu tinha, à parte disso, outro interesse, que era a música, não é.”
- “Desde miúdo que sentia a atracção pelos instrumentos musicais, que tocava sozinho, e nunca deixei de fazer. Talvez a coisa mais permanente em mim seja a aptidão inata que eu tenho para a música.”

Categorias pré-definidas

Religião/Fé

- “A tradição da família e da sociedade é católica mas eu sou agnóstico ou ateu há muitos anos.”
- “E sou muito orgulhoso até da cultura, da importância que o cristianismo teve na formação da cultura europeia.”

Envelhecimento/Morte

- “A maneira como as pessoas nos olham é como um reformado, uma pessoa que já tem tantos anos. Portanto isso, mesmo que a gente não sinta, os outros reagem em relação a nós dessa forma e isso é um bocado chato.”
- “Penso que nos últimos tempos sinto que realmente uma pessoa tem que, quer dizer, tem que aceitar. Não é que eu me sinta diminuído, mas sente-se que há uma certa queda, mas que as pessoas já, pronto, já transmitem uma imagem de que já não são jovens.”
- “Apesar de me manter activo e de aparecer, sinto que estas coisas são irreversíveis e que é um processo que inevitavelmente as pessoas terão que aceitar.”

Reforma

- “Eu nos primeiros tempos da reforma resisti muito bem. Percebi que era necessário manter-me activo e produzir coisas interessantes que interessassem os outros, não é o reformado que está ali e tal, e se tolera.”
- “Não tenho o espírito da maior parte das pessoas que a reforma para elas é pronto, estão lá e entretêm-se com os netinhos essas coisas, a ver televisão (...). Não é isso. É estar activo, é participar, estar presente, continuar a ter a sensação de que as pessoas reconhecem-me, consideram-me, respeitam-me. Não é esta ideia de que há um tipo que está ali arrumado na prateleira.”

Adaptação

- “Há momentos piores, melhores. Momentos em que a pessoa se sente mais deprimida que noutros, mas crise grave não.”
- “Foi uma coisa que nunca me aconteceu a mim. As pessoas morreram de velhas, nunca tive assim tragédias.”

- “Eu mexo em computadores, escrevo em computadores, mas estou sempre a fazer asneiras terríveis e sinto sempre que não estou à vontade, e tenho que pedir ajuda.”

Reminiscência

- (Sobre o ter vivido a maior parte do século XX) “Mas isso deu-me uma perspectiva talvez mais tolerante e razoável em muitas coisas que se vão passando. E isso é engraçado.”

Análise de categorias, comportamento SOC e controlo sobre o ambiente

As categorias apresentadas mostram um desenvolvimento pouco constrangido por dificuldades; os problemas de saúde são ultrapassados e a progressão na carreira realizada com facilidade. O colégio assume-se como categoria emergente por ter representado uma mudança abrupta e radical, mas cujo efeito nefasto foi evitado (embora pareça, na altura, ter tido um impacto negativo). Existe um certo tom de comentário social e cultural nos vários conteúdos, apresentados com algum distanciamento. A cultura é valorizada, especialmente a música, a categoria mais relacionada à identidade de Jorge.

Na primeira fase da vida os acontecimentos parecem ser-lhe impostos, havendo pouca selecção da parte de Jorge. Contudo, procura fazer o melhor que pode, mostrando alguma capacidade de optimização, superando a experiência do colégio. A carreira em medicina é, também, exemplo desta capacidade, referindo Jorge que a fez à custa de trabalho. Progressivamente, selecciona cada vez mais os seus percursos de vida, retomando interesses do passado, como a música, mostrando capacidade de compensar, através duma vivência amadora, o que poderia ter sido um percurso profissional.

Na velhice temos um exemplo dos comportamentos SOC. Selecciona novas actividades como a realização do mestrado (selecção electiva), investe nestas actividades obtendo bons resultados (optimização), ajusta a carreira de forma a ainda poder praticar (selecção baseada em perdas), e liga-se de uma forma diferente, através da reflexão e escrita, à medicina (compensação).

Não surgem muitas referências ao controlo, parecendo a sua postura ser mais a de um homem abençoado pelo destino, do que ao seu leme (“nunca tive assim tragédias.”). Mas apesar dessa postura, e principalmente em relação ao período da reforma diríamos que predomina o controlo primário, já que Jorge aproveita os seus recursos e intervém

directamente no ambiente para melhorar as suas circunstâncias. Parece haver algum receio da perda da capacidade de controlo, da capacidade de fazer e de agir, reflectido na sua preocupação em como os outros o percebem - o que pode demonstrar alguma dificuldade na substituição do controlo primário pelo secundário.

Do descrito anteriormente, e atendendo aos dados de caracterização, podemos afirmar que Jorge acumula, para efeitos de sucesso no envelhecimento, um conjunto de características invejáveis. É um homem de posição social elevada, ainda na terceira-idade, com um nível apreciável de comportamentos SOC e uma notável Sabedoria. Apenas a Força da Fé destoa deste quadro, estando justificada pelo seu ateísmo. Acresce que mostrou possuir várias fontes de significado e sentido na sua vida, nomeadamente a filosofia. O seu elevado BEtotal faz, pois, todo o sentido.

Tom narrativo - Jorge, apesar de alguns acontecimentos infelizes na infância, nomeadamente o internamento da mãe e a sua doença, estabelece um tom optimista, referindo mesmo “nunca lhe terem ocorrido tragédias”. Dentro do tom optimista, a narrativa é mais de comédia do que tragédia, já que o tom utilizado relativiza triunfos e dificuldades, nunca se aproximando de uma dimensão épica ou trágica.

Imagética - Existem duas imagens simbólicas, provenientes da sua infância, que marcam o percurso de Jorge. Uma é a imagem do sanatório com os seus médicos e doentes, que simboliza a ligação à medicina e à ciência, e que está associada ao seu pai. A outra está ligada ao piano e à música, nomeadamente às recordações da sua mãe a tocar piano, simbolizando a sua ligação às artes, especialmente à música. São estes dois eixos: medicina/ciência/pai e artes/música/mãe que guiam grande parte da vida da sua vida.

Linhas temáticas – Parece clara, na narração, a vontade de Jorge de se educar e valorizar. Preza bastante a independência e liberdade, que, de certa forma, o surpreende à saída do colégio, quando, de um momento para o outro, se vê a viver sozinho. Mesmo próximo da quarta-idade continua a colocar a ênfase no empreendimento. Trata-se, pois, de uma orientação clara de iniciativa.

Setting Ideológico - A partir da adolescência Jorge começa progressivamente a questionar os dogmas religiosos que lhe foram ensinados, bem como a educação

jesuítica que recebeu. Adquire um espírito crítico, mas não intolerante, com algum distanciamento filosófico, que é demonstrado nas entrevistas através da forma como oferece argumento e contra-argumento sobre os mais variados temas. Parece realizar uma distinção entre uma esfera sócio-culturalmente superior, com uma certa coloração aristocrática, onde se valoriza e persegue a alta cultura, em contraste com uma esfera burguesa, onde a classe média se interessa pela cultura popular.

Imagos - Dois imagos surgem mais definidos. Um deles é o “sábio”, representante duma tradição e possuidor de um conhecimento alcançado à custa de trabalho e tempo. O outro seria o “Amador” no sentido de aquele que realiza uma actividade por talento e amor, e não por profissão.

Generatividade, reminiscência e morte - Além dos filhos, com quem se orgulha de ter uma boa relação, Jorge sente que o seu papel de reflexão sobre a sua profissão tem interesse para os profissionais desta, e sente-se entusiasmado quando a sua opinião ou saber é requisitado pelos mais novos. A forma como redefine o seu papel na medicina vai no sentido de uma intervenção a médio/longo-prazo. Espera, assim, deixar parte do seu saber às gerações mais novas e manter-se activo, embora de outra forma, na sua profissão. Embora a morte ainda esteja algo distante, o diminuir do vigor e da vitalidade perturbam-no um pouco.

8.3. As histórias de vida: Análise global

O número reduzido de histórias recolhidas, a utilização de apenas um juiz independente, bem como a subjectividade inerente às análises feitas, não permite qualquer tipo de generalizações ou afirmações peremptórias sobre o envelhecimento. Acresce, que houve algumas características que não puderam ser estudadas com maior pormenor, como a diferença entre terceira/quarta-idade, já que apenas dois dos sujeitos tinham mais de 80 anos, e que, como já referido, apenas se estudaram sujeitos com níveis extremos de BES (superior e inferior). Não obstante, é possível retirar indicações, padrões e tendências que poderão ser melhor estudadas em trabalhos futuros. As considerações que se seguem devem ser, pois, lidas atendendo às limitações do estudo.

Um primeiro comentário diz mais respeito à forma do que ao conteúdo das histórias. Todos os sujeitos pareciam estar minimamente familiarizados com a ideia de biografia, já que narraram a sua vida sem dificuldades, não se prendendo a nenhum episódio ou período da sua vida à custa de outros. Adoptaram uma narração que, apesar de alguns saltos temporais, era essencialmente cronológica, preocupando-se em mostrar onde vinham (e.g., “meio de proveniência”; “formação”), o que haviam feito (e.g., “profissão/trabalho”), em que acreditavam (e.g., “religião”) e para onde iam (e.g., “morte/velhice”; “reforma”).

Como seria de esperar, todos os sujeitos fizeram referência ao que Baltes (1997) chama de eventos normativos relacionados com a idade, falando da escola, emprego, casamento, etc. A referência a eventos normativos relacionados com a história, como por exemplo a Revolução de 25 de Abril, surgiu por vezes. O impacto destes eventos na vida dos sujeitos é muito variado. Mas, mais do que eventos específicos, parece ser o contexto histórico que influencia as narrativas de desenvolvimento. A importância da religião, a facilidade ou dificuldade em obter emprego, a condição das mulheres, os valores vigentes, a pobreza, as hierarquias sociais, e muitas outras características do Portugal do Século XX são presenças importantes nas histórias, influenciando e determinando o desenvolvimento. Como se trata de um período pontuado por transformações radicais a todos os níveis, surge sempre implícita na narração a ideia de um “outro tempo” e de um “agora”, que se verificou na categoria emergente “contraste temporal”. É seguro afirmar que para nenhum dos sujeitos a actualidade é parecida com o tempo da sua infância, sendo comum a ideia de que a mudança social é profunda e transversal, feita de benefícios mas também de prejuízos. Um dos aspectos mais focados

neste contraste temporal é o do papel da mulher, da forma como esta é tratada pelos homens, das suas liberdades e obrigações.

Quanto ao nível sócio-económico, quase todos os sujeitos, incluindo dois de posição social elevada, revelaram dificuldades monetárias num ou noutra período da sua vida (a excepção é Jorge), embora estas dificuldades sejam subjectivas, ou seja, prendem-se com a comparação com tempos mais prósperos da sua própria vida. Alguma oscilação da capacidade económica é visível mesmo para os sujeitos da posição social mais baixa, tendo todos passado por períodos de maior prosperidade, e conseguido mesmo, em certos períodos, ser proprietários. A grande diferença entre os dois grupos, mais do que passar pelo poderio económico, parece estar ligada a dois factores: a educação e as relações sociais. Das histórias dos sujeitos mais diferenciados fica a ideia de que desde a infância é estabelecida uma rede de contactos que ao longo da vida providencia oportunidades, recursos e apoio. Daí a presença, nestas narrativas, da categoria emergente *Status*, onde são tecidas considerações sobre a hierarquia social, e a posição ocupada nesta pelo próprio e pelos outros. Quanto à educação, os recursos ao dispor destes sujeitos permitiram-lhes também adquirir uma formação universitária, complementada com viagens, leituras e uma vida mais associada a conquistas intelectuais e com maior pendor filosófico. Tal pode, claro, ser devido às características singulares dos três sujeitos entrevistados.

As histórias dos sujeitos de posição social baixa começam as três no campo, num relato comum de um meio ambiente de pobreza, escassez e dificuldade. Interessante é que, apesar de tais atributos serem explicitamente referidos por todos os três sujeitos, as recordações da “vida na terra” têm um colorido feliz. A mudança para a cidade acarretou para estes sujeitos (com a excepção de João, em cujo caso vários conterrâneos fizeram a mesma migração) uma perda de uma rede social, que, no caso das duas mulheres, parece não ter sido refeita com total sucesso.

Como pode observar-se pelo relevo e omnipresença da categoria “saúde”. Todos os entrevistados lhe fazem referência, estando presentes, numa altura ou noutra, os problemas de saúde dos próprios ou de familiares próximos. Contudo, a importância que lhes é dada varia muito: os dois sujeitos de baixo BES colocam-na no centro da sua narração e culpam-na pelos seus fracassos e impossibilidades, ao passo que os restantes sujeitos parecem mais adaptados aos problemas menores ou maiores de saúde. Parece pois que a percepção subjectiva da saúde, ou seja, a forma como esta é encarada como

liberdade de movimento e autonomia, talvez tenha mais importância que a condição sócio-económica.

O que também surge de forma mais ou menos explícita em cada história é a ideia de controlo/destino. É possível ver as narrações como respondendo a três questões complementares. Até que ponto o sujeito é criador do seu destino e agente principal da sua vida? Até que ponto é subjugado pelo destino? Até que ponto é o destino um agente benevolente ou um pernicioso? Tais questões, como foi visto nas análises individuais, mostram a importância, especialmente nesta fase de vida, de dar um sentido à vida, de encontrar um significado no caminho percorrido. Como referia Erikson (1982), a falta de um sentido ou a incompreensão da sucessão de eventos podem levar ao desespero, ao remorso e ao medo da morte. Embora os casos recolhidos sejam poucos, é de salientar que ao passo que os sujeitos de elevado BES parecem seguros e orgulhosos do que conseguiram, os dois de baixo BES apresentam dúvidas sobre a sua vida, talvez mesmo arrependimento e remorso. Convém, talvez, apresentar um exemplo específico. João (elevado BES) e Pedro (baixo BES) foram ambos condecorados. João fala com orgulho das condecorações que ganhou, ao passo que Pedro desvaloriza a sua condecoração dizendo que era uma das ordens “baratas” e que não gostou de a ter recebido, alegando que não se devia ao seu mérito mas para “ajudar às festividades”.

Quanto aos comportamentos SOC e ao controlo sobre o ambiente, as histórias forneceram exemplos específicos de como operam, na prática, estes constructos. Verificaram-se as limitações sócio-culturais para as escolhas desenvolvimentais dos sujeitos, especialmente patentes na categoria emergente “formação”. A selecção, quer electiva, quer baseada em perdas, é, não só determinada pelos recursos sociais e financeiros do sujeito, mas também, pela sua capacidade de exercer controlo primário. Como se observou, alguns sujeitos procuram activamente novas opções, não pondo de lado mudanças radicais, como João e Helena, ao passo que outros são menos pró-activos evitando opções disruptivas ou arriscadas, como Pedro ou Maria. Todos os sujeitos mostraram alguma capacidade de optimização, especialmente na idade adulta e em relação à profissão. Verificou-se, também, que sob várias formas é requerida a capacidade de compensação no envelhecimento, com a ocorrência de problemas de saúde, diminuição de vitalidade, redução da vida social e com a consciência de que a sociedade os percebe como “velhos”. Vimos que o domínio do controlo primário parece estar mais associado ao bem-estar. Não obstante, na velhice, este não é mais

possível em algumas áreas, tendo sido relatados exemplos da passagem para um predomínio do controlo secundário.

A maioria dos sujeitos de elevado BES (João, Jorge e Helena) parece constituir um bom exemplo de envelhecimento de sucesso, mostrando todos eles uma diversificação dos seus investimentos e entusiasmos, mas sendo capazes de, perante obstáculos crescentes, redireccionar os seus recursos ou mudar a hierarquia dos seus objectivos. No caso de Clementina, parece que além da sua *joie de vivre*, que poderá sinalizar um estado base de BES elevado, as condições oferecidas pelo Centro de Dia permitem-lhe uma vivência despreocupada e feliz, contrastando com as dificuldades vividas no passado. De certa forma, tem-se aqui dois tipos de exemplo de duas teorias opostas. O primeiro grupo corresponderia à teoria da actividade (Papalia & Olds, 1995), ao passo que Clementina à teoria do desligamento (Cumming & Henry, 1961, cit por Coleman & O'Hanlon, 2004), e, de certa forma, à gerotranscendência (Törnstaam, 1997, 2003), o que faz ainda mais sentido quando se toma em conta que ela é a única na quarta-idade. Porém, estes paralelos são altamente especulativos e o que se deve reter é a importância de considerar as diferenças entre terceira e quarta-idade em qualquer estudo do envelhecimento, bem como a diversidade de comportamentos e perspectivas que conduzem a um envelhecimento de sucesso.

Em todas as histórias narradas por mulheres, emergiu a categoria “condição da mulher”. É significativo que, para todas as participantes, tenha ocorrido um período muito difícil em que tinham que coordenar o trabalho com a educação do(s) filho(s). Não foi realizada nenhuma narração por uma mulher que não trabalhasse, parecendo que o acumular das funções de “mãe” com um trabalho era extremamente exigente para as mulheres, testando ao máximo os seus recursos e capacidade de adaptação. A categoria “profissão/trabalho” mostrava esta diferença, verificando-se ser um tema central nas narrativas masculinas, mas de menor importância nas femininas, onde a prioridade era dada à maternidade.

Talvez por não terem sido processos de recolha muito extensos, talvez também pela diferença de idade face ao entrevistador e pelo contexto geracional, as relações românticas foram as temáticas menos abordadas pelos sujeitos, que mostraram algum pudor em falar delas. Pelos mesmos motivos a sexualidade esteve ainda mais ausente dos relatos, sendo alvo de algumas menções mas nunca de análise e detalhe.

Quanto às categorias baseadas na teoria de McAdams (1993), verificou-se que a sua análise permite obter uma visão do desenvolvimento do sujeito. Relacionando as várias

categorias com as características dos narradores, notou-se uma correspondência entre um tom narrativo otimista com um BES elevado, e do tom narrativo pessimista com um BES reduzido, o que não é surpreendente. Outro paralelo entre o BES e as categorias de McAdams era relativo à generatividade, sendo os dois sujeitos de reduzido BES, Pedro e Maria, os com mais dúvidas generativas. Pedro não teve filhos e fala de forma ambígua sobre os frutos do seu trabalho. Maria tem apenas um filho, que é esquizofrênico e está na meia-idade, sendo pouco provável que venha a ter filhos. Todos os sujeitos de elevado BES têm netos e estão orgulhosos do seu trabalho.

Ainda em relação às categorias de McAdams (1993), verificou-se que nas histórias narradas por mulheres a linha temática favorecida foi a comunhão, ao passo que nos homens domina, com a exceção de Pedro, a iniciativa. Mas, mais importante que estas correspondências, é o quadro global que é apresentado em relação a cada história de vida. McAdams (1993) vê as narrativas que as pessoas contam sobre elas mesmas como a elaboração de mitos pessoais que criam e definem a identidade. Se o resumo de vida apresentado no início de cada história pretende, na medida do possível, responder ao que fez o seu narrador, o recurso às análises de McAdams tentam, de forma modesta, responder à pergunta sobre quem é.

Acima de tudo, a análise das histórias de vida permitiu uma visão mais ampla do fenómeno do envelhecimento, e de como este representa a sequência última do desenvolvimento. Aos Modelos Preditores do Sucesso no Envelhecimento do Estudo 1, acrescentaram-se temas e contextos que o definem e enquadram. Mas, mais importante ainda, deu-se espaço à individualidade, abordando, mesmo que de forma modesta, o percurso único e singular dos sujeitos. Embora apenas esboçadas as vidas e identidades de seis adultos idosos, pôde-se constatar a riqueza, pluralidade, e complexidade do desenvolvimento. Não é a obrigação central da ciência celebrar a diversidade da experiência humana, tarefa melhor realizada pelas artes. Porém, ela surge em todo o seu esplendor nas histórias apresentadas. As narrativas passaram pelo campo e pela cidade, por Portugal e pelo estrangeiro, pelo trabalho no campo e pelo mundo académico, por sanatórios, bailes de província, termas, incêndios, universidades. Envolveram exílios, migrações, casamentos, divórcios, mortes. Houve similaridades e diferenças nas histórias. Se a identidade é a história que contamos de nós mesmos, então o envelhecimento é o último capítulo. Qualquer investigador que o aborde sem considerar o percurso desenvolvimental do sujeito, corre o mesmo risco que um leitor que leia

apenas o último capítulo dum livro. Pode até perceber parte da história e saber como esta acaba, mas dificilmente acederá ao seu sentido.

Conclusão

Uma das principais conclusões a retirar deste estudo não se prende com os resultados em si, mas com o processo de realização do estudo. Os adultos idosos constituem, por motivos reiteradamente enunciados ao longo desta tese, um grupo especial. Qualquer abordagem que não note as diferenças enormes entre eles e, por exemplo, os estudantes universitários, e transplante sem cuidado os procedimentos utilizados nos segundos para o estudo dos primeiros, estará destinada a falhar. Assim, cuidados na amostragem, na tradução e validação das provas e, talvez o principal, na sua aplicação serão essenciais aquando do estudo deste grupo populacional. Por vezes existem fraquezas das quais é preciso fazer forças. A enorme iliteracia dos adultos idosos portugueses (INE, 2002, 2007) torna necessária a aplicação de qualquer instrumento psicométrico através de uma entrevista. Além da morosidade intrínseca deste método acrescem as dificuldades de audição e compreensão do idoso (Diniz & Amado, 2008). No entanto, o contornar tais dificuldades traz consigo uma maior motivação e envolvimento dos participantes na tarefa.

Ainda falando de metodologia, é importante salientar a possibilidade e riqueza de uma dupla abordagem, nomotética e ideográfica, quantitativa e qualitativa. Esperamos ter mostrado que o recurso simultâneo a modelos de equações estruturais e a histórias de vida, permitiu criar um quadro mais detalhado do envelhecimento, bem como indicou novos caminhos a serem explorados. Cremos que a complementaridade destes métodos é especialmente importante em temas como o envelhecimento, cujo estudo é relativamente recente e onde se está longe de chegar a uma visão consensual.

Como a nossa amostra não incluiu sujeitos institucionalizados, medicados para a depressão e dementes, as conclusões devem ser lidas à luz destas limitações. Tal não implica, naturalmente, que os adultos idosos deprimidos e dementes não são passíveis de estudo, assim como os institucionalizados, antes que mais cuidados ainda devem ser tomados em relação ao estudo destes grupos de sujeitos.

Nas secções relativas à discussão de cada estudo foram já tocados os aspectos mais específicos dos mesmos. Vamos, pois, agora, cingir-nos às conclusões globais.

A diferença entre terceira e quarta-idade mostrou, mais uma vez, ser fulcral para entender o envelhecimento (Baltes & Smith, 2003), não só pela pertença à terceira-idade ser boa preditora do Bem-estar total, mas por estar também relacionada com uma menor experiência de Afectos Negativos. Acresce que a idade do sujeito influencia também a

sua Força da Fé, com os sujeitos da quarta-idade a mostrarem maiores níveis da mesma. Nas histórias de vida, os dois sujeitos na quarta-idade apresentaram um quotidiano bem menos activo do que a maior parte dos sujeitos da terceira-idade, bem como mencionaram mais a morte.

Como é sabido e patente na literatura, o envelhecimento é mais difícil para as mulheres (Smith & Baltes, 1998), provavelmente devido ao efeito selectivo que ocorre sobre os homens. Posto de forma crua, poder-se-ia dizer que se as mulheres vencem nos números (demografia e esperança média de vida), os homens vencem na qualidade. Também neste estudo tal foi demonstrado, com os homens possuindo maior Sabedoria, maior Bem-estar total e menor experiência de Afectos Negativos. Nas histórias de vida verificou-se que em todas as mulheres entrevistadas ocorreu um período muito difícil, onde tiveram de conciliar o trabalho com a educação dos filhos.

Apesar dos estudos revistos no capítulo do BES onde se mostra que o dinheiro não traz felicidade (Gilbert, 2007; Lyubomirsky, 2008; Myers, 2000), quando comparamos adultos idosos de grupos extremos atendendo não só à condição financeira mas à posição social, coloca-se alguma dúvida sobre essa certeza. Os sujeitos da posição social elevada revelaram maior uso de comportamentos SOC, maiores níveis de Força da Fé, maior Bem-estar total e maior Bem-estar positivo. As diferenças em relação ao BES podem ser em parte explicadas pelas dificuldades de muitos dos sujeitos da posição social mais baixa. De facto, grande parte das conclusões sobre a felicidade, incluindo as que negligenciam a importância do dinheiro para esta, reportam-se a sujeitos que não sofrem qualquer tipo de privação e têm todas as suas necessidades materiais satisfeitas, salvo raras excepções (Biswas-Diener & Diener, 2001). Ora, muitos sujeitos do nosso estudo, tal como muitos adultos idosos em Portugal sofrem dificuldades económicas que afectam o seu bem-estar. De facto, os sujeitos que narraram a sua história de vida e pertenciam à posição social mais baixa, falam de uma infância de pobreza e dificuldade, embora estas já não sejam patentes na actualidade.

Quanto à Fé verificou-se a importância de se utilizar medidas que vão além do registo da religião do sujeito, ou se este é ou não praticante (Coleman & O'Hanlon, 2004). Assim, o recurso a uma medida da Força da Fé religiosa (Plante et al., 2002) permitiu verificar que esta é muito determinada pela condição sócio-demográfica, com as mulheres, os sujeitos da quarta-idade e os sujeitos mais diferenciados (provavelmente por contarem com uma menor proporção de não praticantes) a mostrarem maior Força da Fé. Se dúvidas houvessem quanto à utilidade de se medir constructos associados à

religião, fé e espiritualidade, estas foram esclarecidas pelo bom desempenho da Força da Fé como preditor do bem-estar global, e por a sua presença implicar menor frequência de afectos negativos. Pelo que se verificou nas histórias de vida, a eficácia da Fé na promoção do BES parece ser maior quanto menos ambígua é a relação do sujeito com a mesma. Surgiram, também, relatos de vivências espirituais ou filosóficas alternativas à Fé religiosa.

Os comportamentos SOC, apesar de medidos apenas por seis itens, foram os melhores preditores do Bem-estar global e do Bem-estar positivo. Também nas histórias de vida surgiram descrições destes comportamentos, tendo-se verificado a sua importância ao longo do desenvolvimento.

A Sabedoria (Webster, 2003) mostrou poder ser medida, embora não sem dificuldades. Revelou-se também um constructo muito próprio, apenas ligeiramente predito pelo género, mas bom preditor do Bem-estar global e do Bem-estar positivo, e difícil de observar nas histórias de vida.

Verificou-se, ainda, a validade e utilidade das provas utilizadas no estudo do sucesso no envelhecimento. Foi também de grande utilidade a separação do BES entre Bem-estar positivo e Afectos Negativos pois permitiu a destrição das relações entre as demais variáveis dos Modelos Preditores do Sucesso no Envelhecimento testados.

Apreciando mais detalhadamente os resultados obtidos nas histórias de vida, elas mostraram a importância do estudo do significado e congruência que os sujeitos encontram na sua vida, tendo-se verificado que, tão importante como os eventos e experiências vividas pelo sujeito, é o sentido que lhes atribui, mostrando mais uma vez a primazia do subjectivo sobre o objectivo. Quase se poderia afirmar que o estudo das histórias de vida em adultos idosos é também um estudo do destino, ou, usando um termo mais propício à realidade portuguesa, do fado pessoal.

A posse, planeamento e perseguição de objectivos mostraram-se aspectos importantes de promoção do bem-estar, bem como a capacidade de exercer controlo sobre o ambiente. Contudo, a natureza dos objectivos, os recursos disponíveis para os alcançar e os obstáculos no seu caminho, mostraram estar, até certo ponto, determinados pelo contexto social e cultural dos sujeitos. Algumas histórias revelaram envelhecimentos activos, com diversificação de caminhos desenvolvimentais e adesão a variadas actividades. Não obstante, o sucesso no envelhecimento mostrou poder ser alcançado por outro tipo de postura, mais passiva. Esta parte de uma perspectiva positiva e optimista (porque não chamar-lhe *joie de vivre?*), acompanhada, ou não, de

um distanciamento da vida do dia-a-dia e de um maior enfoque em questões transcendentais. Verificou-se também que a velhice pode ser um período extremamente criativo e recompensador para os que a vivem, tal como pode ser fonte de angústia, pela diminuição de capacidades mas também pela proximidade da morte.

As categorias de McAdams (1993, 1996) mostraram-se úteis na análise das histórias de vida. Nelas esteve patente a importância da narração na construção da identidade, bem como a forma como a(s) história(s) que os adultos idosos contam constituem tentativas, conseguidas ou falhadas, de encontrar um significado e uma congruência para o que viveram. Destacamos o tom narrativo e a generatividade e reminiscência. O primeiro mostrou uma relação próxima com o BES, com os sujeitos de baixo BES a assumirem um tom pessimista e os de elevado BES um tom optimista. A generatividade e reminiscência, temas essenciais no envelhecimento, demonstraram a importância do legado da vida, associado à generatividade, sendo a velhice o período, por excelência, onde se tenta a ligação dum passado que não pode mais ser emendado à herança deixada para o futuro.

Como vimos, existem diferentes caminhos para o sucesso no envelhecimento. Qualquer visão que se reporte apenas a um deles constitui um erro grave. Observou-se também, através da análise das histórias de vida, que a velhice não é uma fase à parte, vivida num limbo, mas o período último da vida do sujeito, imensamente determinado pelo que este viveu antes. Uma perspectiva desenvolvimental é, por conseguinte, essencial.

Estando já realizada a selecção das principais conclusões, apresentamos formas de otimizar novos estudos sobre o envelhecimento e compensar as deficiências e limites dos por nós realizados.

Uma vez que o trabalho lidou apenas com sujeitos pertencentes a posições sociais extremas, é importante a replicação do estudo para sujeitos de todas as posições sociais, procedendo, claro, às necessárias alterações para que tal seja possível. Outra limitação da nossa amostra foi o desta integrar apenas sujeitos de meio urbano. Como é sabido, existem diferenças importantes, para a experiência do envelhecimento, entre meio urbano e rural (Paúl et al., 2003), pelo que se recomendaria o teste dos modelos de sucesso no envelhecimento e a realização de histórias de vida em adultos idosos de meio rural.

Quanto aos instrumentos, deve-se continuar o seu processo de validação, com amostras maiores e mais representativas, para que em futuros testes do modelo sejam

utilizadas estruturas factoriais validadas para a população adulta idosa portuguesa (v.d. Amado & Diniz, 2008a,b; Diniz et al., 2008).

A Força da Fé religiosa mostrou-se uma variável útil, mas será interessante a separação entre praticantes e não praticantes em futuros modelos, bem como recorrer a instrumentos que se reportem também ao sentido, significado e coerência da vida, mas que sejam não religiosos, pois observou-se, nas histórias de vida, que os sujeitos não religiosos são capazes de encontrar sentido e significado para a vida fora da esfera da religião. Existe, assim, outros campos a explorar, destacando-se o da vivência duma espiritualidade não religiosa.

A Sabedoria mostrou quase tantas dificuldades em ser medida como os autores têm tido em a definir. São necessários mais estudos de validação da prova utilizada (Webster, 2003), e uma reflexão cuidada sobre o papel do humor, que a nós nos pareceu supérfluo para uma conceptualização da sabedoria. Isto, porque é o único aspecto da conceptualização de Webster que não tem paralelo nas abordagens à Sabedoria e, também, porque não se verificou nas histórias de vida umnexo causal entre o humor e o BES. O recurso a outras formas de medir a Sabedoria, como a utilização da resolução em voz alta de dilemas de vida (Baltes & Staudinger, 2000) deve ser equacionado, embora seja um método muito exigente e laborioso, quer para os investigadores quer para os participantes. A unidimensionalidade do modelo da Sabedoria não permitiu o estudo da influência das diferentes componentes da mesma no BES. É possível que o seu papel seja diverso, podendo, por exemplo, a reminiscência e a regulação emocional, ter um papel mais importante para o sucesso no envelhecimento, do que a abertura e a experiência de vida.

Os comportamentos SOC surgiram, como já foi referido, como o melhor preditor do BES mesmo apesar de se ter utilizado para a sua medição a versão reduzida do questionário SOC (Freund & Baltes, 1998). O passo imediato a dar é a validação do questionário original, com 46 itens (Freund & Baltes, 2002), até porque este permite a distinção entre os efeitos da selecção electiva, da selecção baseada em perdas, da optimização e da compensação. Existem outros constructos relacionados com a hierarquização de objectivos e atribuição de recursos. Embora a meta-teoria da selecção, optimização e compensação nos pareça a conceptualização mais promissora, teorias como a da selectividade emocional (Carstensen & Mikels, 2005; Löckenhoff & Carstensen, 2004) ou a teoria da acção e controlo pessoal (Brandtstätter & Greve, 1994; Brandtstätter & Renner, 1990), podem ser exploradas, e testada a operacionalização dos

seus constructos em adultos idosos portugueses. Acresce que, o tipo de controlo sobre o ambiente (Heckhausen & Schultz, 1995) foi avaliado apenas nas histórias de vida, mas pareceu promissor, já que surgiu com relevo em quase todos os relatos, parecendo importante a transição do controlo primário para secundário com a entrada para a quarta-idade. A adaptação ou criação de instrumentos que possam medir este constructo é, indubitavelmente, um caminho a percorrer.

As variáveis de caracterização utilizadas (género, posição social e terceira quarta-idade) confirmaram-se como variáveis relevantes no envelhecimento. Verificou-se que o trio comportamentos SOC, Força da Fé e Sabedoria estava relacionado com o BES, parecendo cada uma destas três variáveis agir de forma exclusiva. Não obstante, além das variáveis mencionadas, existem muitas outras cujo estudo, numa perspectiva psicológica, nos parece importante para uma visão mais aprofundada do envelhecimento. Enunciamos apenas algumas delas: a saúde subjectiva, a auto-eficácia, as relações sociais, a solidão, a esperança, estado civil, ou a personalidade.

Quanto às histórias de vida, além das recomendações já realizadas aquando da sua discussão, sugerimos que sejam mais utilizadas no estudo do envelhecimento. Dado o objectivo do trabalho, estudámos apenas alguns sujeitos com características especiais (elevada ou baixa posição social), mas seria frutuoso estudar todo o tipo de sujeitos, incluindo os pertencentes a posições sociais não incluídas na nossa amostra. Por motivos de tempo, optou-se, no estudo qualitativo, por estudar apenas grupos extremos em relação ao BES, ficando por analisar as histórias de vida de adultos idosos com níveis intermédios de BES.

Seria também relevante estudar o efeito da realização das histórias de vida no bem-estar dos sujeitos. Episódios pontuais, bem como teorizações como a de McAdams (1993, 1996), de Butler (1963) e dos estudiosos da revisão de vida e da reminiscência (vd. Webster & Haight, 2002), indicam que é desejo de muitos adultos idosos a realização da revisão de vida perante um observador para, entre outros objectivos, redefinir uma última vez a sua história e assim demarcar a sua identidade, “atar pontas soltas”, e deixar um testemunho/legado. Em tal estudo, teria que estabelecer-se um grupo controlo, padronizar a recolha das histórias de vida e recolher um número suficiente destas para os testes estatísticos adequados. Dada a dificuldade de tais procedimentos, não é surpreendente que existam muito poucos estudos na literatura que o façam (vd. Bohlmeijer, Smit, & Cuijpers, 2003). Não obstante, a realização de estudos desta natureza seria certamente proveitosa.

Apesar de o recurso às histórias de vida permitir, de certa forma, aceder a uma perspectiva longitudinal, continuam a ser necessários estudos longitudinais para uma melhor compreensão do envelhecimento. Julgamos que, principalmente a nível da transição da terceira para a quarta-idade, seria proveitoso investigar a evolução das variáveis contidas nos modelos de sucesso no envelhecimento.

Quanto às possíveis intervenções para a melhoria do sucesso no envelhecimento, a principal conclusão desta tese é de que devem ter em conta a individualidade dos adultos idosos. Não ter só em conta a sua saúde e recursos materiais, mas atender a uma série de variáveis, como os recursos sociais, capacidades cognitivas, género, sabedoria, fé, e mesmo o percurso de vida do adulto idoso. Porque, como reiterámos vezes sem conta, cada sujeito tem diferentes prioridades, objectivos, estratégias, e há, pois, que compreender quais as forças e fraquezas de cada um e agir em conformidade.

Apesar do referido, intervenções favorecendo os comportamentos SOC, ou promovendo a Sabedoria (Goldberg, 2005; Sternberg, 2003), terão, em princípio, um efeito benéfico na maioria dos adultos idosos. A importância da narrativa no envelhecimento, e a possibilidade que oferece para uma integração do Ego, leva-nos a crer que, como já referido, a realização de grupos de reminiscência (Nomura, 2002) e a revisão de vida acompanhada (Kunz, 2002; Shaw & Westwood, 2003), pareçam, também, intervenções promissoras.

Existem, pois, várias áreas e formas de intervenção (vd. Lima, 2004). São necessários estudos futuros que avaliem o efeito dos diferentes tipos de intervenção, bem como a construção de elementos de diagnóstico que permitam identificar, em relação a cada adulto idoso, que tipo de intervenção será mais adequada.

Em síntese, o debate sobre o sucesso no envelhecimento gera uma abundância de variáveis e possibilidades, encontrando-se a investigação sobre este, ainda, na sua infância. O conhecimento sobre o envelhecimento é como um mapa medieval onde a maior parte do espaço é *terra incognita*. Progressivamente, o acumular de estudos e investigações, levará à selecção das variáveis mais importantes, à integração dos conhecimentos e construção de teorias organizadoras, bem como à elaboração de intervenções cada vez mais eficazes.

Nota Final

Os adultos idosos e o envelhecimento têm sido alvo, ao longo da história, das mais contrastantes e diversas perspectivas, atitudes, tratamentos (Minois, 1999). Embora hoje em dia se esteja longe de se expulsar os mais idosos, como em algumas sociedades antigas, mas também de os apelar de anciões e os eleger como governantes, como em outras, existe uma tendência para ver debaixo de rostos que as rugas fazem mais semelhantes que os dos jovens, uma similaridade que não existe. Mesmo no seio dos gerontologistas, a tentação de prescrever verdades absolutas sobre a velhice é muito forte e frases axiomáticas como “a velhice é o período em que...” correm o risco de tanto se aplicarem com sucesso a muitos adultos idosos, como falhar redondamente em relação a muitos outros. Como se pôde observar o envelhecimento é multideterminado e multidireccional. Para alguns, libertos dos constrangimentos e responsabilidades da vida profissional, é um período de criação e actividade, enquanto que para outros, se traduz por sofrimento e angústia. Existem, claro, factos comuns a todos os idosos, como a decadência física (perda de visão, aumento de doenças crónicas), a proximidade da morte ou uma sociedade que tanto os pode percepcionar quer como sábios quer como empecilhos. Mas, mesmo a forma como se lida com estes factos varia muito, espelhando a individualidade dos adultos idosos.

Vimos, especialmente nas histórias de vida, muitos exemplos dessa individualidade. Vimos que uma condecoração pode ser motivo de ironia e de orgulho. Que a doença pode ser um obstáculo intransponível ou apenas mais uma dificuldade a ser ultrapassada. Que uma revolução pode ser fonte de regalias e a causa de saneamento. Que a religião pode oferecer consolo, ser indiferente ou constituir motivo de curiosidade intelectual. Que o envelhecimento pode ser uma altura de satisfação, de medo, de doença. Que pode constituir uma oportunidade para viajar, para estudar, para passar mais tempo com a família. Que pode ser motivo de julgamento social negativo, de perda de vitalidade, de medo da cegueira e do internamento. Que pode trazer uma aceitação do percurso vivido ou dúvidas sobre o sentido e o significado deste. Que pode trazer orgulho na vida vivida, mas também arrependimento e remorso.

Procurámos, ao longo deste trabalho, contribuir para um mapa do envelhecimento que tome em conta as diversidades e as semelhanças dos adultos idosos. Uma das imagens que deles se tem, é a de que são os que ficam para trás, que as novas gerações ultrapassam e facilmente esquecem. Mas uma outra imagem é também possível. A de

que são os adultos idosos que vão à frente, que estão adiantados no caminho da vida, do desenvolvimento. Já passaram pelos locais que as gerações mais novas atravessam, e possuem informação valiosa sobre os perigos e dificuldades que os povoam. Navegam agora em águas (quase) nunca dantes navegadas e aproximam-se, em barcos que sofreram o desgaste do tempo e dos mares, barcos que podem naufragar a qualquer momento, desse Cabo Bojador, desse Adamastor que é a morte. Ganharíamos todos, os velhos de hoje, de amanhã e depois, em fazer o melhor mapa possível para essa viagem.

Referências

- Albuquerque, I., & Lima, M. P. (2007). *Personalidade e bem-estar subjetivo: Uma abordagem com os projectos pessoais*. Acedido em 15 Janeiro, 2008, em <http://www.psicologia.com.pt/artigos/textos/A0373.pdf>
- Allen, R. O., & Spika, B. (1967)[§]. Committed and consensual religion: A specification of religion-prejudice relationships. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 6, 191-206.
- Allport, G. W. (1962). The general and the unique in psychological science. *Journal of Personality*, 30, 405-422.
- Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5 (4), 432-443.
- Amado, N. (2007, Julho). Adaptação para adultos idosos portugueses da *Positive and Negative Affect Schedule*. In A. M. Diniz (Coord.), *Problemas na adaptação de questionários para adultos idosos*. Mesa Redonda conduzida no III Congresso Brasileiro de Avaliação Psicológica e XII Conferência Internacional de Avaliação Psicológica: Formas e Contextos, João Pessoa, PB, Brasil.
- Amado, N. & Diniz, A. M. (2008a). *Validade de critério de uma escala baseada na PANAS*. Manuscrito em preparação.
- Amado, N. & Diniz, A. M. (2008b). Estrutura factorial e poder discriminativo do Questionário da Força da Fé Religiosa de Santa Clara (versão reduzida) numa amostra de adultos idosos [CD-ROM]. In A. P. Noronha, C. Machado, L. S. Almeida, M. Gonçalves, S. Martins & V. Ramalho (coord.), *Actas da XIII Conferência Internacional de Avaliação Psicológica: Formas e Contextos*. Braga: Psiquilíbrios.

[§] Referência indirecta.

- Amado, N., Diniz, A. M., & Costa, J. C. (2008). *How a PANAS-based affect measure works in Portuguese old-adults*. Manuscript submitted for publication.
- Amado, N., Diniz, A. M., & Martins, M. (2006). Estudo preliminar da adaptação portuguesa para idosos do *Selection, Optimization and Compensation Questionnaire (Short Version)*. In C. Machado, L. S. Almeida, M. Gonçalves, M. A. Guisande, & V. Ramalho (Orgs.), *Actas da XI Conferência Internacional de Avaliação Psicológica: Formas e Contextos* (pp. 215-222). Braga: Psiquilíbrios.
- Ardelt, M. (2003). Empirical assessment of a Three-Dimensional Wisdom Scale. *Research on Aging, 25* (3), 275-324.
- Ardelt, M. (2004). Wisdom as expert knowledge system: A critical review of a contemporary operationalization of an ancient concept. *Human Development, 47*, 257-285.
- Atkinson, R., & Flint, J. (2001). Accessing hidden and hard-to-reach populations: Snowball research strategies. *Social Research Update, 33*. Retrieved January 15, 2004, from <http://www.soc.surrey.ac.uk/sru/SRU33.html>
- Bakan, D. (1996). *The duality of human existence: Isolation and communion in Western man*. Boston: Beacon Press.
- Baltes, P. B. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology, 23* (5), 611-626.
- Baltes, P. B. (1997). On the incomplete architecture of human ontogenesis: Selection, optimization, and compensation as foundations of developmental theory. *American Psychologist, 52* (4), 366-380.
- Baltes, P. B. (2003). Extending longevity: Dignity gain - or dignity drain? *Max Planck Research, 3*, 15-19.

- Baltes, P. B. (2004). *Wisdom as orchestration of mind and virtue*. Retrieved November 18, 2004, from http://www.mpib.berlin.mpg.de/dok/full/baltes/orchestr/wisdom_compl.pdf
- Baltes, P. B., & Kliegl, R. (1992). Further testing of the limits of cognitive plasticity: Negative age differences in a mnemonic skill are robust. *Developmental Psychology*, 28 (1), 121-125.
- Baltes, P. B., & Mayer, K. U. (Eds.). (1999). *The Berlin Aging Study: Aging from 70 to 100*. New York: Cambridge University Press.
- Baltes, P. B., & Singer, T. (2001). Plasticity and the aging mind: An exemplar of the biocultural orchestration of brain and behavior. *European Review*, 9 (1), 59-76.
- Baltes, P. B., & Smith, J. (1997). A systemic-wholistic view of psychological functioning in very old-age: Introduction to a collection of articles from the Berlin Aging Study. *Psychology of Aging*, 12, 395-409.
- Baltes, P. B., & Smith, J. (2003). *New frontiers in the future of aging: From successful aging of the young old to the dilemmas of fourth age*. Retrieved January 13, 2004, from <http://www.valenciaforum.com>
- Baltes, P. B., & Staudinger, U. M. (2000). Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American Psychologist*, 55 (1), 122-136.
- Baltes, P. B., Staudinger, U. M., & Lindenberger, U. (1999). Lifespan psychology: Theory and application to intellectual functioning. *Annual Review of Psychology*, 50 (1), 471-507.
- Baltes, P. B., Baltes, M. M., Freund, A. M., & Lang, F. (1999). *The measurement of selection, optimization and compensation (soc) by self report: Technical report 1999*. Berlin: Max-Planck-Institut für Bildungsforschung. Retrieved March 20, 2006, from <http://edoc.mpg.de/236681>

- Baltes, P. B., Staudinger, U. M., Maercker, A., & Smith, J. (1995). People nominated as wise: A comparative study of wisdom related knowledge. *Psychology and Aging, 10* (2), 155-166.
- Barkow, J. H., Cosmides, L., & Tooby, J. (Eds.) (1992). *The adapted mind: Evolutionary psychology and the generation of culture*. New York: Oxford University Press.
- Barresi, J. & Juckes, T. J. (1997). Personology and the narrative interpretation of lives. *Journal of Personality, 65* (3), 693-719.
- Beauducel, A., & Wittmann, W. W. (2005). Simulation study on fit indexes in CFA based on data with slightly distorted simple structure. *Structural Equation Modeling, 12* (1), 41-75.
- Becker, H. (1966). Introduction. In C. R. Shaw, *The Jack Roller: A delinquent boy's own story* (pp. 5-17). Chicago: University of Chicago Press.
- Bennett, K. M. (2005). Psychological wellbeing in later life: The longitudinal effects of marriage, widowhood and marital status change. *International Journal of Geriatric Psychiatry, 20* (3), 280-284.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indices in structural models. *Psychological Bulletin, 107* (2), 238-246.
- Bentler, P. M. (2007). On tests and indices for evaluating structural models. *Personality and Individual Differences, 42* (5), 825-829.
- Birren, J., & Schroots, J. (1996). History, concepts, and theory in the psychology of aging. In J. Birren & K. W. Schaie (Eds.), *Handbook of the psychology of aging* (4 ed, pp. 3-23). San Diego: Academic Press.
- Biswas-Diner, R., & Diener, E. (2001). Making the best of a bad situation: Satisfaction in the slums of Calcutta. *Social Indicators Research, 55* (3), 329-352.

- Bohlmeijer, E., Smit, F., & Cuijpers, P. (2003). Effects of reminiscence and life review on late-life depression: A meta-analysis. *International Journal of Geriatric Psychiatry, 18*, 1088-1094.
- Bowling, A., Banister, D., Sutton, S., Evans, O., & Windsor, J. (2002). A multidimensional model of the quality of life in older age. *Aging and Mental Health, 6* (4), 355-371.
- Brandtstädter, J., & Greve, W. (1994). The aging self: Stabilizing and protective processes. *Developmental Review, 14* (1), 52-80.
- Brandtstätter, J., & Renner, G. (1990). Tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment: Explication and age-related analysis of assimilative and accommodative strategies of coping. *Psychology and Aging, 5* (1), 58-67.
- Brandtstädter, J., Rothermund, K., & Schmitz, U. (1997). Coping resources in later life. *European Journal of Applied Psychology, 47* (2), 107-114.
- Brickman, P., & Campbell, D. T. (1971). Hedonic relativism and planning the good society. In M. H. Appley (Eds.), *Adaptation-level theory* (pp. 287-301). New York: Academic Press.
- Brickman, P., Coates, D., & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology, 36* (8), 917-927.
- Brofenbrenner, U., & Evans, G. W. (2000). Developmental Science in the 21st Century: Emerging questions, theoretical models, research designs and empirical findings. *Social Development, 9* (1), 115-125.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen, & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136-162). London: SAGE.

- Bruner, J. (1986). *Actual minds, possible words*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bruner, J. (1990). *Acts of meaning*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bruner, J. (2004). Life as narrative. *Social Research*, 71 (3), 691-710.
- Burgess, R. C. (1997). *A pesquisa no terreno: Uma introdução*. Oeiras: Celta.
- Busse, E. W. (1969). Theories of aging. In E. W. Busse & E. Pfeiffer (Eds.), *Behaviour and adaptation in later life* (pp. 11-32). Boston: Little Brown.
- Butler, R. N. (1963). The life review: An interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry*, 26, 65-76.
- Capra, F. (Director) (1946). *It's a wonderful life* [Motion Picture]. United States: Liberty Films.
- Carnes, B. A., & Olshansky, S. J. (2007). A realist view of aging, mortality, and future longevity. *Population and Development Review*, 33 (2), 367-381.
- Carstensen, L. L. (1991). Selectivity theory: Social activity in life-span context. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 11, 195-217.
- Carstensen, L. L., & Mikels, J. A. (2005). At the intersection of emotion and cognition: Aging and the positivity effect. *Current Directions in Psychological Science*, 14 (3), 117-121.
- Carvalho, G. J., & Diniz, A. M. (2008). Adaptação da *Revised Death Anxiety Scale (RDAS)* para adultos idosos portugueses [CD-ROM]. In A. P. Noronha, C. Machado, L. S. Almeida, M. Gonçalves, S. Martins & V. Ramalho (coord.), *Actas da XIII Conferência Internacional de Avaliação Psicológica: Formas e Contextos*. Braga: Psiquilíbrios.

- Cattell, K. B. (1971). *Abilities: Their structure, growth, and action*. Boston: Houghton Mifflin.
- Cerrato, I. M., & Trocóniz, M. I. F. (1998). Successful aging: But, why don't the elderly get more depressed? *Psychology in Spain*, 2 (1), 27-42.
- Cohen, A. B., & Koenig, H. G. (2003). Religion, religiosity and spirituality in the biopsychosocial model of health and ageing. *Ageing International*, 28 (3), 215-241.
- Cohen, S. (1988). Psychosocial models of the role of social support in the etiology of physical disease. *Health Psychology*, 7 (3), 269-297.
- Coleman, P. G., & O'Hanlon, A. (2004). *Ageing and development*. New York: Oxford University.
- Coleman, P. G., Ivani-Chalian, C., & Robinson, M. (1999). Self and identity in advanced old age: Validation of theory through longitudinal case analysis. *Journal of Personality*, 67 (5), 819-849.
- Cólon, A. L., Callies, M. K., Popkin, M. K. & McGlave, P. B. (1991). Depressed mood and other variables related to bone marrow transplantation survival in acute leukaemia. *Psychosomatics*, 32, 420-425.
- Costa, J. C. (2005). *Ansiedade face à morte em idosos: Influência de variáveis sócio-económicas e do bem-estar subjectivo*. Tese de mestrado não publicada, Instituto Superior de Psicologia Aplicada, Lisboa.
- Costa, J. C., Diniz, A. M., & Barrambana, R. (2004). Validação da versão portuguesa da *Revised Philadelphia Geriatric Center Morale Scale (PGCMS-R)*. In C. Machado, L. Almeida, M. Gonçalves & V. Ramalho (Orgs.), *Avaliação Psicológica. Formas e Contextos* (Vol. 10, pp. 546-550). Braga: Psiquilíbrios.

- Costa P. T., McCrae R. R., & Zonderman A. B. (1987). Environmental and dispositional influences on well-being: Longitudinal follow-up of an American national sample. *British Journal of Psychology*, 78 (3), 299-306.
- Cumming, E., & Henry, W. E. (1961)**. *Growing older: The process of disengagement*. New York: Basic Books.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1 (1), 16-29.
- Dawkins, R. (2002). *O Rio que saía do Eden*. Lisboa: Temas e Debates.
- De Castro, R. V., & Lima, L. C. (1987). Insucesso e selecção social na disciplina de português: O(s) discurso(s) dos professores – uma abordagem interdisciplinar. *Psicologia*, 5 (3), 299-310.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124 (2), 197-229.
- Dhani, M. K., & Ayton, P. (2001). Bailing and jailing the fast and frugal way. *Journal of Behavioral Decision Making*, 14, 141-168.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542-75.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness, and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55 (1), 34-43.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research. *Social Indicators Research*, 57, 119-169.

** Referência indirecta.

- Diener, E., & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7 (3), 181-185.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (2000a). Subjective emotional well-being. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp.325-337). New York: Guilford.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (2000b). Explaining differences in societal levels of happiness: Relative standards, need fulfilment, culture, and evaluation theory. *Journal of Happiness Studies*, 1 (1), 41-78.
- Diener, E., & Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (5), 926-935.
- Diener, E., & Seligman, M. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13 (1), 81-84.
- Diener, E., & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40, 189-216.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, 61 (4), 305-314.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2004). The evolving concept of subjective well-being: The multi-faceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187-219.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71-75.

- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*, 276-302.
- Diniz, A. M., & Almeida, L. S. (2006). Adaptação à Universidade em estudantes do primeiro ano: Estudo diacrónico da interacção entre o relacionamento com pares, o bem-estar pessoal e o equilíbrio emocional. *Análise Psicológica*, *24* (1), 29-38.
- Diniz, A. M., & Amado, N. (2008). *Questionnaire adaptation for old-adults: Technical and ethical issues*. Manuscript in preparation.
- Diniz, A. M., Amado, N., & Gouveia, J. (No prelo). Índice de Satisfação com a Vida (ISV). In C. Machado, L. S. Almeida, M. Gonçalves, & M. R. Simões (Eds.), *Provas Psicológicas em Portugal* (Vol. 4). Braga: SHO/APPORT.
- Douvan, E. (1996). Erik Erikson: Critical times, critical theory. *Child Psychiatry and Human Development*, *28* (1), 15-21.
- Durkin, K. (1995). *Developmental social psychology: From infancy to old age*. Oxford: Blackwell.
- Ehrhardt, J. J., Saris, W. E., & Veenhoven, R. (2000). Stability of Life-satisfaction over Time. *Journal of Happiness Studies*, *1* (2), 177-205.
- Emery, E. E., & Pargament, K. I. (2004). The many faces of religious coping in late life: Conceptualization, measurement, and links to well-being. *Ageing International*, *29* (1), 3-27.
- Erikson, E. (1950). *Childhood and Society*. New York: W.W. Norton.
- Erikson, E. (1980). *Identity and the life cycle*. New York: W.W. Norton.
- Erikson, E. (1982). *The life cycle completed*. New York: W.W. Norton.

- Faust, D., & Ziskin, J. (1988). The expert witness in psychology and psychiatry. *Science*, *241*, 31-35.
- Feldman-Barrett, L., & Russell, J. A. (1998). Independence and bipolarity in the structure of current affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74* (4), 967-984.
- Fernandes, L. (2002). Um diário de campo nos territórios psicotrópicos: As facetas da escrita etnográfica. In T. H. Caria (Org.), *Experiência etnográfica em ciências sociais* (pp. 23-40). Porto: Edições Afrontamento.
- Ferriss, A. L. (2002). Religion and the quality of life. *Journal of Happiness Studies*, *3* (3), 199-215.
- Flannelly, K. J., Ellison, C. G., & Strock, A. L. (2004). Methodologic issues in research on religion and health. *Southern Medical Journal*, *97* (12), 1231-1241.
- Folstein, M. F., Folstein, S. E., & McHugh, P. R. (1975). Mini-Mental State Examination: A practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *Journal of Psychiatric Research*, *12* (3), 189-198.
- Fonseca, A. M. (2005). *Desenvolvimento humano e envelhecimento*. Lisboa: Climepsi.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, *18* (1), 39-50.
- Frankl, V. (1985). *Man's search for meaning*. New York: Pocket Books.
- Freund, A. M., & Baltes, P. B. (1998). Selection, optimization and compensation as strategies of life management: Correlations with subjective indicators of successful aging. *Psychology and Aging*, *13* (4), 531-543.

- Freund, A. M., & Baltes, P. B. (2002). Life-management strategies of selection, optimization, and compensation: Measurement by self-report and construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (4), 642-662.
- Frey, B. S., & Stutzer, A. (2002). What can economists learn from happiness research? *Journal of Economic Literature*, 40 (2), 402-435.
- Fujita, F. (1991)^{††}. *An investigation of the relation between extraversion, neuroticism, positive affect, and negative affect*. Unpublished masters thesis. University Illinois at Urbana-Champaign.
- Gardner, H. (1983). *Frames of Mind: The theory of multiple intelligences*. New York: Basic Books.
- Garvey, C. (1977). *Play*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Ghiglione, R., & Matalon, B. (1992). *Inquérito: Teoria e prática*. Oeiras: Celta.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Gilbert, D. (2007). *Stumbling on happiness*. London: Harper Perrenial.
- Goleman, D. (1996). *Inteligência emocional*. Lisboa: Círculo de Leitores.
- Goffman, E. (1976). *Presentation of self in everyday life*. London: Penguin Books.
- Goldberg, E. (2005). *The wisdom paradox: How your mind can grow stronger as your brain grow older*. London: Simon & Schuster.

^{††} Referência indirecta.

- Gouveia, J., Diniz, A. M., & Amado, N. (2006). Estudo preliminar da adaptação portuguesa para idosos do *Life Satisfaction Index A (LSI A)*. In C. Machado, L. S. Almeida, M. Gonçalves, M. A. Guisande, & V. Ramalho (Orgs.), *Actas da XI Conferência Internacional de Avaliação Psicológica: Formas e Contextos* (pp. 837-844). Braga: Psiquilíbrios.
- Green, D. P., Goldman, S. L., & Salovey, P. (1993). Measurement error masks bipolarity in affect ratings. *Journal of Personality and Social Psychology*, *64* (6), 1029-1041.
- Guerreiro, M., Silva, A. P., Botelho, M. A., Leitão, O., Castro-Caldas, A., & Garcia, C. (1994). Adaptação à população portuguesa da tradução do “Mini Mental State Examination” (MMSE). *Revista Portuguesa de Neurologia*, *1*, 9-10.
- Hambleton, R. K. (2001). The next generation of the ITC text translation and adaptation guidelines. *European Journal of Psychological Assessment*, *17* (3), 164-172.
- Hambleton, R. K. & Patsula, L. (1999). Increasing the validity of adapted tests: Myths to be avoided and guidelines for improving test adaptation practices. *Journal of Applied Test Technology*, *1* (1), 1-30.
- Harré, R. (1995). Discursive psychology. In J. A. Smith, R. Harré, & L. Van Langenhove (Eds), *Rethinking psychology* (pp. 143-159). London: SAGE.
- Havens, B. J. (1968). An investigation of activity patterns and adjustment in an aging population. *Gerontologist*, *8*, 201-206.
- Headey, B. W., & Wearing, A. J. (1989). Personality, life events and subjective well-being: Towards a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57* (4), 731-49.
- Heckhausen, J., & Schultz, R. (1995). A life-span theory of control. *Psychological Review*, *102* (2), 284-304.

- Helmes, E., Goffin, R. D., & Chrisjohn, R. D. (1998). Confirmatory factor analysis of the Life Satisfaction Index. *Social Indicators Research, 45* (1), 371-390.
- Heine, S. J., Takata, T., & Lehman, D. R. (2000). Beyond self-presentation: Evidence for self-criticism among Japanese. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26* (1), 71-78.
- Hill, P. C., & Pargament, K. I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality. *American Psychologist, 58* (1), 64-74.
- Hoare, C. H. (2005). Erikson's general and adult developmental revisions of Freudian thought: "Outward, forward, upward". *Journal of Adult Development, 12* (1), 19-31.
- Holt, R. R. (1962). Individuality and generalization in the psychology of personality. *Journal of Personality, 30*, 377-404.
- Hoover, K. (Ed.) (2004). *The future of identity: Centennial reflections on the legacy of Erik Erikson*. Oxford, U.K.: Lexington books.
- Horn, J. L. (1970). Organization of data on life-span development of human abilities. In L. R. Goulet, & P. B. Baltes (Eds.), *Life-span developmental psychology: Research and Theory* (pp. 423-466). New York: Academic Press.
- Hornblower, M. (1988, January 4). Gray power! *Time, 36-37*.
- Howard, G. S., Maerlender, A. C., Myers, P. R., & Curtin, T. D. (1992). In stories we trust: Studies of the validity of autobiographies. *Journal of Counseling psychology, 39* (3), 398-405.
- Hu, L. -T., & Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparametrized model misspecification. *Psychological Methods, 3* (4), 424-453.

- Hu, L. -T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indices in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling, 6* (1), 1-55
- Hu, L. -T., Bentler, P. M., & Kano, Y. (1992). Can test statistics in covariance structure analysis be trusted? *Psychological Bulletin, 112* (2), 351-362.
- Instituto Nacional de Estatística (2002). O envelhecimento em Portugal: Situação demográfica e socio-económica recente das pessoas idosas. *Revista de Estudos Demográficos, 32*, 187-207.
- Instituto Nacional de Estatística (2007). *Dia internacional do idoso*. Acedido em 16 Janeiro, 2008, em www.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=7398813&att_display=n&att_download=y
- Inglehart, R. (1990). *Culture shift in advance industrial society*. Princeton, NJ.: Princeton University Press.
- James, A., & Wells, A. (2003). Religion and mental health: Towards a cognitive-behavioural framework. *British Journal of Health Psychology, 8* (3), 359-376.
- Joiner, T.E., Sandin, B., Chorot, P., Lostao, L., & Marquina, G. (1997). Development and factor analytic validation of the PANAS among women in Spain: (More) cross-cultural convergence in the structure of mood. *Journal of Personality Assessment, 68* (3), 600-615.
- Jopp, D., & Smith, J. (2006). Resources and life-management strategies as determinants of successful aging: On the protective effect of selection, optimization and compensation. *Psychology and Aging, 21* (2), 253-265.
- Jöreskog, K. G. (1999). *How large can a standardized coefficient be?* Retrieved November 24, 2005, from <http://www.ssicentral.com/lisrel/techdocs>

- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1981). *LISREL V: Analysis of linear structural relationships by the method of maximum likelihood*. Chicago: National Educational Resources.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1993a). *PRELIS2: User's reference guide*. Chicago: Scientific Software International.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1993b). *LISREL8: Structural equation modeling with the SIMPLIS command language*. Chicago: Scientific Software International.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1996). *LISREL8: User's reference guide* (2nd ed.). Chicago: Scientific Software International.
- Jöreskog, K.G., & Sörbom, D. (2002). *LISREL8.53*. Chicago: Scientific Software International.
- Josselson, R., & Lieblich, A. (Eds.) (1993). *The narrative study of lives*. Newbury Park, CA: SAGE.
- Josselson, R., & Lieblich, A. (2002). A framework for narrative research proposals in psychology. In D. McAdams, R. Josselson, & A. Lieblich (Eds.), *Up close and personal: The teaching and learning for narrative research* (pp. 259-274). Washington DC: APA.
- Kahneman, D., & Krueger, A. B. (2006). Developments in the measurement of subjective well-being. *Journal of Economic Perspectives*, 20 (1), 3-24.
- Kahneman, D., & Tversky, A. (1984). Choices, values, and frames. *American Psychologist*, 39 (4), 341-350.
- Kercher, K. (1992). Assessing subjective well-being in the old-old: The PANAS as a measure of orthogonal dimensions of positive and negative affect. *Research on Aging*, 14 (2), 131-168.

- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (6), 1007-1022.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modelling* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Kim, U. H. C. Triandis, H. C., Kagitçibasi, Ç., Choi, S., & Yoon, G. (Eds.).(1994). *Individualism and Colectivism*. Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Kossuth, P. M., & Bengtson, V. L. (1988). Sociological theories of aging: Current perspectives and future directions. In J. E. Birren, & V. L. Bengtson (Eds.), *Emergent Theories of Aging* (pp. 333-355). New York: Springer Publishing Company.
- Krippendorff, K. (1980). *Content analysis: An introduction to its methodology*. Newbury Park, CA: SAGE.
- Kunz, J. A. (2002). Integrating reminiscence and life review techniques with brief, cognitive behavioural therapy. In J. D. Webster & B. K. Haight (Eds.), *Critical Advances in Reminiscence Work: From Theory to Application* (pp. 275-288). New York: Springer Publishing Company.
- Kunzmann, U., Little, T. D., & Smith, J. (2000). Is age related stability of subjective well-being a paradox? Cross-sectional and longitudinal evidence from the Berlin Aging Study. *Psychology and Aging*, 15 (3), 511-526.
- Lang, F. R., Featherman, D. L., Nesselroade, J. R. (1997). Social self-efficacy and short-term variability in social relationships: The MacArthur successful aging studies. *Psychology and Aging*, 12 (4), 657-666.
- Larsen, R. J., & Diener, E. (1992). Promises and problems with the circumplex model of emotion. In M. S. Clark (Ed.), *Review of Personality and Social Psychology: Emotion* (Vol. 13, pp. 25-59).

- Lawton, M. P. (1975). The Philadelphia Geriatric Center Morale Scale: A revision. *Journal of Gerontology: Psychological sciences and social sciences*, 30 (1), 85-89.
- Lee, A. Y., Aaker, J. L., & Gardner, W. L. (2000). The pleasures and pains of distinct self-construals: The role of interdependence in regulatory focus. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78 (6), 1122-1134.
- Lee, B. Y., & Newberg, A. B. (2005). Religion and health: A review and critical analysis. *Zygon*, 40 (2), 443-468.
- Legrand, M. (1992). L'approche biographique: Théorie, méthode, pratiques. *Análise Psicológica*, 10 (4), 499-514.
- Levinson, D., Darrow, C., Klein, E., Levinson, M., & Mckee, B. (1978). *The season's of a man's life*. New York: Alfred Knopf.
- Lewis, C. A., Shelvin, M., McGuckin, C., & Navrátil, M. (2001). The Santa Clara Strength of Religious Faith Questionnaire: Confirmatory factor analysis. *Pastoral Psychology*, 49 (5), 379-383.
- Li, K. Z. H., Hasher, L., Jonas, D., Rahhal, T. A., & May, C. P. (1998). Distractibility, circadian arousal, and aging: A boundary condition? *Psychology and Aging*, 13 (4), 574-583.
- Liang, J. (1984). Dimensions of the Life Satisfaction Index A: A structural formulation. *Journal of Gerontology*, 39 (5), 613-622.
- Lieblich, A., Tuval-Maschiach, R., & Zilber, T. (1998). *Narrative research: Reading, analysis and interpretation*. Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Lima, M. L., & Novo, R. (2006). So far so good? Subjective and social well-being in Portugal and Europe. *Portuguese Journal of Social Science*, 5 (1), 5-33.

- Lima, M. P. (2004). *Posso participar? Atividades de desenvolvimento pessoal para idosos*. Porto: Ambar.
- Löckenhoff, C. E., & Carstensen, L. L. (2004). Socioemotional selectivity theory, aging and health: The increasingly delicate balance between regulating emotions and making tough choices. *Journal of Personality*, 72 (6), 1395-1424.
- Lucas, R. E., & Fujita, F. (2000). Factors influencing the relation between extraversion and pleasant affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79 (6), 1039-1056.
- Lucas, R. E., Diener, E., Grob, A., Suh, E. M & Shao, L. (2000). Cross-cultural evidence for the fundamental features of extraversion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79 (3), 452-468.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7 (3), 186-189.
- Lyubomirsky, S. (2008). *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want*. New York: The Penguin Press
- Lyubomirsky, S., King, L. A., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131 (6), 803-855.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9 (2), 111-131.
- Marchand, H. (2002). Em torno do pensamento pós-formal. *Análise Psicológica*, 20 (2), 191-202.
- Marchand, H. (2003). *An overview of the psychology of wisdom*. Prometheus Research Group. Retrieved January 20, 2004, from <http://www.prometheus.org.uk/Files/Marchand/Marchandonwisdom.pdf>

- Marchand, H. (2005). *Psicologia do adulto e do idoso*. Coimbra: Quarteto.
- Mayer, K. U., Maas, I., & Wagner, M. (1999). Socioeconomic conditions and social inequalities in old age. In P. B. Baltes & K. U. Mayer (Eds.), *The Berlin Aging Study: Aging from 70 to 100* (pp. 227-255). New York: Cambridge University Press.
- McAdams, D. P. (1993). *The stories we live by: Personal myths and the making of the self*. New York: The Guilford Press.
- McAdams, D. P. (1996). Personality, modernity, and the storied self: A contemporary framework for studying persons. *Psychological Inquiry*, 7 (4), 295-321.
- McAdams, D. P., & Pals, J. L. (2006). A new Big Five: Fundamental principles for an integrative science of personality. *American Psychologist*, 61 (3), 204-217.
- McAdams, D. P., de St. Aubin, E. & Logan, R. L. (1993). Generativity among young, mid-life, and older adults. *Psychology and Aging*, 8 (2), 221-230.
- MacCallum, R. C., Roznowski, M., & Necowitz, L. B. (1992). Model modification in covariance structure analysis: The problem of capitalization on chance. *Psychological Bulletin*, 111, 490-504.
- McFadden, S. H. (1995). Religion and well-being in aging persons in an aging society. *Journal of Social Issues*, 51 (2), 161-175.
- McMahon, D. M. (2006). *Happiness: A history*. New York: Grove Press.
- Michalos, (1985). Multiple discrepancies theory (MDT). *Social Indicators Research*, 16, 347-413.
- Michalos (2007). *Education, happiness and well-being*. Retrieved July 12, 2007, from <http://www.oecd.org/dataoecd/22/25/38303200.pdf>

- Mill, J. S. (Trad. 2005). *Utilitarismo*. Gradiva: Lisboa.
- Miller, W. R., & Thoresen, C. E. (2003). Spirituality, religion, and health. An emerging research field. *American Psychologist*, 58 (1), 24-35.
- Minois, G. (1999). *História da velhice no Ocidente*. Lisboa: Teorema.
- Möberg, D. O. (2002). Assessing and measuring spirituality: Confronting dilemmas of universal and particular evaluative criteria. *Journal of Adult Development*, 9 (1), 47- 60.
- Myers, D. G. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist*, 55 (1), 56-67.
- Mucchielli, R. (1979). *Le questionnaire dans l'enquête psycho-sociale* (6eme. éd., rev. et augm.). Paris: Enterprise Moderne d'Édition, Librairies Techniques et Les Éditions E S F.
- Murray, M. (2003). Narrative psychology and narrative analysis. In P. M. Camic, J. E. Rhodes, & L. Yardley (Eds.), *Qualitative research in psychology: Expanding perspectives in methodology and design* (pp. 95-112). Washington, DC: APA.
- Nações Unidas (1992). *Proclamation on ageing*. Retrieved September 20, 2005, from <http://www.un.org/ageing/resolution47.html>
- Neugarten, B. L. (1974)^{††}. Age groups in american society and the rise of the young-old. *Annals of the American Academy of Politics and Social Sciences*, 9, 187-198.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., & Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.

^{††} Referência indirecta.

- Nomura, T. (2002). Evaluative research on reminiscence groups for people with dementia. In J. D. Webster & B. K. Haight (Eds.), *Critical advances in reminiscence work: From theory to application* (pp. 289-299). New York: Springer Publishing Company.
- Novo, R. F. (2003). *Para além da eudaimonia: O bem-estar psicológico em mulheres na idade adulta avançada*. Lisboa: Fundação C. Gulbenkian.
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Oishi, S., & Diener, E. (2001). Goals, culture and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27 (12), 1674-1682.
- Oliveira, J. H. B. (2005). *Psicologia do envelhecimento e do idoso*. Porto: Legis Editora.
- Olshansky, S. J., Carnes, B. A., & Désesquelles, A. (2001). Prospects for human longevity. *Science*, 291, 1491-1492.
- Oplatka, I. (2001). Building a typology of self-renewal: Reflection upon-life story research. *The Qualitative Report*, 6 (4). Retrieved February 10, 2004, from <http://www.nova.edu/ssss/QR/QR6-4/oplatka.html>
- Papalia, D., & Olds, S. (1995). *Human development* (6th ed.). New York: McGraw Hill.
- Parker P. A., Baile W. F., de Moor C., & Cohen L. (2003). Psychosocial and demographic predictors of quality of life in a large sample of cancer patients. *Psycho-Oncology*, 12 (2), 183-193.
- Pavot, W., & Diener, E. (2004). The subjective evaluation of well-being in adulthood: Findings and implications. *Ageing International*, 29 (2), 113-135.

- Paúl, C. (1992)^{§§}. Satisfação de vida em idosos. *Psychologica*, 8, 61-80.
- Paúl, C. (1996). *Psicologia dos idosos: O envelhecimento em meios urbanos*. Braga: Sistemas Humanos e Organizacionais.
- Paúl, C. (2005). A construção de um modelo de envelhecimento humano. In C. Paúl & A. M. Fonseca (Eds.), *Envelhecer em Portugal* (pp. 21-46). Lisboa: Climepsi Editores.
- Paúl, C., & Fonseca, A. M. (Eds.) (2005). *Envelhecer em Portugal*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Paúl, C., Fonseca, A. M., Martin, I., & Amado, J. (2003). Psychosocial profile of rural and urban elders in Portugal. *European Psychologist*, 8 (3), 160-167.
- Peters, A., & Liebroer, A. C. (1997). Beyond marital status: Partner history and well-being in old age. *Journal of Marriage and the Family*, 59 (3), 687-699.
- Piaget, J. (1982). Piaget's theory. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology* (Vol.1, pp. 103-128). New York: John Wiley.
- Pinker, S. (1999). *How the mind works*. London: Penguin Books.
- Pinker, S. (2007). *The stuff of thought: Language as a window into human nature*. New York: Viking.
- Pinquart, M., & Sörensen, S. (2000). Influences of socioeconomic status, social network, and competence on subjective well-being in later life: A meta-analysis. *Psychology and Aging*, 15 (2), 187-224.
- Plante, T. G., & Boccaccini, M. T. (1997). The Santa Clara Strength of Religious Faith Questionnaire. *Pastoral Psychology*, 45 (5), 375-387.

^{§§} Referência indirecta.

- Plante, T. G., Vallaes, C. L. Sherman, A. C., & Wallston, K. A. (2002). The development of a brief version of the Santa Clara Strength of Religious Faith Questionnaire. *Pastoral Psychology*, 50 (5), 359-367.
- Poirier, J., Clapier-Valladon, S., & Raybaut, P. (1999). *Histórias de Vida: Teoria e prática*.(2ª ed.). Oeiras: Celta.
- Ricoeur, P. (1987). *Teoria da interpretação*. Lisboa: Edições 70.
- Rossel, N. Y. (2004). Hipótesis psicológicas, biológicas y sociológicas. En N. Y. Rossel, R. R. Herrera, & M. A. Rico (Eds.), *Introducción a la psicogerontologia* (pp. 47-88). Madrid: Pirámide.
- Rowe, J. D. & Kahn, R. L. (1987). Human aging: Usual and successful. *Science*, 237, 143-149.
- Ruth, J. E. & Kenyon, G. M. (Eds.) (1996). Aging, biography and practice [Special issue]. *Ageing and society*, 16 (6).
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55 (1), 68-78.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review Psychology*, 52, 141-166.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719-727.

- Satorra, A., & Bentler, P. M. (1988a). Scaling corrections for chi-square statistics in covariance structure analysis. *American Statistical Association 1988 Proceedings of the Business and Economic Statistics Section* (pp. 308-313). Alexandria, VA: American Statistical Association.
- Satorra, A., & Bentler, P. M. (1988b). *Scaling corrections for statistics in covariance structure analysis* (UCLA Statistics Series 2). Los Angeles, CA: University of California, Department of Psychology.
- Satorra, A., & Bentler, P. M. (1994). Corrections to test statistics and standard errors in covariance structure analysis. In A. von Eye, & C. C. Clogg (Eds.), *Latent variable analysis* (pp. 399-419). Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Schmukle, S. C., Egloff, B., & Burns, L. R. (2002). The relationship between positive and negative affect in the Positive and Negative Affect Schedule. *Journal of Research in Personality, 36* (5), 463-476.
- Schroots, J. J. F., Fernández-Ballesteros, R., & Rudinger, G. (1999). Aging in Europe: Perspectives and prospects. In J. F. Schroots, R. Fernández-Ballesteros & G. Rudinger (Eds.), *Aging in Europe* (pp.1-8). Amsterdam: IOS Press.
- Schultz, R., & Heckhausen, J. (1996). A life-span model of successful aging. *American Psychologist, 51* (7), 702-714.
- Schütze, Y., Tesch-Römer, C., & Borchers, C. (1999). Six individual biographies from the Berlin Aging Study. In P.B. Baltes & K.U. Mayer (Eds.), *The Berlin Aging Study: Aging from 70 to 100* (pp. 111-128). New York: Cambridge University Press.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American psychologist, 55* (1), 5-14.
- Séneca, L. A. (2004). *Cartas a Lucílio*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

- Sequeira, A., & Silva, M. N. (2002). O bem estar da pessoa idosa em meio rural. *Análise Psicológica*, 20 (3), 505-516.
- Shaw, C. R. (1966). *The Jack Roller: A delinquent boy's own story*. Chicago: University of Chicago Press (Original published in 1930).
- Shaw, M. E., & Westwood, M. J. (2002). Transformation in life stories: The canadian war veterans life review Project. In J. D. Webster & B. K. Haight (Eds.), *Critical advances in reminiscence work: From theory to application* (pp. 257-274). New York: Springer Publishing Company.
- Sheldon, K. M., & Kasser, T. (2001). Goals, congruence, and positive well-being: New empiric support for humanistic theories. *Journal of Humanistic psychology*, 41 (1), 30-50.
- Simões, M. R. (1993). Heurística, enviesamentos e erros referênciais na mecânica da avaliação psicológica. *Análise psicológica*, 11 (2), 253-266.
- Simões, A., Ferreira, J. A., Lima, M. P., Pinheiro, M. R., Vieira, C. C., Matos, A. P. et al. (2000). O bem-estar subjectivo: Estado actual dos conhecimentos. *Psicologia, Educação e Cultura*, 4 (2), 243-279.
- Simões, A., Ferreira, J. A.G., Lima, M. P., Pinheiro, M. R., Vieira, C. C., Matos, A. P. M. et al. (2001). O bem-estar subjectivo dos idosos: Factores sociodemográficos e de personalidade. In A. Simões, A. Oliveira, C. C. Vieira, L. Alcoforado, M. P. Lima & M. F. F. Gaspar (Eds.), *Modelos e práticas em educação de adultos* (pp. 301-320). Coimbra: Núcleo de Assistência Psicológica e de Formação de Adultos.
- Simonton, D. K. (1984). Creative productivity and age. *Developmental Review*, 4, 77-111.
- Smith, J. (2001). Well-being and health from age 70 to 100: Findings from the Berlin Aging Study. *European Review*, 9 (4), 461-477.

- Smith, J., & Baltes, M. M. (1998). The role of gender in very old age: Profiles of functioning and everyday life patterns. *Psychology and Aging, 13* (4), 676-695.
- Smith, J., Fleeson, W., Geiselman, B., Settersten, R., & Kunzmann, U. (1999). Sources of well-being in old age. In P. B. Baltes & K. U. Mayer (Eds.), *The Berlin Aging Study: Aging from 70 to 100* (pp. 450-471). New York: Cambridge University Press.
- Spence, D. (1998). Vérité narrative et vérité théorique. *Revue Française de psychanalyse, 62* (3), 849-870.
- Staudinger, U. M., Lopez, D. F., & Baltes, P. B. (1997). The psychometric location of wisdom-related performance: Intelligence, personality, and more? *Personality and Social Psychology Bulletin, 23* (11), 1200-1214.
- Steele, R. (1982). *Freud and Jung: Conflicts in interpretation*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Steiger, J. H. (1990). Structural model evaluation and modification: An interval estimation approach. *Multivariate Behavioral Research, 25* (2), 173-180.
- Sternberg, R. J. (2003). *Wisdom, intelligence, and creativity synthesized*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Sternberg, R. J., Hojjat, M., & Barnes, M. L. (2001). Empirical tests of aspects of a theory of love as a story. *European Journal of Personality, 15*, 199-220.
- Storch, E. A., Roberti, J. W., Bravata, E., & Storch, J. B. (2004). Psychometric investigation of the Santa Clara Strength of Religious Faith Questionnaire - Short-Form. *Pastoral Psychology, 52* (6), 479-483.
- Stutzer, A. & Frey, B. (2006). Does marriage make people happy, or do happy people get married? *The Journal of Socio-Economics, 35* (2), 326-347.

- Sugarman, L. (2000). *Life-span development: Concepts, theories and interventions*. London: Routledge.
- Tanaka, J. S. (1993). Multifaceted conceptions of fit in structural equation models. In K. A. Bollen, & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 10-39). London: SAGE.
- Terraciano, A., McCrae, R.R., & Costa, P.T. (2003). Factorial and construct validity of the Italian Positive and Negative Affect Schedule. *European Journal of Psychological Assessment, 19* (2), 131-141.
- Thomae, H. (1999). The nomothetic-idiographic issue: Some roots and recent trends. *International Journal of Group Tensions, 28* (1), 187-215.
- Thomas, W. I., & Znaniecki, Z. (1908). *Polish peasant in Europe and America*. New York: A.A. Knopf.
- Törnstaam, L. (1997). Gerotranscendence in a broad cross sectional perspective. *Journal of Aging and Identity, 2* (1), 17-36.
- Törnstaam, L. (2003). *Gerotranscendence from young old age to old old age*. Online publication from The Social Gerontology Group, Uppsala. Retrieved March 13, 2006, from <http://www.soc.uu.se/research/gerontology/gerotrans.html>
- Ullman, J. B. (2000). Structural equation modeling. In B. G. Tabachnick, & L. S. Fidell, *Using multivariate statistics* (4th ed., pp. 653-771). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Vaillant, G. E. (1997). *Adaptation to life*. Boston, MA: Little Brown.
- Vaillant, G. E., & Mukamal, K. (2001). Successful aging. *American Journal of Psychiatry, 158* (6), 839-847.

- Vala, J. (1986). A análise de conteúdo. In A. S. Silva, & J. M. Pinto (Eds.), *Metodologia das ciências sociais* (pp. 101-128). Porto: Afrontamento.
- Van de Vijver, R. J. R., & Hambleton, R. K. (1996). Translating tests: Some practical guidelines. *European Psychologist, 1* (2), 89-99.
- Vaupel, J. W. (2003). Post-darwinian longevity. *Population and Development, 29* (1), 258-269.
- Vautier, S., & Raufaste, E. (2003). Measuring dynamic bipolarity in positive and negative activation. *Assessment, 10* (1), 49-55.
- Veenhoven, R. (1994). Is happiness a trait? *Social Indicators Research, 32*, 101-60.
- Veenhoven, R. (2000). The four qualities of life: Ordering concepts and measures of the good life. *Journal of Happiness Studies, 1* (1), 1-39.
- Wadensten, B. (2003). Gerotranscendence from a nursing perspective: From theory to implementation. *Acta Universitatis Upsalientis, Comprehensive Summaries of Uppsala Dissertations from the Faculty of Social Sciences*, 130. Retrieved March 13, 2006, from http://www.diva-portal.org/diva/getDocument?urn_nbn_se_uu_diva-3544-1__fulltext.pdf
- Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin, 98* (2), 219-235.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54* (6), 1063-70.
- Watson, D., Wiese, D., Vaidya, J., & Tellegen, A. (1999). The two general activation systems of affect: Structural findings, evolutionary considerations, and psychobiological evidence. *Journal of Personality and Social Psychology, 76* (5), 820-838.

- Weber, M. (trad. 1995). *Ética protestante e o espírito do capitalismo*. Lisboa: Editorial Presença.
- Webster, J. D. (2003). An exploratory analysis of a self-assessed wisdom scale. *Journal of Adult Development, 10* (1), 13-22.
- Webster, J. D. (2007). Measuring the character strength of wisdom. *International Journal of Aging and Human Development, 65* (2), 163-183.
- Webster, J. D., & Haight, B. K. (Eds.) (2002). *Critical advances in reminiscence work: From theory to application*. New York: Springer Publishing Company.
- Welles, O. (Director) (1941). *Citizen Kane* [Motion Picture]. United States: Mercury Productions.
- White, M. & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. New York: Norton.
- World Health Organization (2002). *Active ageing: A policy framework*. Retrieved January 13, 2005, from <http://www.who.int/hpr/ageing/ActiveAgeingPolicyFrame.pdf>
- Yang, L., Krampe, R. T., & Baltes, P. B. (2006). Basic forms of cognitive plasticity extended into the oldest-old: Retest learning, age, and cognitive functioning. *Psychology and Aging, 21* (2), 372-378.

Anexo I

Quadro de Posições Sociais*

Posição Social 1 – Classe Superior

- Profissões liberais – médico; advogado; engenheiro; arquitecto
- Grande industrial ou grande comerciante
- Altos funcionários – magistrados judiciais
- Altos funcionários administrativos – directores gerais, directores de serviços, gerentes bancários
- Gestores de empresas
- Professores universitários
- Militares de alta patente

Posição Social 2 – Classe Média mais instruída

- Professores não universitários e educadores de infância
- Médios comerciantes e industriais
- Funcionários médios - quadros técnicos
- Empregados bancários, seguros, etc.
- Empregados de escritório com, pelo menos, o 5º ano dos liceus
- Solicitador/enfermeira/assistente social
- Técnicos

Posição Social 3 – Classe Média menos instruída

- Pequenos comerciantes e industriais
- Caixeiros viajantes
- Funcionários médios – quadros administrativos (1º oficial, etc.)
- Empregados de escritório sem o 5º ano dos liceus
- Agentes da P.S.P. e de forças militarizadas
- Sargento
- Cabeleireiro(a)
- Capatazes e encarregados e obras

Posição Social 4 – Estrato Operário e Rural (trabalhadores manuais)

- Operários
- Trabalhadores rurais
- Funcionários auxiliares (pessoal de limpeza, contínuos, porteiros, motoristas, varredores, etc.)
- Vendedores ambulantes e feirantes

* Elaborado pela Área de Análise Social e Organizacional da Educação da Universidade do Minho. In De Castro, R.V. & Lima, L.C. (1987). Insucesso e selecção social na disciplina de português: O(s) discurso(s) dos professores – uma abordagem interdisciplinar. *Psicologia*, 5, 3, 299-310

Anexo II

Mini Mental State Examination (MMSE) ***

1. **Orientação** (1 ponto por cada resposta correcta)

Em que ano estamos? _____
Em que mês estamos? _____
Em que dia do mês estamos? _____
Em que dia da semana estamos? _____
Em que estação do ano estamos? _____
Em que país estamos? _____
Em que distrito vive? _____
Em que terra vive? _____
Em que casa estamos? _____
Em que andar estamos? _____

NOTA _____

2. **Retenção** (contar por cada palavra correctamente repetida)

“Vou dizer três palavras; queria que as repetisse, mas só depois de eu as dizer todas; procure ficar a sabe-las de cor”

Pêra _____

Gato _____

Bola _____

NOTA _____

3. **Atenção e Cálculo** (1 ponto por cada resposta correcta. Se der uma errada mas depois continuar a subtrair bem, consideram-se as seguintes como correctas. Parar ao fim de 5 respostas.)

“Agora peço-lhe que me diga quantos são 30 menos 3 ao número encontrado volta a tirar 3 e repete assim até eu lhe dizer para parar”.

27 ___ **24** ___ **21** ___ **18** ___ **15** ___

*** Versão portuguesa do *MMSE* (Folstein et al., 1975), adaptada por Guerreiro e colegas (1994).

NOTA_____

3. **Evocação** (1 ponto por cada resposta correcta.)

“Veja se consegue dizer as três palavras que lhe pedi há pouco para decorar”.

Pêra _____

Gato _____

Bola _____

NOTA_____

4. **Linguagem** (1 ponto por cada resposta correcta.)

a) **“Como se chama isto?”**

Mostrar objectos:

Relógio _____

Lápis _____

NOTA_____

b) **“Repita a frase que eu vou dizer: O RATO ROEU A ROLHA”**

NOTA_____

c) **“Quando eu lhe der esta folha de papel, pegue nela com a mão direita, dobre-a ao meio e ponha sobre a mesa”** (dar a folha segurando com as duas mãos)

Pega com a mão direita _____

Dobra ao meio _____

Coloca onde deve _____

NOTA_____

d) **“Leia o que está neste cartão e faça o que lá diz”** (mostrar um cartão com a frase bem legível, “FECHE OS OLHOS”; sendo analfabeto ler-se a frase.

Fechou os olhos _____

NOTA_____

e) **“Escreva uma frase inteira aqui”.**

(Deve ter sujeito verbo e fazer sentido; os erros gramaticais não prejudicam a pontuação.)

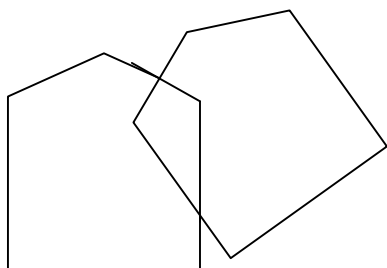
NOTA_____

5. **Habilidade Construtiva** (1 ponto por cada resposta correcta.)

Deve copiar um desenho. Dois pentágonos parcialmente sobrepostos; cada um deve ficar com 5 lados, dois dos quais intersectados. Não valorizar, tremor ou rotação.

Mostrar objectos:

Desenho



Cópia



NOTA_____

(Máximo 30 pontos)

NOTA_____

Anexo III

Questionário de Força da Fé Religiosa de Santa Clara: Versão Reduzida (QFFRSC: Versão Reduzida)*

Responda, por favor, às seguintes frases sobre fé religiosa, utilizando uma escala que vai desde discordo totalmente a concordo totalmente.

- 1 = Discordo totalmente;**
- 2 = Discordo;**
- 3 = Concordo;**
- 4 = Concordo totalmente.**

(Escrever um círculo à volta do número correspondente à resposta.)

1- Rezo todos os dias.

1 2 3 4

2- Vejo a minha fé como dando significado e objectivo à minha vida.

1 2 3 4

3- Considero-me activo(a) na minha fé ou igreja.

1 2 3 4

4- Gosto de estar com outras pessoas que têm a minha fé.

1 2 3 4

5- A minha fé tem impacto em muitas das minhas decisões.

1 2 3 4

*Versão portuguesa do *SCSRFQ: Short Form* (Plante et al., 2002) para utilização exclusiva na Linha de Investigação *Transições na vida adulta: Dinâmicas adaptativas do adulto idoso*. A. M. Diniz (Coord.), ISPA, Lisboa, 2007.

Anexo IV

Autorizações para uso de provas

Thomas Plante (tplante@scu.edu)
Wed 2/08/06 8:09 PM
Re: Permission for the use of SCSRFT

Nuno. Thank you for your email and interest. No problem. Feel free to use it in your research. Details about hte scale including references and such can be found on a link at the bottom of my web page in case you are interested. The address is below. Best wishes, TP

Thomas G. Plante, Ph.D., ABPP
Professor and Chair
Psychology Department
Santa Clara University
Alumni Science Hall, Room 203
500 El Camino Real
Santa Clara, CA 95053-0333

408-554-4471 (voice)
408-554-5241 (fax)
650-326-5930 (other office)
email: tplante@scu.edu
web site: www.scu.edu/tplante

Jeffrey Webster (jwebster@langara.bc.ca)
Mon 4/18/05 2:41 PM
Re: Self-Assesed Wisdom Scale

Dear Nuno: thank you for your interest in my work. I'm happy to provide you with a copy of the SAWS with 2 conditions: (1) please read the caveat which comes with the scale, namely, that the SAWS is still under development and I still have more work to do to establish it's validity. I am currently finishing a second study looking at these issues and can send you a copy when it is available if you like; (2) please share your findings with me when they are available in the form of papers, articles, or other publications and a copy of the Portuguese translation.

I am interested in your hypothesis; why do you think socioeconomic status would be a predictor of wisdom?

Good luck with your research and please keep me informed.

Best,

Jeff Webster

Alexandra M. Freund <Freund@angpsy.unizh.ch>
quarta-feira, 8 de Fevereiro de 2006 19:57
Re: Permission for the use of SOC

Dear Mr. Amado,

Of course! This is a research instrument and open to all researchers who want to use it.

All the best for your dissertation and keep us posted about your results,
Alexandra Freund

Prof. Dr. Alexandra M. Freund
- Professor of Psychology -
University of Zurich
Institute of Psychology
Dept. of Applied Psychology
Universitaetstr. 84
CH - 8006 Zurich
- Switzerland-

email: freund@angpsy.unizh.ch
phone: 011-41-44-634-3748
fax: 011-01-44-634-4953

Dr. David Watson (david-watson@uiowa.edu)
Thu 6/30/05 5:12 PM
Re: request for the use of PANAS

Dear Nuno,

I appreciate your interest in the PANAS, and I am pleased to grant you permission to use the PANAS in your research.

Good luck with your research.

Sincerely,

David Watson

Dr. David Watson
F. Wendell Miller Professor
Department of Psychology
11 Seashore Hall E
University of Iowa
Iowa City, IA 52242-1407

319-335-3384 (voice)
319-335-0191 (fax)

E-mail: david-watson@uiowa.edu

Webpage: <http://www.psychology.uiowa.edu/Faculty/Watson/Watson.html>

Manuela Guerreiro (mmgguerreiro@gmail.com) Sun 10/26/08 9:42 PM
Re. Pedido

Sinceramente, também não me recordo se lhe enviei ou não a autorização. Contudo, pode considerar a autorização concedida. Se precisar de uma autorização mais formal, poderei enviar-lhe através do meu serviço, em carta, para o local que me indicar.

Bom trabalho

Com os meus cumprimentos,
Manuela Guerreiro

Anexo V
Ficha Sócio-demográfica

Nome _____ Data ___/___/___

Idade _____

Género _____

Estado Civil _____

Posição Social

Profissão que tinha _____

Habilitações literárias _____

Profissão do Cônjuge _____

Habilitações literárias do Cônjuge _____

Religião

Tem alguma religião?

Se Sim _____ Qual a religião que professa? _____

Não _____

Medicação

Medicamentos _____ Toma _____

_____ Toma _____

_____ Toma _____

_____ Toma _____

Participação

Participação no estudo devida a:

Informante privilegiado _____

Cadeia *Snowball* _____

Anexo VI

Termo de consentimento informado para a participação no Estudo 1

Eu _____ declaro aceitar participar voluntariamente no estudo realizado pelo Dr. Nuno Amado, para a realização da sua tese de Doutoramento pelo I.S.P.A. A minha participação incluirá a realização de uma entrevista.

Abaixo assina

Anexo VII

Teste da estrutura factorial da versão reduzida do QFFRSC

L I S R E L 8.53

BY

Karl G. Jöreskog & Dag Sörbom

This program is published exclusively by
Scientific Software International, Inc.
7383 N. Lincoln Avenue, Suite 100
Lincolnwood, IL 60712, U.S.A.
Phone: (800)247-6113, (847)675-0720, Fax: (847)675-2140
Copyright by Scientific Software International, Inc., 1981-2005
Use of this program is subject to the terms specified in the
Universal Copyright Convention.
Website: www.ssicentral.com

The following lines were read from file C:\Documents and Settings\comp\Ambiente de trabalho\estatisticadout\santaclara\santaclara.Spl:

- LISREL -santaclara

Observed Variables: f1 f2 f3 f4 f5
Sample Size: 194
Correlation Matrix From File FINAL1.POL
Asymptotic Covariance Matrix From File FINAL1.AC

Observed Variables: f1 f2 f3 f4 f5

Latent variables FFE

Relationship
FFE -> f1 f2 f3 f4 f5

lisrel output fs

Path Diagram
Print Residuals
END OF PROBLEM

- LISREL -santaclara

Correlation Matrix

	f1	f2	f3	f4	f5
f1	1.00				
f2	0.85	1.00			
f3	0.67	0.71	1.00		
f4	0.73	0.78	0.72	1.00	
f5	0.72	0.85	0.63	0.71	1.00

- LISREL -santaclara

Parameter Specifications

LAMBDA-X

FFE

f1 1
f2 2
f3 3
f4 4
f5 5

THETA-DELTA

f1	f2	f3	f4	f5
6	7	8	9	10

- LISREL -santaclara

Number of Iterations = 6

LISREL Estimates (Robust Maximum Likelihood)

LAMBDA-X

FFE

f1 0.87
(0.03)
26.31

f2 0.96
(0.02)
50.64

f3 0.75
(0.04)
16.76

f4 0.83
(0.04)
19.52

f5 0.86
(0.03)
25.21

PHI

FFE

1.00

THETA-DELTA

f1	f2	f3	f4	f5
0.24 (0.09)	0.07 (0.08)	0.43 (0.10)	0.32 (0.10)	0.26 (0.09)
2.55	0.86	4.36	3.17	2.74

Squared Multiple Correlations for X - Variables

f1	f2	f3	f4	f5
----	----	----	----	----

0.76 0.93 0.57 0.68 0.74

Goodness of Fit Statistics

Degrees of Freedom = 5

Minimum Fit Function Chi-Square = 23.39 (P = 0.00028)

Normal Theory Weighted Least Squares Chi-Square = 23.55 (P = 0.00026)

Satorra-Bentler Scaled Chi-Square = 8.40 (P = 0.14)

Chi-Square Corrected for Non-Normality = 7.36 (P = 0.20)

Estimated Non-centrality Parameter (NCP) = 3.40

90 Percent Confidence Interval for NCP = (0.0 ; 15.57)

Minimum Fit Function Value = 0.12

Population Discrepancy Function Value (F0) = 0.018

90 Percent Confidence Interval for F0 = (0.0 ; 0.081)

Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.059

90 Percent Confidence Interval for RMSEA = (0.0 ; 0.13)

P-Value for Test of Close Fit (RMSEA < 0.05) = 0.34

Expected Cross-Validation Index (ECVI) = 0.15

90 Percent Confidence Interval for ECVI = (0.13 ; 0.21)

ECVI for Saturated Model = 0.16

ECVI for Independence Model = 5.52

Chi-Square for Independence Model with 10 Degrees of Freedom = 1055.90

Independence AIC = 1065.90

Model AIC = 28.40

Saturated AIC = 30.00

Independence CAIC = 1087.24

Model CAIC = 71.08

Saturated CAIC = 94.02

Normed Fit Index (NFI) = 0.99

Non-Normed Fit Index (NNFI) = 0.99

Parsimony Normed Fit Index (PNFI) = 0.50

Comparative Fit Index (CFI) = 1.00

Incremental Fit Index (IFI) = 1.00

Relative Fit Index (RFI) = 0.98

Critical N (CN) = 347.49

Root Mean Square Residual (RMR) = 0.028

Standardized RMR = 0.028

Goodness of Fit Index (GFI) = 0.95

Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = 0.86

Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI) = 0.32

- LISREL -santaclara

Summary Statistics for Fitted Residuals

Smallest Fitted Residual = -0.04

Median Fitted Residual = 0.00

Largest Fitted Residual = 0.09

- LISREL -santaclara

Factor Scores Regressions

KSI

	f1	f2	f3	f4	f5
-----	-----	-----	-----	-----	-----
FFE	0.15	0.58	0.07	0.11	0.14

Time used: 0.031 Seconds

Anexo VIII

Escala de Afectos Positivos e Negativos (EAPN)

A seguir vou ler-lhe algumas palavras que descrevem sentimentos e emoções. Responda a cada uma delas conforme normalmente se sente e não como gostaria de se sentir.

Para responder utilize uma escala que vai de muito pouco ou nada até muitíssimo.

1	2	3	4	5
Muito pouco ou nada	Um pouco	Assim, Assim	Bastante	Muitíssimo

(Escrever no espaço à esquerda de cada item a respectiva pontuação.)

No geral, tem-se sentido ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 1. Interessado(a) | <input type="checkbox"/> 11. Irritável (irritadiço) |
| <input type="checkbox"/> 2. Angustiado(a) (afrito) | <input type="checkbox"/> 12. Atento(a) |
| <input type="checkbox"/> 3. Animado(a) | <input type="checkbox"/> 13. Envergonhado(a) |
| <input type="checkbox"/> 4. Chateado(a) | <input type="checkbox"/> 14. Inspirado(a) (que tem ideias ou pensamentos que vêm de repente, criativo) |
| <input type="checkbox"/> 5. Forte | <input type="checkbox"/> 15. Nervoso(a) |
| <input type="checkbox"/> 6. Culpado(a) | <input type="checkbox"/> 16. Decidido(a) |
| <input type="checkbox"/> 7. Amedrontado(a) (assustado) | <input type="checkbox"/> 17. Atencioso(a) |
| <input type="checkbox"/> 8. Hostil (agressivo, desagradável) | <input type="checkbox"/> 18. Agitado(a) |
| <input type="checkbox"/> 9. Entusiasmado(a) | <input type="checkbox"/> 19. Activo(a) |
| <input type="checkbox"/> 10. Orgulhoso(a) (no sentido de brioso e não de arrogante) | <input type="checkbox"/> 20. Receoso(a) (medroso) |

*Versão derivada da PANAS (Watson et al., 1988) para utilização exclusiva na Linha de Investigação *Transições na vida adulta: Dinâmicas adaptativas do adulto idoso*. A. M. Diniz (Coord.), ISPA, Lisboa, 2007.

Anexo IX

Teste da estrutura factorial da EAPN

LISREL 8.53

BY

Karl G. Jöreskog & Dag Sörbom

This program is published exclusively by
Scientific Software International, Inc.
7383 N. Lincoln Avenue, Suite 100
Lincolnwood, IL 60712, U.S.A.
Phone: (800)247-6113, (847)675-0720, Fax: (847)675-2140
Copyright by Scientific Software International, Inc., 1981-2002
Use of this program is subject to the terms specified in the
Universal Copyright Convention.
Website: www.ssicentral.com

The following lines were read from file E:\modelostotais\panasNuno\panas_bs.Spl:

- LISREL

Observed Variables: Interes Angust Animad Chatead Forte Culpad Amedron Hostil
Entusias Orgulho Irritav Atento Envergon Inspirad Nervoso Decidido Atencioso
Agitad Activo Recesoso
Sample Size: 97
Correlation Matrix From File FINAL.POL
Asymptotic Covariance Matrix From File FINAL.AC

Latent variables PA NA

Relationship

PA -> Interes Animad Forte Entusias Orgulho Atento Inspirad Decidido Activo
NA-> Angust Chatead Culpad Amedron Hostil Irritav Envergon Nervoso Agitad Recesoso

let correlation Recesoso Amedron

lisrel output fs
Path Diagram
Print Residuals
END OF PROBLEM

- LISREL

Correlation Matrix

	Interes	Angust	Animad	Chatead	Forte	Culpad
Interes	1.00					
Angust	-0.25	1.00				
Animad	0.39	-0.44	1.00			
Chatead	-0.27	0.53	-0.44	1.00		
Forte	0.37	-0.39	0.27	-0.21	1.00	
Culpad	0.16	0.21	-0.04	0.11	0.02	1.00
Amedron	-0.32	0.45	-0.20	0.40	-0.26	0.22
Hostil	0.12	0.27	-0.16	0.40	0.03	0.28
Entusias	0.55	-0.31	0.65	-0.33	0.35	0.11
Orgulho	0.27	-0.19	0.27	-0.26	0.38	-0.09

Irritav	-0.12	0.40	-0.33	0.59	-0.05	0.22
Atento	0.26	-0.28	0.24	-0.07	0.24	-0.14
Envergon	-0.26	0.14	-0.13	0.13	-0.24	0.16
Inspirad	0.32	-0.06	0.21	-0.06	0.38	0.06
Nervoso	-0.27	0.57	-0.36	0.42	-0.22	0.15
Decidido	0.23	-0.23	0.37	-0.06	0.26	-0.29
Agitad	-0.08	0.56	-0.22	0.47	-0.08	0.34
Activo	0.52	-0.20	0.38	-0.12	0.45	0.07
Recesoso	-0.25	0.50	-0.29	0.42	-0.30	0.26

Correlation Matrix

	Amedron	Hostil	Entusias	Orgulho	Irritav	Atento
Amedron	1.00					
Hostil	0.26	1.00				
Entusias	-0.17	-0.10	1.00			
Orgulho	-0.08	0.10	0.36	1.00		
Irritav	0.25	0.53	-0.24	0.03	1.00	
Atento	-0.14	0.12	0.22	0.25	-0.07	1.00
Envergon	0.22	-0.01	-0.08	-0.05	0.18	-0.12
Inspirad	-0.04	0.09	0.37	0.26	0.16	0.14
Nervoso	0.43	0.05	-0.31	-0.20	0.37	-0.14
Decidido	-0.35	0.08	0.29	0.20	-0.12	0.41
Agitad	0.53	0.30	-0.13	-0.03	0.52	-0.08
Activo	-0.14	-0.02	0.49	0.23	-0.08	0.24
Recesoso	0.79	0.18	-0.19	-0.16	0.29	-0.22

Correlation Matrix

	Envergon	Inspirad	Nervoso	Decidido	Agitad	Activo
Envergon	1.00					
Inspirad	-0.18	1.00				
Nervoso	0.23	-0.03	1.00			
Decidido	-0.13	0.21	-0.22	1.00		
Agitad	0.16	0.17	0.51	-0.22	1.00	
Activo	-0.31	0.43	-0.16	0.34	-0.06	1.00
Recesoso	0.24	-0.08	0.52	-0.30	0.55	-0.16

Correlation Matrix

Recesoso	
Recesoso	1.00

- LISREL

Parameter Specifications

LAMBDA-X

	PA	NA
Interes	1	0
Angust	0	2
Animad	3	0
Chatead	0	4
Forte	5	0
Culpad	0	6
Amedron	0	7
Hostil	0	8
Entusias	9	0
Orgulho	10	0
Irritav	0	11
Atento	12	0

Envergon	0	13
Inspirad	14	0
Nervoso	0	15
Decidido	16	0
Agitad	0	17
Activo	18	0
Recesoso	0	19

PHI

	PA	NA
PA	0	
NA	20	0

THETA-DELTA

	Interes	Angust	Animad	Chatead	Forte	Culpad
Interes	21					
Angust	0	22				
Animad	0	0	23			
Chatead	0	0	0	24		
Forte	0	0	0	0	25	
Culpad	0	0	0	0	0	26
Amedron	0	0	0	0	0	0
Hostil	0	0	0	0	0	0
Entusias	0	0	0	0	0	0
Orgulho	0	0	0	0	0	0
Irritav	0	0	0	0	0	0
Atento	0	0	0	0	0	0
Envergon	0	0	0	0	0	0
Inspirad	0	0	0	0	0	0
Nervoso	0	0	0	0	0	0
Decidido	0	0	0	0	0	0
Agitad	0	0	0	0	0	0
Activo	0	0	0	0	0	0
Recesoso	0	0	0	0	0	0

THETA-DELTA

	Amedron	Hostil	Entusias	Orgulho	Irritav	Atento
Amedron	27					
Hostil	0	28				
Entusias	0	0	29			
Orgulho	0	0	0	30		
Irritav	0	0	0	0	31	
Atento	0	0	0	0	0	32
Envergon	0	0	0	0	0	0
Inspirad	0	0	0	0	0	0
Nervoso	0	0	0	0	0	0
Decidido	0	0	0	0	0	0
Agitad	0	0	0	0	0	0
Activo	0	0	0	0	0	0
Recesoso	39	0	0	0	0	0

THETA-DELTA

	Envergon	Inspirad	Nervoso	Decidido	Agitad	Activo
Envergon	33					
Inspirad	0	34				
Nervoso	0	0	35			
Decidido	0	0	0	36		
Agitad	0	0	0	0	37	
Activo	0	0	0	0	0	38

Recesoso 0 0 0 0 0 0

THETA-DELTA

Recesoso

Recesoso 40

- LISREL

Number of Iterations = 11

LISREL Estimates (Maximum Likelihood)

LAMBDA-X

	PA	NA
	-----	-----
Interes	0.67 (0.09) 7.74	--
Angust	-- 0.75 (0.07) 10.25	
Animad	0.68 (0.08) 8.93	--
Chatead	-- 0.70 (0.09) 7.53	
Forte	0.55 (0.09) 6.17	--
Culpad	-- 0.32 (0.13) 2.36	
Amedron	-- 0.61 (0.10) 6.23	
Hostil	-- 0.40 (0.15) 2.65	
Entusias	0.78 (0.07) 11.61	--
Orgulho	0.45 (0.10) 4.48	--
Irritav	-- 0.64 (0.10) 6.68	
Atento	0.38 (0.12) 3.12	--

Envergon	--	0.26
	(0.11)	
		2.35
Inspirad	0.47	--
	(0.12)	
		3.89
Nervoso	--	0.67
	(0.08)	
		8.27
Decidido	0.46	--
	(0.11)	
		4.19
Agitad	--	0.75
	(0.07)	
		10.25
Activo	0.67	--
	(0.08)	
		8.80
Recesoso	--	0.66
	(0.08)	
		7.82

PHI

	PA	NA
	-----	-----
PA	1.00	
NA	-0.44	1.00
	(0.10)	
		-4.22

THETA-DELTA

	Interes	Angust	Animad	Chatead	Forte	Culpad
	-----	-----	-----	-----	-----	-----
Interes	0.55					
	(0.15)					
						3.61
Angust	--	0.43				
	(0.15)					
						2.88
Animad	--	--	0.54			
			(0.15)			
						3.71
Chatead	--	--	--	0.51		
				(0.16)		
						3.11
Forte	--	--	--	--	0.70	
					(0.14)	
						4.93
Culpad	--	--	--	--	--	0.90
						(0.13)

6.81

Amedron	--	--	--	--	--	--
Hostil	--	--	--	--	--	--
Entusias	--	--	--	--	--	--
Orgulho	--	--	--	--	--	--
Irritav	--	--	--	--	--	--
Atento	--	--	--	--	--	--
Envergon	--	--	--	--	--	--
Inspirad	--	--	--	--	--	--
Nervoso	--	--	--	--	--	--
Decidido	--	--	--	--	--	--
Agitad	--	--	--	--	--	--
Activo	--	--	--	--	--	--
Recesoso	--	--	--	--	--	--

THETA-DELTA

	Amedron	Hostil	Entusias	Orgulho	Irritav	Atento
Amedron	0.63 (0.16) 4.00					
Hostil	--	0.84 (0.16) 5.30				
Entusias	--	--	0.39 (0.15) 2.64			
Orgulho	--	--	--	0.80 (0.14) 5.81		
Irritav	--	--	--	--	0.60 (0.16) 3.78	
Atento	--	--	--	--	--	0.85 (0.14) 6.17
Envergon	--	--	--	--	--	--
Inspirad	--	--	--	--	--	--
Nervoso	--	--	--	--	--	--
Decidido	--	--	--	--	--	--
Agitad	--	--	--	--	--	--

Activo	--	--	--	--	--	--
Recesoso	0.38	--	--	--	--	--
	(0.10)					
	3.97					

THETA-DELTA

	Envergon	Inspirad	Nervoso	Decidido	Agitad	Activo
Envergon	0.93					
	(0.12)					
	7.99					
Inspirad	--	0.78				
		(0.15)				
		5.09				
Nervoso	--	--	0.55			
			(0.15)			
			3.70			
Decidido	--	--	--	0.78		
				(0.14)		
				5.42		
Agitad	--	--	--	--	0.44	
					(0.15)	
					2.96	
Activo	--	--	--	--	--	0.56
						(0.14)
						3.86
Recesoso	--	--	--	--	--	--

THETA-DELTA

	Recesoso
Recesoso	0.56
	(0.15)
	3.68

Squared Multiple Correlations for X - Variables

Interes	Angust	Animad	Chatead	Forte	Culpad
0.45	0.57	0.46	0.49	0.30	0.10

Squared Multiple Correlations for X - Variables

Amedron	Hostil	Entusias	Orgulho	Irritav	Atento
0.37	0.16	0.61	0.20	0.40	0.15

Squared Multiple Correlations for X - Variables

Envergon	Inspirad	Nervoso	Decidido	Agitad	Activo
0.07	0.22	0.45	0.22	0.56	0.44

Squared Multiple Correlations for X - Variables

Recesoso

0.44

Goodness of Fit Statistics

Degrees of Freedom = 150
Minimum Fit Function Chi-Square = 273.26 (P = 0.00)
Normal Theory Weighted Least Squares Chi-Square = 269.75 (P = 0.00)
Satorra-Bentler Scaled Chi-Square = 143.42 (P = 0.64)
Estimated Non-centrality Parameter (NCP) = 0.0
90 Percent Confidence Interval for NCP = (0.0 ; 24.99)

Minimum Fit Function Value = 2.85
Population Discrepancy Function Value (F0) = 0.0
90 Percent Confidence Interval for F0 = (0.0 ; 0.26)
Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.0
90 Percent Confidence Interval for RMSEA = (0.0 ; 0.042)
P-Value for Test of Close Fit (RMSEA < 0.05) = 0.98

Expected Cross-Validation Index (ECVI) = 2.40
90 Percent Confidence Interval for ECVI = (2.40 ; 2.66)
ECVI for Saturated Model = 3.96
ECVI for Independence Model = 14.72

Chi-Square for Independence Model with 171 Degrees of Freedom = 1375.56

Independence AIC = 1413.56
Model AIC = 223.42
Saturated AIC = 380.00
Independence CAIC = 1481.48
Model CAIC = 366.41
Saturated CAIC = 1059.20

Normed Fit Index (NFI) = 0.80
Non-Normed Fit Index (NNFI) = 0.88
Parsimony Normed Fit Index (PNFI) = 0.70
Comparative Fit Index (CFI) = 0.90
Incremental Fit Index (IFI) = 0.90
Relative Fit Index (RFI) = 0.77

Critical N (CN) = 68.88

Root Mean Square Residual (RMR) = 0.10
Standardized RMR = 0.10
Goodness of Fit Index (GFI) = 0.77
Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = 0.71
Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI) = 0.61

- LISREL

Summary Statistics for Fitted Residuals

Smallest Fitted Residual = -0.24
Median Fitted Residual = 0.00
Largest Fitted Residual = 0.32

Standardized Residuals

	Interes	Angust	Animad	Chatead	Forte	Culpad
Interes	--					
Angust	-0.34	--				
Animad	--	-6.99	--			

Chatead	-0.69	--	-3.50	--		
Forte	0.05	-2.00	-2.09	-0.44	--	
Culpad	1.73	-0.31	0.41	-1.06	0.70	--
Amedron	-1.38	-0.43	-0.15	-0.52	-0.93	0.20
Hostil	1.62	-0.25	-0.33	1.41	0.82	1.03
Entusias	--	-0.68	--	-1.20	-2.27	1.48
Orgulho	-0.33	-0.37	-0.67	-0.99	1.88	-0.15
Irritav	0.56	-2.10	-1.24	14.25	0.93	0.15
Atento	0.02	-1.25	-0.28	0.52	0.32	-0.57
Envergon	-1.90	-0.72	-0.39	-0.55	-1.39	0.67
Inspirad	0.12	0.95	-1.25	0.64	1.60	0.93
Nervoso	-1.03	--	-1.93	-5.59	-0.57	-0.47
Decidido	-1.06	-0.84	1.02	0.89	0.01	-1.28
Agitad	1.55	--	0.06	-9.55	0.81	1.02
Activo	--	0.24	--	0.93	2.36	1.32
Recesoso	-0.59	--	-0.94	-4.13	-1.52	0.54

Standardized Residuals

	Amedron	Hostil	Entusias	Orgulho	Irritav	Atento
Amedron	--					
Hostil	0.12	--				
Entusias	0.33	0.29	--			
Orgulho	0.32	1.42	--	--		
Irritav	-1.74	3.38	-0.22	1.37	--	
Atento	-0.26	1.14	-1.00	0.77	0.39	--
Envergon	0.49	-0.79	0.05	0.03	0.20	-0.58
Inspirad	0.77	1.05	-0.04	0.57	2.30	-0.41
Nervoso	0.40	-1.47	-1.06	-0.58	-1.02	-0.24
Decidido	-1.79	1.12	-0.90	-0.06	0.12	2.04
Agitad	--	0.04	1.37	0.97	--	0.50
Activo	0.52	0.87	--	-0.98	1.45	-0.17
Recesoso	--	-0.76	0.36	-0.22	-2.42	-0.86

Standardized Residuals

	Envergon	Inspirad	Nervoso	Decidido	Agitad	Activo
Envergon	--					
Inspirad	-1.18	--				
Nervoso	0.70	1.00	--			
Decidido	-0.61	-0.12	-0.76	--		
Agitad	-0.33	3.01	--	-0.60	--	
Activo	-2.36	2.60	0.33	0.46	1.87	--
Recesoso	0.70	0.55	--	-1.63	--	0.44

Standardized Residuals

Recesoso	
Recesoso	--

Summary Statistics for Standardized Residuals

Smallest Standardized Residual = -9.55
 Median Standardized Residual = 0.00
 Largest Standardized Residual = 14.25

Largest Negative Standardized Residuals

Residual for Animad and Angust -6.99
 Residual for Chatead and Animad -3.50
 Residual for Nervoso and Chatead -5.59
 Residual for Agitad and Chatead -9.55
 Residual for Recesoso and Chatead -4.13

Largest Positive Standardized Residuals

Residual for Irritav and Chatead 14.25
 Residual for Irritav and Hostil 3.38
 Residual for Agitad and Inspirad 3.01
 Residual for Activo and Inspirad 2.60

- LISREL

Factor Scores Regressions

KSI

	Interes	Angust	Animad	Chatead	Forte	Culpad
PA	0.18	-0.02	0.19	-0.02	0.12	0.00
NA	-0.01	0.23	-0.01	0.18	-0.01	0.05

KSI

	Amedron	Hostil	Entusias	Orgulho	Irritav	Atento
PA	0.00	-0.01	0.30	0.09	-0.01	0.07
NA	0.06	0.06	-0.02	-0.01	0.14	0.00

KSI

	Envergon	Inspirad	Nervoso	Decidido	Agitad	Activo
PA	0.00	0.09	-0.01	0.09	-0.02	0.18
NA	0.04	-0.01	0.16	-0.01	0.23	-0.01

KSI

	Recesoso
PA	-0.01
NA	0.12

Time used: 3.165 Seconds

Anexo X

Índice de Satisfação com a Vida – A (ISV-A)*

Vou ler-lhe algumas frases sobre o modo como as pessoas se sentem, em geral, relativamente à vida. Para cada uma delas, responda se “Concorda”, “Discorda” ou se não tem a certeza (“?”). (Escrever uma cruz na opção correcta.)

	Concordo	Discordo	?
1. À medida que envelheço, as coisas parecem melhor do que eu pensava que seriam.	_____	_____	_____
2. Tive mais momentos baixos na vida do que a maior parte das pessoas que conheço.	_____	_____	_____
3. Esta é a fase mais sombria da minha vida.	_____	_____	_____
4. Estou tão feliz como quando era mais novo(a).	_____	_____	_____
5. A minha vida podia ser mais feliz do que é agora.	_____	_____	_____
6. Estes são os melhores anos da minha vida.	_____	_____	_____
7. A maior parte das coisas que faço são aborrecidas ou monótonas.	_____	_____	_____
8. Espero que me aconteçam coisas interessantes e agradáveis no futuro.	_____	_____	_____
9. As coisas que faço são tão interessantes para mim como sempre foram.	_____	_____	_____
10. Sinto-me velho(a) e de certo modo cansado(a).	_____	_____	_____
11. Sinto a idade que tenho, mas isso não me incomoda.	_____	_____	_____
12. Quando olho para a minha vida passada, sinto-me razoavelmente satisfeito(a).	_____	_____	_____
13. Não mudaria a minha vida passada mesmo que pudesse.	_____	_____	_____
14. Comparando-me com outras pessoas da minha idade, tomei muitas decisões “tontas” na minha vida.	_____	_____	_____
15. Comparando-me com outras pessoa da minha idade, tenho boa aparência.	_____	_____	_____
16. Já fiz planos para coisas que só concretizarei daqui a um mês ou a um ano.	_____	_____	_____
17. Quando penso na minha vida passada, vejo que não alcancei a maior partes das coisas importantes que queria.	_____	_____	_____
18. Comparando-me com outras pessoas da minha idade, vou-me abaixo muitas vezes.	_____	_____	_____
19. Consegui muitas das coisas que esperava da vida.	_____	_____	_____
20. Apesar do que as pessoas dizem, a maioria das pessoas comuns está a ficar pior e não melhor	_____	_____	_____

*Versão portuguesa do *LSI - A* (Neugarten et al., 1961) para utilização exclusiva na Linha de Investigação *Transições na vida adulta: Dinâmicas adaptativas do adulto idoso*. A. M. Diniz (Coord.), ISPA, Lisboa, 2007.

Anexo XI

Teste do modelo da estrutura factorial do ISV - A

L I S R E L 8.53

BY

Karl G. Jöreskog & Dag Sörbom

This program is published exclusively by
Scientific Software International, Inc.
7383 N. Lincoln Avenue, Suite 100
Lincolnwood, IL 60712, U.S.A.
Phone: (800)247-6113, (847)675-0720, Fax: (847)675-2140
Copyright by Scientific Software International, Inc., 1981-2002
Use of this program is subject to the terms specified in the
Universal Copyright Convention.
Website: www.ssicentral.com

The following lines were read from file E:\modelostotais\neugartenNuno\11_tri_h_cs_bs_WLS.Spl:

- LISREL -LSI-

Observed Variables: v1 v2 v3 v4 v5 v6 v7 v8 v9 v10 v11 v12 v13 v14 v15 v16 v17 v18 v19 v20
Sample Size: 97
Correlation Matrix From File FINAL.POL
Asymptotic Covariance Matrix From File FINAL.AC
method weighted least squares

Latent variables LSI LiangF1 LiangF2 LiangF3
Relationship
LiangF1 -> v4 v5 v6
LiangF2 -> v7 v8 v9 v10
LiangF3 -> v12 v13 v19

Let Path LiangF1 -> v4 =1
Let Path LiangF2 -> v7 =1
Let Path LiangF3 -> v12 =1
LSI -> LiangF1 LiangF2 LiangF3

lisrel output sc fs

Path Diagram
Print Residuals
END OF PROBLEM

- LISREL -LSI-

Correlation Matrix

	v4	v5	v6	v7	v8	v9
v4	1.00					
v5	0.64	1.00				
v6	0.64	0.46	1.00			
v7	0.55	0.50	0.43	1.00		
v8	0.32	0.07	0.34	0.34	1.00	
v9	0.42	0.45	0.39	0.60	0.39	1.00
v10	0.49	0.24	0.41	0.47	0.48	0.22

v12	0.28	0.22	0.12	0.40	0.03	0.26
v13	0.29	0.37	-0.03	0.12	-0.02	0.12
v19	0.33	0.21	0.19	0.28	0.34	0.13

Correlation Matrix

	v10	v12	v13	v19
v10	1.00			
v12	0.22	1.00		
v13	0.07	0.28	1.00	
v19	0.20	0.46	0.18	1.00

- LISREL -LSI-

Parameter Specifications

LAMBDA-Y

	LiangF1	LiangF2	LiangF3
v4	0	0	0
v5	1	0	0
v6	2	0	0
v7	0	0	0
v8	0	3	0
v9	0	4	0
v10	0	5	0
v12	0	0	0
v13	0	0	6
v19	0	0	7

GAMMA

LSI

LiangF1	8
LiangF2	9
LiangF3	10

PSI

LiangF1	LiangF2	LiangF3
11	12	13

THETA-EPS

v4	v5	v6	v7	v8	v9
14	15	16	17	18	19

THETA-EPS

v10	v12	v13	v19
20	21	22	23

- LISREL -LSI-

Number of Iterations = 26

LISREL Estimates (Weighted Least Squares)

LAMBDA-Y

	LiangF1	LiangF2	LiangF3
v4	1.00	--	--
v5	0.88 (0.08) 10.68	--	--
v6	0.81 (0.09) 8.77	--	--
v7	--	1.00	--
v8	--	0.71 (0.10) 6.80	--
v9	--	0.89 (0.11) 8.22	--
v10	--	0.64 (0.11) 5.89	--
v12	--	--	1.00
v13	--	--	0.50 (0.16) 3.12
v19	--	--	1.09 (0.24) 4.49

GAMMA

	LSI
LiangF1	0.81 (0.09) 9.18
LiangF2	0.79 (0.10) 8.25
LiangF3	0.56 (0.12) 4.50

Covariance Matrix of ETA and KSI

	LiangF1	LiangF2	LiangF3	LSI
LiangF1	0.83			
LiangF2	0.64	0.82		
LiangF3	0.46	0.45	0.50	
LSI	0.81	0.79	0.56	1.00

PHI

LSI

1.00

PSI
Note: This matrix is diagonal.

LiangF1	LiangF2	LiangF3
0.17	0.19	0.18
(0.14)	(0.14)	(0.10)
1.27	1.41	1.76

Squared Multiple Correlations for Structural Equations

LiangF1	LiangF2	LiangF3
0.79	0.77	0.64

Squared Multiple Correlations for Reduced Form

LiangF1	LiangF2	LiangF3
0.79	0.77	0.64

THETA-EPS

v4	v5	v6	v7	v8	v9
0.17	0.35	0.45	0.18	0.59	0.34
(0.14)	(0.14)	(0.14)	(0.16)	(0.14)	(0.17)
1.21	2.47	3.21	1.12	4.15	2.08

THETA-EPS

v10	v12	v13	v19
0.66	0.50	0.87	0.41
(0.15)	(0.19)	(0.12)	(0.20)
4.52	2.65	7.13	2.05

Squared Multiple Correlations for Y - Variables

v4	v5	v6	v7	v8	v9
0.83	0.65	0.55	0.82	0.41	0.66

Squared Multiple Correlations for Y - Variables

v10	v12	v13	v19
0.34	0.50	0.13	0.59

Goodness of Fit Statistics

Degrees of Freedom = 32
 Minimum Fit Function Chi-Square = 35.61 (P = 0.30)
 Estimated Non-centrality Parameter (NCP) = 3.61
 90 Percent Confidence Interval for NCP = (0.0 ; 22.43)

Minimum Fit Function Value = 0.37
 Population Discrepancy Function Value (F0) = 0.038

90 Percent Confidence Interval for F0 = (0.0 ; 0.23)
 Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.034
 90 Percent Confidence Interval for RMSEA = (0.0 ; 0.085)
 P-Value for Test of Close Fit (RMSEA < 0.05) = 0.64

Expected Cross-Validation Index (ECVI) = 0.85
 90 Percent Confidence Interval for ECVI = (0.81 ; 1.05)
 ECVI for Saturated Model = 1.15
 ECVI for Independence Model = 5.38

Chi-Square for Independence Model with 45 Degrees of Freedom = 496.41
 Independence AIC = 516.41
 Model AIC = 81.61
 Saturated AIC = 110.00
 Independence CAIC = 552.16
 Model CAIC = 163.83
 Saturated CAIC = 306.61

Normed Fit Index (NFI) = 0.93
 Non-Normed Fit Index (NNFI) = 0.99
 Parsimony Normed Fit Index (PNFI) = 0.66
 Comparative Fit Index (CFI) = 0.99
 Incremental Fit Index (IFI) = 0.99
 Relative Fit Index (RFI) = 0.90

Critical N (CN) = 145.20

Root Mean Square Residual (RMR) = 0.14
 Standardized RMR = 0.14
 Goodness of Fit Index (GFI) = 0.98
 Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = 0.96
 Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI) = 0.57

- LISREL -LSI-

Summary Statistics for Fitted Residuals

Smallest Fitted Residual = -0.33
 Median Fitted Residual = -0.08
 Largest Fitted Residual = 0.16

Standardized Residuals

	v4	v5	v6	v7	v8	v9
v4	--					
v5	-1.35	--				
v6	-0.49	-0.94	--			
v7	-0.80	-0.51	-0.56	--		
v8	-1.06	-2.23	-0.22	-1.84	--	
v9	-1.19	-0.43	-0.63	-1.50	-1.02	--
v10	0.79	-1.09	0.50	-0.49	0.89	-1.72
v12	-1.15	-1.36	-1.13	-0.38	-1.38	-0.86
v13	0.73	1.22	-1.54	-0.69	-1.14	-0.53
v19	-1.43	-1.73	-1.18	-1.37	-0.01	-1.74

Standardized Residuals

	v10	v12	v13	v19
v10	--			
v12	-0.38	--		
v13	-0.61	0.20	--	
v19	-0.73	-0.53	-0.68	--

Summary Statistics for Standardized Residuals

Smallest Standardized Residual = -2.23
 Median Standardized Residual = -0.61
 Largest Standardized Residual = 1.22

- LISREL -LSI-

Factor Scores Regressions

ETA

	v4	v5	v6	v7	v8	v9
LiangF1	0.47	0.20	0.14	0.08	0.02	0.04
LiangF2	0.08	0.03	0.02	0.45	0.10	0.21
LiangF3	0.08	0.04	0.03	0.07	0.02	0.03

ETA

	v10	v12	v13	v19
LiangF1	0.01	0.03	0.01	0.04
LiangF2	0.08	0.03	0.01	0.03
LiangF3	0.01	0.21	0.06	0.28

- LISREL -LSI-

Standardized Solution

LAMBDA-Y

	LiangF1	LiangF2	LiangF3
v4	0.91	--	--
v5	0.80	--	--
v6	0.74	--	--
v7	--	0.91	--
v8	--	0.64	--
v9	--	0.81	--
v10	--	0.58	--
v12	--	--	0.70
v13	--	--	0.35
v19	--	--	0.77

GAMMA

LSI

LiangF1	0.89
LiangF2	0.88
LiangF3	0.80

Correlation Matrix of ETA and KSI

	LiangF1	LiangF2	LiangF3	LSI
LiangF1	1.00			
LiangF2	0.78	1.00		
LiangF3	0.71	0.70	1.00	
LSI	0.89	0.88	0.80	1.00

PSI

Note: This matrix is diagonal.

LiangF1	LiangF2	LiangF3
0.21	0.23	0.36

- LISREL -LSI-

Completely Standardized Solution

LAMBDA-Y

	LiangF1	LiangF2	LiangF3
v4	0.91	--	--
v5	0.80	--	--
v6	0.74	--	--
v7	--	0.91	--
v8	--	0.64	--
v9	--	0.81	--
v10	--	0.58	--
v12	--	--	0.70
v13	--	--	0.35
v19	--	--	0.77

GAMMA

LSI

LiangF1	0.89
LiangF2	0.88
LiangF3	0.80

Correlation Matrix of ETA and KSI

	LiangF1	LiangF2	LiangF3	LSI
LiangF1	1.00			
LiangF2	0.78	1.00		
LiangF3	0.71	0.70	1.00	
LSI	0.89	0.88	0.80	1.00

PSI

Note: This matrix is diagonal.

LiangF1	LiangF2	LiangF3
0.21	0.23	0.36

THETA-EPS

v4	v5	v6	v7	v8	v9
0.17	0.35	0.45	0.18	0.59	0.34

THETA-EPS

v10	v12	v13	v19
0.66	0.50	0.87	0.41

Time used: 0.240 Seconds

Anexo XII
Questionário SOC *

Escolha, em cada descrição que se segue, qual o sujeito mais parecido consigo (A ou B).

- 1 A Divido a minha energia por muitas coisas
B Concentro todas as minhas energias num determinado número de coisas.

- 2 A Continuo a trabalhar no que planeei até ter sucesso.
B Quando não consigo imediatamente aquilo que quero, não tento outras alternativas durante muito tempo.

- 3 A Quando as coisas não correm tão bem como antes, escolho um ou dois objectivos importantes.
B Quando as coisas não correm tão bem como antes, continuo a tentar manter os meus objectivos.

- 4 A Quando as coisas não correm tão bem como antes, continuo a tentar outras maneiras de as fazer até conseguir o mesmo resultado de antes.
B Quando as coisas não correm tão bem como antes, aceito esse facto.

- 5 A Concentro-me sempre no objectivo mais importante numa determinada altura.
B Estou sempre a trabalhar em vários objectivos ao mesmo tempo.

- 6 A Prefiro esperar um pouco para ver se as coisas se resolvem por si mesmas.
B Faço todos os esforços possíveis para alcançar um determinado objectivo.

- 7 A Quando não consigo fazer algo importante como antes, distribuo o meu tempo e energia por várias outras coisas.
B Quando não consigo fazer algo importante como antes, procuro um novo objectivo.

*Versão portuguesa do *SOC-Questionnaire (Short-Form)* (Freund & Baltes, 1998) para utilização exclusiva na Linha de Investigação *Transições na vida adulta: Dinâmicas adaptativas do adulto idoso*. A. M. Diniz (Coord.), ISPA, Lisboa, 2007.

- 8** A Quando alguma coisa na minha vida não está a correr tão bem como antes, sou eu próprio(a) que decido o que fazer em relação a isso, sem envolver outras pessoas.
B Quando alguma coisa na minha vida não está a correr tão bem como antes, peço conselhos ou ajuda a outras pessoas.
- 9** A Quando penso no que quero na vida, concentro-me em um ou dois objectivos importantes.
B Mesmo quando penso realmente no que quero na vida, espero para ver o que acontece em vez de me dedicar a apenas um ou dois objectivos em particular.
- 10** A Quando alguma coisa é importante para mim, dedico-me a ela de alma e coração.
B Mesmo quando uma coisa é importante para mim, tenho dificuldade em dedicar-me de alma e coração à mesma.
- 11** A Quando não consigo fazer algo tão bem como antes, espero para ver o que acontece.
B Quando não consigo fazer algo tão bem como antes, penso no que é realmente importante para mim.
- 12** A Quando se torna mais difícil para mim conseguir os mesmos resultados que antes obtinha, está na altura de esquecer esse objectivo.
B Quando se torna mais difícil para mim obter os mesmos resultados que antes obtinha, continuo a esforçar-me até conseguir fazer tudo tão bem como antes.

Anexo XIII

Teste do modelo da estrutura factorial da versão reduzida do Questionário SOC

L I S R E L 8.53

BY

Karl G. Jöreskog & Dag Sörbom

This program is published exclusively by
Scientific Software International, Inc.
7383 N. Lincoln Avenue, Suite 100
Lincolnwood, IL 60712, U.S.A.
Phone: (800)247-6113, (847)675-0720, Fax: (847)675-2140
Copyright by Scientific Software International, Inc., 1981-2002
Use of this program is subject to the terms specified in the
Universal Copyright Convention.
Website: www.ssicentral.com

The following lines were read from file E:\modelostotais\soc\LIS_WLS_bs.Spl:

- LISREL -soc

Observed Variables: v1 v2 v3 v4 v5 v6 v7 v8 v9 v10 v11 v12
Sample Size: 97

Correlation Matrix From File FINAL.PML
Asymptotic Covariance Matrix From File FINAL.ACP
Method: Weighted Least Squares

Latent variables SOC
Relationship

SOC->v2 v4 v9 v10 v12 v11

lisrel output fs

Path Diagram
Print Residuals
END OF PROBLEM

- LISREL -soc

Correlation Matrix

	v2	v4	v9	v10	v11	v12
v2	1.00					
v4	0.61	1.00				
v9	0.25	0.08	1.00			
v10	0.49	0.44	0.33	1.00		
v11	0.27	0.37	0.39	0.44	1.00	
v12	0.51	0.57	0.34	0.61	0.26	1.00

- LISREL -soc

Parameter Specifications

LAMBDA-X

SOC

v2 1
v4 2
v9 3
v10 4
v11 5
v12 6

THETA-DELTA

v2	v4	v9	v10	v11	v12
7	8	9	10	11	12

- LISREL -soc

Number of Iterations = 8

LISREL Estimates (Weighted Least Squares)

LAMBDA-X

SOC

v2 0.82
(0.10)
8.17
v4 0.77
(0.09)
8.65
v9 0.41
(0.12)
3.49
v10 0.81
(0.10)
8.53
v11 0.47
(0.12)
4.05
v12 0.82
(0.09)
8.79

PHI

SOC

1.00

THETA-DELTA

v2	v4	v9	v10	v11	v12
0.33	0.41	0.83	0.34	0.78	0.33
(0.19)	(0.17)	(0.14)	(0.19)	(0.15)	(0.18)
1.74	2.41	5.84	1.82	5.25	1.77

Squared Multiple Correlations for X - Variables

v2	v4	v9	v10	v11	v12
0.67	0.59	0.17	0.66	0.22	0.67

Goodness of Fit Statistics

Degrees of Freedom = 9
 Minimum Fit Function Chi-Square = 9.97 (P = 0.35)
 Estimated Non-centrality Parameter (NCP) = 0.97
 90 Percent Confidence Interval for NCP = (0.0 ; 12.99)

Minimum Fit Function Value = 0.10
 Population Discrepancy Function Value (F0) = 0.010
 90 Percent Confidence Interval for F0 = (0.0 ; 0.14)
 Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.034
 90 Percent Confidence Interval for RMSEA = (0.0 ; 0.12)
 P-Value for Test of Close Fit (RMSEA < 0.05) = 0.53

Expected Cross-Validation Index (ECVI) = 0.35
 90 Percent Confidence Interval for ECVI = (0.34 ; 0.48)
 ECVI for Saturated Model = 0.44
 ECVI for Independence Model = 1.40

Chi-Square for Independence Model with 15 Degrees of Freedom = 122.80

Independence AIC = 134.80
 Model AIC = 33.97
 Saturated AIC = 42.00
 Independence CAIC = 156.25
 Model CAIC = 76.87
 Saturated CAIC = 117.07

Normed Fit Index (NFI) = 0.92
 Non-Normed Fit Index (NNFI) = 0.98
 Parsimony Normed Fit Index (PNFI) = 0.55
 Comparative Fit Index (CFI) = 0.99
 Incremental Fit Index (IFI) = 0.99
 Relative Fit Index (RFI) = 0.86

Critical N (CN) = 209.58

Root Mean Square Residual (RMR) = 0.11
 Standardized RMR = 0.11
 Goodness of Fit Index (GFI) = 0.99
 Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = 0.97
 Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI) = 0.42

- LISREL - soc

Summary Statistics for Fitted Residuals

Smallest Fitted Residual = -0.24
 Median Fitted Residual = 0.00
 Largest Fitted Residual = 0.19

Standardized Residuals

	v2	v4	v9	v10	v11	v12
v2	--					
v4	-0.24	--				
v9	-0.82	-1.79	--			
v10	-1.77	-2.01	-0.04	--		

v11	-0.91	0.11	1.55	0.56	--	
v12	-2.18	-0.72	0.02	-0.84	-1.28	--

Summary Statistics for Standardized Residuals

Smallest Standardized Residual = -2.18
 Median Standardized Residual = -0.04
 Largest Standardized Residual = 1.55

- LISREL - soc

Factor Scores Regressions

	KSI					
	v2	v4	v9	v10	v11	v12
SOC	0.27	0.21	0.06	0.27	0.07	0.28

Time used: 0.100 Seconds

Anexo XIV

Escala de Auto-Avaliação de Sabedoria (EAAS)*

Peço-lhe que classifique as frases que lhe vou ler, utilizando uma escala que vai de discordo totalmente a concordo totalmente.

1 = Discordo Totalmente; 2 = Discordo; 3 = Concordo; 4 = Concordo Totalmente.

(Desenhar um círculo à volta do número correspondente à resposta.)

1. Ultrapassei várias situações dolorosas na minha vida.
1 2 3 4
2. É fácil para mim ajustar as minhas emoções às situações em que me encontro.
1 2 3 4
3. Penso muitas vezes nas ligações entre o meu passado e o presente.
1 2 3 4
4. Consigo rir-me dos meus embaraços pessoais.
1 2 3 4
5. Gosto de ler livros que me desafiam a pensar de forma diferente sobre os assuntos.
1 2 3 4
6. Já tive que tomar várias decisões importantes na vida.
1 2 3 4
7. As emoções não tomam conta de mim quando tomo decisões pessoais.
1 2 3 4
8. Penso muitas vezes no meu próprio passado.
1 2 3 4
9. Podem existir aspectos cómicos mesmo nas situações de vida mais difíceis.
1 2 3 4
10. Gosto de ouvir diferentes estilos musicais além do meu estilo preferido.
1 2 3 4
11. Lidei com muitos tipos diferentes de pessoas ao longo da minha vida.
1 2 3 4
12. Estou “em linha” com as minhas emoções.
1 2 3 4
13. “Relembro o passado” com muita frequência.
1 2 3 4
14. Tento e encontro um lado cómico quando lido com uma mudança importante na minha vida.
1 2 3 4
15. Gosto de provar vários tipos de comida de outros povos/países.
1 2 3 4
16. Vivi vários dilemas morais.
1 2 3 4
17. Sou muito bom (boa) a perceber os meus estados emocionais.
1 2 3 4
18. Rever o meu passado ajuda-me a perceber melhor os problemas actuais.
1 2 3 4
19. Chego facilmente ao riso.
1 2 3 4
20. Procuro muitas vezes coisas novas para experimentar.

*Versão portuguesa da SAWS (Webster, 2003) para utilização exclusiva na Linha de Investigação *Transições na vida adulta: Dinâmicas adaptativas do adulto idoso*. A. M. Diniz (Coord.), ISPA, Lisboa, 2007.

- 1 2 3 4
21. Vi muito do lado negativo da vida (ex. desonestidade, hipocrisia).
1 2 3 4
22. Posso expressar livremente as minhas emoções sem sentir que posso perder o controle.
1 2 3 4
23. Lembro muitas vezes outros tempos da minha vida para ver como é que mudei desde então.
- 1 2 3 4
24. Nesta fase da minha vida, acho fácil rir-me dos meus erros.
1 2 3 4
25. As obras de arte polémicas (que dão discussão) desempenham um papel importante e de valor na sociedade.
- 1 2 3 4
26. Atravessei muitas mudanças difíceis na vida.
1 2 3 4
27. Sou bom (boa) a identificar pequenas emoções em mim próprio(a).
1 2 3 4
28. Lembrar os meus velhos tempos ajuda-me a compreender questões importantes da vida.
- 1 2 3 4
29. Uso muitas vezes o humor para pôr os outros à vontade.
1 2 3 4
30. Gosto de estar com pessoas que têm opiniões muito diferentes das minhas.
1 2 3 4
31. Descobri pessoalmente que “não se deve julgar pelas aparências”.
1 2 3 4
32. Consigo controlar as minhas emoções quando a situação assim o exige.
1 2 3 4
33. Acho que as memórias do meu passado são muitas vezes importantes para lidar com situações difíceis.
- 1 2 3 4
34. Acho que, agora, posso apreciar verdadeiramente as pequenas ironias da vida.
1 2 3 4
35. Sou muito curioso(a) acerca de outras religiões e/ou filosofias.
1 2 3 4
36. Aprendi lições de vida valiosas com os outros.
1 2 3 4
37. Parece que tenho um talento especial para ler as emoções das outras pessoas.
1 2 3 4
38. Reviver na memória sucessos passados aumenta a minha confiança de hoje.
1 2 3 4
39. Consigo fazer troça de mim mesmo(a) para confortar outros.
1 2 3 4
40. Muitas vezes pensei sobre a vida e no que está para além dela.
1 2 3 4

Anexo XV

Teste do modelo da estrutura factorial da EAAS

LISREL 8.53

BY

Karl G. Jöreskog & Dag Sörbom

This program is published exclusively by Scientific Software International, Inc. 7383 N. Lincoln Avenue, Suite 100 Lincolnwood, IL 60712, U.S.A. Phone: (800)247-6113, (847)675-0720, Fax: (847)675-2140 Copyright by Scientific Software International, Inc., 1981-2002 Use of this program is subject to the terms specified in the Universal Copyright Convention. Website: www.ssicentral.com

The following lines were read from file E:\modelostotais_nuno\sabedoriaNunoMiguel\LIS_ML_bs2.Spl:

- LISREL saw -195

Observed Variables: orig Saw1 Saw2 Saw3 Saw4 Saw5 Saw6 Saw7 Saw8 Saw9 Saw10 Saw11 Saw12 Saw13 Saw14 Saw15 Saw16 Saw17 Saw18 Saw19 Saw20 Saw21 Saw22 Saw23 Saw24 Saw25 Saw26 Saw27 Saw28 Saw29 Saw30 Saw31 Saw32 Saw33 Saw34 Saw35 Saw36 Saw37 Saw38 Saw39 Saw40 Sample Size: 195

Correlation Matrix From File FINAL.POL Asymptotic Covariance Matrix From File FINAL.AC

Latent variables sabedoria expvida regulaemocio reminiscereflex humor abertura

abertura -> Saw10 Saw15 Saw20 Saw25 Saw30 regulaemocio -> Saw2 Saw22 Saw32 Saw37 Saw7 Saw17 Saw27 reminiscereflex -> Saw3 Saw8 Saw13 Saw18 Saw23 Saw28 Saw33

expvida -> Saw1 Saw6 Saw11 Saw21 Saw26 Saw36 Saw31

let correlation Saw28 Saw33 let correlation Saw32 Saw22

lisrel output fs

Path Diagram Print Residuals END OF PROBLEM

- LISREL saw -195

Correlation Matrix

Table with 7 columns (Saw1-Saw8) and 7 rows (Saw1-Saw8) showing correlation coefficients. Saw1: 1.00; Saw2: 0.15, 1.00; Saw3: 0.29, 0.04, 1.00; Saw6: 0.38, 0.14, 0.26, 1.00; Saw7: 0.12, 0.19, 0.00, 0.18, 1.00; Saw8: 0.16, 0.06, 0.51, 0.19, 0.06, 1.00.

Saw10	0.09	0.15	0.03	0.02	0.07	0.08
Saw11	0.46	0.04	0.16	0.45	0.24	0.24
Saw13	0.19	0.10	0.56	0.27	0.03	0.64
Saw15	0.02	0.04	-0.01	0.09	0.02	0.18
Saw17	0.34	0.14	0.17	0.20	0.12	0.18
Saw18	0.13	0.08	0.25	0.17	0.09	0.28
Saw20	-0.06	0.18	0.01	0.04	0.12	-0.19
Saw21	0.18	0.05	0.15	0.21	0.10	0.11
Saw22	0.15	0.29	0.02	0.08	0.18	0.17
Saw23	0.31	0.02	0.37	0.13	0.03	0.36
Saw25	0.10	0.21	0.02	0.07	0.12	-0.04
Saw26	0.33	0.01	0.19	0.34	-0.06	0.10
Saw27	0.32	0.19	0.12	0.06	0.10	0.19
Saw28	0.11	0.13	0.31	0.20	0.06	0.29
Saw30	-0.02	0.15	0.04	0.10	0.08	-0.04
Saw31	0.44	0.16	0.24	0.28	0.08	0.23
Saw32	0.09	0.34	0.00	0.07	0.19	0.09
Saw33	0.05	0.14	0.33	0.10	0.01	0.18
Saw36	0.40	0.11	0.20	0.38	0.10	0.13
Saw37	0.06	0.21	0.00	0.04	0.09	-0.09

Correlation Matrix

	Saw10	Saw11	Saw13	Saw15	Saw17	Saw18
Saw10	1.00					
Saw11	0.13	1.00				
Saw13	0.10	0.18	1.00			
Saw15	0.25	0.11	0.03	1.00		
Saw17	0.27	0.32	0.15	0.24	1.00	
Saw18	-0.03	0.15	0.25	0.15	0.08	1.00
Saw20	0.18	-0.15	-0.01	0.25	0.09	0.10
Saw21	0.13	0.25	0.12	0.13	0.15	0.04
Saw22	0.20	0.12	0.07	0.16	0.28	0.09
Saw23	0.09	0.11	0.54	0.06	0.29	0.17
Saw25	0.35	0.09	-0.07	0.14	0.18	0.03
Saw26	0.07	0.25	0.17	0.08	0.05	0.06
Saw27	0.27	0.17	0.19	0.17	0.40	0.04
Saw28	-0.16	0.08	0.29	0.03	-0.01	0.38
Saw30	0.19	0.02	0.04	0.24	0.10	-0.05
Saw31	0.20	0.35	0.25	0.12	0.44	0.04
Saw32	0.21	0.18	0.05	0.06	0.26	0.06
Saw33	-0.04	-0.01	0.33	-0.11	-0.05	0.38
Saw36	0.04	0.34	0.18	0.01	0.17	0.24
Saw37	0.21	0.07	0.01	0.10	0.25	-0.07

Correlation Matrix

	Saw20	Saw21	Saw22	Saw23	Saw25	Saw26
Saw20	1.00					
Saw21	0.00	1.00				
Saw22	0.15	0.15	1.00			
Saw23	0.01	0.07	0.00	1.00		
Saw25	0.15	0.18	0.30	-0.06	1.00	
Saw26	0.04	0.27	0.07	0.15	0.05	1.00
Saw27	0.12	0.10	0.18	0.15	0.24	0.06
Saw28	-0.03	0.12	-0.06	0.30	-0.16	0.00
Saw30	0.20	0.10	0.17	-0.01	0.32	0.05
Saw31	-0.03	0.19	0.23	0.25	0.34	0.12
Saw32	0.04	0.17	0.44	0.04	0.33	0.06
Saw33	0.07	0.08	-0.06	0.27	-0.15	0.17
Saw36	0.07	0.19	0.08	0.19	-0.03	0.07
Saw37	0.25	0.01	0.12	-0.03	0.22	0.06

Correlation Matrix

	Saw27	Saw28	Saw30	Saw31	Saw32	Saw33
Saw27	1.00					
Saw28	0.05	1.00				
Saw30	0.16	-0.04	1.00			
Saw31	0.38	0.12	0.17	1.00		
Saw32	0.24	0.02	0.17	0.33	1.00	
Saw33	0.02	0.52	0.13	0.07	0.02	1.00
Saw36	0.07	0.21	0.05	0.27	0.10	0.22
Saw37	0.36	-0.10	0.20	0.14	0.15	-0.04

Correlation Matrix

	Saw36	Saw37
Saw36	1.00	
Saw37	0.03	1.00

- LISREL saw -195

Parameter Specifications

LAMBDA-X

	expvida	regulaem	reminisc	abertura
Saw1	1	0	0	0
Saw2	0	2	0	0
Saw3	0	0	3	0
Saw6	4	0	0	0
Saw7	0	5	0	0
Saw8	0	0	6	0
Saw10	0	0	0	7
Saw11	8	0	0	0
Saw13	0	0	9	0
Saw15	0	0	0	10
Saw17	0	11	0	0
Saw18	0	0	12	0
Saw20	0	0	0	13
Saw21	14	0	0	0
Saw22	0	15	0	0
Saw23	0	0	16	0
Saw25	0	0	0	17
Saw26	18	0	0	0
Saw27	0	19	0	0
Saw28	0	0	20	0
Saw30	0	0	0	21
Saw31	22	0	0	0
Saw32	0	23	0	0
Saw33	0	0	24	0
Saw36	25	0	0	0
Saw37	0	26	0	0

PHI

	expvida	regulaem	reminisc	abertura
expvida	0			
regulaem	27	0		
reminisc	28	29	0	
abertura	30	31	32	0

THETA-DELTA

Saw1	Saw2	Saw3	Saw6	Saw7	Saw8
------	------	------	------	------	------

Saw1	33					
Saw2	0	34				
Saw3	0	0	35			
Saw6	0	0	0	36		
Saw7	0	0	0	0	37	
Saw8	0	0	0	0	0	38
Saw10	0	0	0	0	0	0
Saw11	0	0	0	0	0	0
Saw13	0	0	0	0	0	0
Saw15	0	0	0	0	0	0
Saw17	0	0	0	0	0	0
Saw18	0	0	0	0	0	0
Saw20	0	0	0	0	0	0
Saw21	0	0	0	0	0	0
Saw22	0	0	0	0	0	0
Saw23	0	0	0	0	0	0
Saw25	0	0	0	0	0	0
Saw26	0	0	0	0	0	0
Saw27	0	0	0	0	0	0
Saw28	0	0	0	0	0	0
Saw30	0	0	0	0	0	0
Saw31	0	0	0	0	0	0
Saw32	0	0	0	0	0	0
Saw33	0	0	0	0	0	0
Saw36	0	0	0	0	0	0
Saw37	0	0	0	0	0	0

THETA-DELTA

	Saw10	Saw11	Saw13	Saw15	Saw17	Saw18
Saw10	39					
Saw11	0	40				
Saw13	0	0	41			
Saw15	0	0	0	42		
Saw17	0	0	0	0	43	
Saw18	0	0	0	0	0	44
Saw20	0	0	0	0	0	0
Saw21	0	0	0	0	0	0
Saw22	0	0	0	0	0	0
Saw23	0	0	0	0	0	0
Saw25	0	0	0	0	0	0
Saw26	0	0	0	0	0	0
Saw27	0	0	0	0	0	0
Saw28	0	0	0	0	0	0
Saw30	0	0	0	0	0	0
Saw31	0	0	0	0	0	0
Saw32	0	0	0	0	0	0
Saw33	0	0	0	0	0	0
Saw36	0	0	0	0	0	0
Saw37	0	0	0	0	0	0

THETA-DELTA

	Saw20	Saw21	Saw22	Saw23	Saw25	Saw26
Saw20	45					
Saw21	0	46				
Saw22	0	0	47			
Saw23	0	0	0	48		
Saw25	0	0	0	0	49	
Saw26	0	0	0	0	0	50
Saw27	0	0	0	0	0	0
Saw28	0	0	0	0	0	0
Saw30	0	0	0	0	0	0
Saw31	0	0	0	0	0	0
Saw32	0	0	55	0	0	0

Saw33	0	0	0	0	0	0
Saw36	0	0	0	0	0	0
Saw37	0	0	0	0	0	0

THETA-DELTA

	Saw27	Saw28	Saw30	Saw31	Saw32	Saw33
Saw27	51					
Saw28	0	52				
Saw30	0	0	53			
Saw31	0	0	0	54		
Saw32	0	0	0	0	56	
Saw33	0	57	0	0	0	58
Saw36	0	0	0	0	0	0
Saw37	0	0	0	0	0	0

THETA-DELTA

	Saw36	Saw37
Saw36	59	
Saw37	0	60

- LISREL saw -195

Number of Iterations = 10

LISREL Estimates (Maximum Likelihood)

LAMBDA-X

	expvida	regulaem	reminisc	abertura
Saw1	0.70	--	--	--
	(0.06)			
	11.59			
Saw2	--	0.40	--	--
		(0.07)		
		5.42		
Saw3	--	--	0.68	--
			(0.06)	
			10.83	
Saw6	0.60	--	--	--
	(0.07)			
	8.34			
Saw7	--	0.27	--	--
		(0.08)		
		3.58		
Saw8	--	--	0.73	--
			(0.06)	
			12.29	
Saw10	--	--	--	0.55
				(0.09)
				6.47
Saw11	0.65	--	--	--
	(0.07)			
	8.94			

Saw13	--	--	0.84	--
			(0.05)	
			17.78	
Saw15	--	--	--	0.39
			(0.10)	
			3.95	
Saw17	--	0.60	--	--
		(0.06)		
		9.91		
Saw18	--	--	0.37	--
			(0.08)	
			4.84	
Saw20	--	--	--	0.35
			(0.10)	
			3.51	
Saw21	0.35	--	--	--
	(0.09)			
	3.97			
Saw22	--	0.46	--	--
		(0.08)		
		5.71		
Saw23	--	--	0.59	--
			(0.07)	
			8.49	
Saw25	--	--	--	0.60
			(0.09)	
			6.76	
Saw26	0.38	--	--	--
	(0.09)			
	4.09			
Saw27	--	0.58	--	--
		(0.07)		
		8.24		
Saw28	--	--	0.42	--
			(0.08)	
			5.14	
Saw30	--	--	--	0.46
			(0.09)	
			5.31	
Saw31	0.58	--	--	--
	(0.07)			
	7.93			
Saw32	--	0.48	--	--
		(0.08)		
		5.91		
Saw33	--	--	0.40	--
			(0.09)	
			4.22	
Saw36	0.52	--	--	--
	(0.08)			

6.25

Saw37 -- 0.42 -- --
(0.07)
5.66

PHI

expvida regulaem reminisc abertura

expvida 1.00
regulaem 0.58 1.00
(0.09)
6.12
reminisc 0.46 0.26 1.00
(0.10) (0.12)
4.54 2.09
abertura 0.26 0.74 0.02 1.00
(0.12) (0.11) (0.12)
2.20 6.63 0.14

THETA-DELTA

Saw1 Saw2 Saw3 Saw6 Saw7 Saw8

Saw1 0.51
(0.11)
4.55
Saw2 -- 0.84
(0.09)
8.94
Saw3 -- -- 0.53
(0.11)
4.75
Saw6 -- -- -- 0.64
(0.11)
5.69
Saw7 -- -- -- -- 0.93
(0.08)
11.20
Saw8 -- -- -- -- -- 0.47
(0.11)
4.19
Saw10 -- -- -- -- -- --
Saw11 -- -- -- -- -- --
Saw13 -- -- -- -- -- --
Saw15 -- -- -- -- -- --
Saw17 -- -- -- -- -- --
Saw18 -- -- -- -- -- --
Saw20 -- -- -- -- -- --

Saw21	--	--	--	--	--	--
Saw22	--	--	--	--	--	--
Saw23	--	--	--	--	--	--
Saw25	--	--	--	--	--	--
Saw26	--	--	--	--	--	--
Saw27	--	--	--	--	--	--
Saw28	--	--	--	--	--	--
Saw30	--	--	--	--	--	--
Saw31	--	--	--	--	--	--
Saw32	--	--	--	--	--	--
Saw33	--	--	--	--	--	--
Saw36	--	--	--	--	--	--
Saw37	--	--	--	--	--	--

THETA-DELTA

	Saw10	Saw11	Saw13	Saw15	Saw17	Saw18
Saw10	0.70 (0.12) 5.89					
Saw11	--	0.58 (0.12) 4.83				
Saw13	--	--	0.29 (0.11) 2.73			
Saw15	--	--	--	0.85 (0.10) 8.19		
Saw17	--	--	--	--	0.64 (0.10) 6.30	
Saw18	--	--	--	--	--	0.87 (0.09) 9.52
Saw20	--	--	--	--	--	--
Saw21	--	--	--	--	--	--
Saw22	--	--	--	--	--	--
Saw23	--	--	--	--	--	--
Saw25	--	--	--	--	--	--
Saw26	--	--	--	--	--	--

Saw27	--	--	--	--	--	--
Saw28	--	--	--	--	--	--
Saw30	--	--	--	--	--	--
Saw31	--	--	--	--	--	--
Saw32	--	--	--	--	--	--
Saw33	--	--	--	--	--	--
Saw36	--	--	--	--	--	--
Saw37	--	--	--	--	--	--

THETA-DELTA

	Saw20	Saw21	Saw22	Saw23	Saw25	Saw26
	-----	-----	-----	-----	-----	-----
Saw20	0.87 (0.10) 8.64					
Saw21	--	0.88 (0.09) 9.25				
Saw22	--	--	0.79 (0.10) 7.67			
Saw23	--	--	--	0.65 (0.11) 5.97		
Saw25	--	--	--	--	0.64 (0.13) 4.94	
Saw26	--	--	--	--	--	0.85 (0.10) 8.40
Saw27	--	--	--	--	--	--
Saw28	--	--	--	--	--	--
Saw30	--	--	--	--	--	--
Saw31	--	--	--	--	--	--
Saw32	--	--	0.22 (0.08) 2.86	--	--	--
Saw33	--	--	--	--	--	--
Saw36	--	--	--	--	--	--
Saw37	--	--	--	--	--	--

THETA-DELTA

	Saw27	Saw28	Saw30	Saw31	Saw32	Saw33
Saw27	0.66 (0.11) 6.09					
Saw28	--	0.82 (0.10) 8.32				
Saw30	--	--	0.79 (0.11) 7.31			
Saw31	--	--	--	0.66 (0.11) 5.87		
Saw32	--	--	--	--	0.77 (0.11) 7.26	
Saw33	--	0.36 (0.07) 4.80	--	--	--	0.84 (0.10) 8.06
Saw36	--	--	--	--	--	--
Saw37	--	--	--	--	--	--

THETA-DELTA

	Saw36	Saw37
Saw36	0.73 (0.11) 6.50	
Saw37	--	0.82 (0.10) 8.62

Squared Multiple Correlations for X - Variables

Saw1	Saw2	Saw3	Saw6	Saw7	Saw8
0.49	0.16	0.47	0.36	0.07	0.53

Squared Multiple Correlations for X - Variables

Saw10	Saw11	Saw13	Saw15	Saw17	Saw18
0.30	0.42	0.71	0.15	0.36	0.13

Squared Multiple Correlations for X - Variables

Saw20	Saw21	Saw22	Saw23	Saw25	Saw26
0.13	0.12	0.21	0.35	0.36	0.15

Squared Multiple Correlations for X - Variables

Saw27	Saw28	Saw30	Saw31	Saw32	Saw33
0.34	0.18	0.21	0.34	0.23	0.16

Squared Multiple Correlations for X - Variables

Saw36	Saw37
-----	-----
0.27	0.18

Goodness of Fit Statistics

Degrees of Freedom = 291
 Minimum Fit Function Chi-Square = 497.68 (P = 0.00)
 Normal Theory Weighted Least Squares Chi-Square = 465.87 (P = 0.00)
 Satorra-Bentler Scaled Chi-Square = 267.39 (P = 0.84)
 Estimated Non-centrality Parameter (NCP) = 0.0
 90 Percent Confidence Interval for NCP = (0.0 ; 17.11)

Minimum Fit Function Value = 2.57
 Population Discrepancy Function Value (F0) = 0.0
 90 Percent Confidence Interval for F0 = (0.0 ; 0.088)
 Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.0
 90 Percent Confidence Interval for RMSEA = (0.0 ; 0.017)
 P-Value for Test of Close Fit (RMSEA < 0.05) = 1.00

Expected Cross-Validation Index (ECVI) = 2.12
 90 Percent Confidence Interval for ECVI = (2.12 ; 2.21)
 ECVI for Saturated Model = 3.62
 ECVI for Independence Model = 12.21

Chi-Square for Independence Model with 325 Degrees of Freedom = 2317.71
 Independence AIC = 2369.71
 Model AIC = 387.39
 Saturated AIC = 702.00
 Independence CAIC = 2480.80
 Model CAIC = 643.77
 Saturated CAIC = 2201.82

Normed Fit Index (NFI) = 0.79
 Non-Normed Fit Index (NNFI) = 0.88
 Parsimony Normed Fit Index (PNFI) = 0.70
 Comparative Fit Index (CFI) = 0.90
 Incremental Fit Index (IFI) = 0.90
 Relative Fit Index (RFI) = 0.76

Critical N (CN) = 137.45

Root Mean Square Residual (RMR) = 0.071
 Standardized RMR = 0.071
 Goodness of Fit Index (GFI) = 0.84
 Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = 0.81
 Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI) = 0.70

- LISREL saw -195

Summary Statistics for Fitted Residuals

Smallest Fitted Residual = -0.21
 Median Fitted Residual = 0.00
 Largest Fitted Residual = 0.25

Standardized Residuals

Saw1	Saw2	Saw3	Saw6	Saw7	Saw8
-----	-----	-----	-----	-----	-----
Saw1	--				

Saw2	-0.21	--				
Saw3	0.97	-0.34	--			
Saw6	-0.89	0.06	--			
Saw7	0.18	1.22	-0.55	1.02	--	
Saw8	-0.84	-0.19	0.42	-0.07	0.06	--
Saw10	-0.12	-0.30	0.31	-0.78	-0.61	0.74
Saw11	-3.82	-1.33	-0.51	2.85	1.87	0.24
Saw13	-1.14	0.16	--	0.63	-0.40	--
Saw15	-0.63	-0.94	-0.19	0.40	-0.70	1.98
Saw17	1.73	-2.35	0.82	-0.12	-0.64	0.85
Saw18	0.19	0.50	-0.01	0.87	0.87	0.34
Saw20	-1.45	0.82	0.13	-0.15	0.55	-2.44
Saw21	-1.11	-0.44	0.51	-0.03	0.57	-0.06
Saw22	-0.48	1.42	-0.80	-0.93	0.75	1.04
Saw23	1.78	-0.51	-0.66	-0.36	-0.16	-1.44
Saw25	-0.13	0.40	0.21	-0.28	-0.07	-0.63
Saw26	0.95	-1.18	0.82	1.74	-1.48	-0.36
Saw27	1.51	-1.03	0.22	-1.76	-1.20	0.89
Saw28	-0.33	0.99	0.45	1.14	0.32	-0.30
Saw30	-1.32	0.21	0.36	0.37	-0.16	-0.51
Saw31	1.07	0.26	0.86	-1.26	-0.12	0.39
Saw32	-1.33	2.07	-0.91	-1.13	0.82	0.00
Saw33	-0.97	1.09	0.83	-0.17	-0.18	-1.59
Saw36	0.58	-0.11	0.57	1.23	0.27	-0.60
Saw37	-1.63	0.61	-0.93	-1.49	-0.30	-2.00

Standardized Residuals

	Saw10	Saw11	Saw13	Saw15	Saw17	Saw18
Saw10	--					
Saw11	0.61	--				
Saw13	1.26	-0.93	--			
Saw15	0.79	0.48	0.30	--		
Saw17	0.47	1.59	0.31	1.05	--	
Saw18	-0.43	0.56	-1.52	1.45	0.26	--
Saw20	-0.28	-2.54	-0.14	1.52	-0.93	1.16
Saw21	0.92	0.30	-0.13	0.94	0.43	-0.26
Saw22	0.15	-0.56	-0.36	0.30	0.16	0.52
Saw23	0.97	-0.78	--	0.56	2.40	-0.72
Saw25	0.29	-0.18	-1.00	-1.21	-1.37	0.31
Saw26	0.22	-0.04	0.25	0.42	-1.10	-0.01
Saw27	0.81	-0.60	1.04	0.01	1.50	-0.19
Saw28	-2.03	-0.59	-2.84	0.29	-0.87	3.73
Saw30	-1.04	-0.73	0.33	0.83	-1.47	-0.67
Saw31	1.56	-0.92	0.30	0.70	4.20	-0.65
Saw32	0.23	0.06	-0.61	-0.98	-0.74	0.15
Saw33	-0.53	-1.57	-0.03	-1.45	-1.32	3.58
Saw36	-0.52	0.11	-0.20	-0.46	-0.11	2.02
Saw37	0.46	-1.24	-1.10	-0.27	-0.03	-1.28

Standardized Residuals

	Saw20	Saw21	Saw22	Saw23	Saw25	Saw26
Saw20	--					
Saw21	-0.38	--				
Saw22	0.33	0.70	--			
Saw23	0.04	-0.23	-0.88	--		
Saw25	-0.89	1.46	1.42	-0.81	--	
Saw26	0.10	1.65	-0.47	0.58	-0.12	--
Saw27	-0.48	-0.15	-1.13	0.81	-0.39	-0.85
Saw28	-0.44	0.65	-1.33	0.78	-1.86	-0.77
Saw30	0.53	0.61	0.14	-0.13	0.87	0.05
Saw31	-1.01	-0.22	1.02	1.36	3.00	-1.80
Saw32	-1.08	0.90	--	-0.32	2.07	-0.55
Saw33	0.76	0.21	-1.15	0.47	-1.83	1.24

Saw36	0.20	0.07	-0.81	0.55	-1.31	-1.42
Saw37	1.87	-0.77	-0.90	-1.20	0.45	-0.37

Standardized Residuals

	Saw27	Saw28	Saw30	Saw31	Saw32	Saw33
Saw27	--					
Saw28	-0.20	--				
Saw30	-0.44	-0.51	--			
Saw31	2.17	0.07	1.08	--		
Saw32	-0.62	-0.38	0.11	2.14	--	
Saw33	-0.44	--	1.26	-0.45	-0.41	--
Saw36	-1.11	1.30	-0.14	-0.50	-0.43	1.65
Saw37	1.91	-1.61	0.59	0.02	-0.90	-1.00

Standardized Residuals

	Saw36	Saw37
Saw36	--	
Saw37	-1.34	--

Summary Statistics for Standardized Residuals

Smallest Standardized Residual = -3.82
 Median Standardized Residual = 0.00
 Largest Standardized Residual = 4.20

Largest Negative Standardized Residuals

Residual for Saw11 and Saw1 -3.82
 Residual for Saw28 and Saw13 -2.84

Largest Positive Standardized Residuals

Residual for Saw11 and Saw6 2.85
 Residual for Saw28 and Saw18 3.73
 Residual for Saw31 and Saw17 4.20
 Residual for Saw31 and Saw25 3.00
 Residual for Saw33 and Saw18 3.58

- LISREL saw -195

Factor Scores Regressions

KSI

	Saw1	Saw2	Saw3	Saw6	Saw7	Saw8
expvida	0.28	0.02	0.02	0.19	0.01	0.03
regulaem	0.07	0.12	0.01	0.05	0.07	0.01
reminisc	0.02	0.00	0.19	0.02	0.00	0.23
abertura	0.00	0.06	-0.01	0.00	0.04	-0.01

KSI

	Saw10	Saw11	Saw13	Saw15	Saw17	Saw18
expvida	0.00	0.23	0.05	0.00	0.05	0.01
regulaem	0.10	0.06	0.02	0.06	0.23	0.00
reminisc	-0.01	0.02	0.44	0.00	0.01	0.06
abertura	0.25	0.00	-0.03	0.14	0.12	0.00

KSI

	Saw20	Saw21	Saw22	Saw23	Saw25	Saw26
expvida	0.00	0.08	0.02	0.02	0.00	0.09

regulaem	0.05	0.02	0.11	0.01	0.12	0.02
reminisc	0.00	0.01	0.00	0.14	-0.01	0.01
abertura	0.13	0.00	0.06	-0.01	0.29	0.00

KSI

	Saw27	Saw28	Saw30	Saw31	Saw32	Saw33
expvida	0.04	0.01	0.00	0.18	0.02	0.01
regulaem	0.22	0.00	0.08	0.04	0.12	0.00
reminisc	0.01	0.06	-0.01	0.02	0.00	0.05
abertura	0.11	0.00	0.18	0.00	0.06	0.00

KSI

	Saw36	Saw37
expvida	0.14	0.03
regulaem	0.03	0.13
reminisc	0.01	0.00
abertura	0.00	0.07

Time used: 26.628 Seconds

Anexo XVI

Teste do modelo unifactorial da EAAS

L I S R E L 8.53

BY

Karl G. Jöreskog & Dag Sörbom

This program is published exclusively by
Scientific Software International, Inc.
7383 N. Lincoln Avenue, Suite 100
Lincolnwood, IL 60712, U.S.A.
Phone: (800)247-6113, (847)675-0720, Fax: (847)675-2140
Copyright by Scientific Software International, Inc., 1981-2005
Use of this program is subject to the terms specified in the
Universal Copyright Convention.
Website: www.ssicentral.com

The following lines were read from file C:\Documents and Settings\comp\Ambiente de trabalho\sablisrel4\sab4.Spl:

- LISREL -sab

Observed Variables: ab rgem rem expv
Sample Size: 389
Correlation Matrix From File FINAL1.POL
Asymptotic Covariance Matrix From File FINAL1.AC

Observed Variables: ab rgem rem expv

Latent variables SAB

Relationship
SAB -> ab rgem rem expv

let correlation rgem ab

options ef

Path Diagram
Print Residuals
END OF PROBLEM

Sample Size = 389

- LISREL -sab

Correlation Matrix

	ab	rgem	rem	expv
ab	1.00			
rgem	0.41	1.00		
rem	0.03	0.19	1.00	
expv	0.15	0.37	0.30	1.00

- LISREL -sab

Number of Iterations = 15

LISREL Estimates (Robust Maximum Likelihood)

Measurement Equations

ab = 0.18*SAB, Errorvar.= 0.97 , R \hat{y} = 0.032

(0.066) (0.056)
2.69 17.31

rgem = 0.48*SAB, Errorvar.= 0.77 , R \hat{y} = 0.23

(0.071) (0.085)
6.76 9.00

rem = 0.40*SAB, Errorvar.= 0.84 , R \hat{y} = 0.16

(0.065) (0.073)
6.13 11.53

expv = 0.76*SAB, Errorvar.= 0.43 , R \hat{y} = 0.57

(0.096) (0.15)
7.89 2.76

Error Covariance for rgem and ab = 0.32

(0.049)
6.57

Correlation Matrix of Independent Variables

SAB

1.00

Goodness of Fit Statistics

Degrees of Freedom = 1

Minimum Fit Function Chi-Square = 1.10 (P = 0.29)

Normal Theory Weighted Least Squares Chi-Square = 1.10 (P = 0.30)

Satorra-Bentler Scaled Chi-Square = 1.10 (P = 0.29)

Chi-Square Corrected for Non-Normality = 1.10 (P = 0.29)

Estimated Non-centrality Parameter (NCP) = 0.099

90 Percent Confidence Interval for NCP = (0.0 ; 7.25)

Minimum Fit Function Value = 0.0028

Population Discrepancy Function Value (F0) = 0.00026

90 Percent Confidence Interval for F0 = (0.0 ; 0.019)

Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.016

90 Percent Confidence Interval for RMSEA = (0.0 ; 0.14)

P-Value for Test of Close Fit (RMSEA < 0.05) = 0.50

Expected Cross-Validation Index (ECVI) = 0.049

90 Percent Confidence Interval for ECVI = (0.049 ; 0.068)

ECVI for Saturated Model = 0.052

ECVI for Independence Model = 0.47

Chi-Square for Independence Model with 6 Degrees of Freedom = 175.25

Independence AIC = 183.25

Model AIC = 19.10

Saturated AIC = 20.00

Independence CAIC = 203.10

Model CAIC = 63.77

Saturated CAIC = 69.64

Normed Fit Index (NFI) = 0.99
 Non-Normed Fit Index (NNFI) = 1.00
 Parsimony Normed Fit Index (PNFI) = 0.17
 Comparative Fit Index (CFI) = 1.00
 Incremental Fit Index (IFI) = 1.00
 Relative Fit Index (RFI) = 0.96

Critical N (CN) = 2342.67

Root Mean Square Residual (RMR) = 0.014
 Standardized RMR = 0.014
 Goodness of Fit Index (GFI) = 1.00
 Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = 0.99
 Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI) = 0.100

Summary Statistics for Fitted Residuals

Smallest Fitted Residual = -0.04
 Median Fitted Residual = 0.00
 Largest Fitted Residual = 0.01

Standardized Residuals

	ab	rgem	rem	expv
ab	--			
rgem	--	--		
rem	-1.05	--	--	
expv	--	--	--	--

Summary Statistics for Standardized Residuals

Smallest Standardized Residual = -1.05
 Median Standardized Residual = 0.00
 Largest Standardized Residual = 0.00

Time used: 0.078 Seconds

Anexo XVII

Teste do modelo preditor do sucesso no envelhecimento A

LISREL 8.53

BY

Karl G. Jöreskog & Dag Sörbom

This program is published exclusively by
Scientific Software International, Inc.
7383 N. Lincoln Avenue, Suite 100
Lincolnwood, IL 60712, U.S.A.
Phone: (800)247-6113, (847)675-0720, Fax: (847)675-2140
Copyright by Scientific Software International, Inc., 1981-2002
Use of this program is subject to the terms specified in the
Universal Copyright Convention.
Website: www.ssicentral.com

The following lines were read from file E:\Nunomodelofinal\final_cov_ef.Spl:

- LISREL -modelofinal
Observed Variables: Grupo terc_quar Genero socond fepond
sabedoriap BETOTAL

Sample Size: 194
Covariance Matrix From File FINAL1.COV

Relationship
Grupo ->fepond socond BETOTAL
Genero -> fepond sabedoriap BETOTAL
terc_quar ->socond BETOTAL fepond

socond sabedoriap fepond ->BETOTAL

sabedoriap->socond

options ef

Path Diagram
Print Residuals
END OF PROBLEM

Sample Size = 194

- LISREL -modelofinal

Covariance Matrix

	socond	fepond	sabedori	BETOTAL	Grupo	terc_qua
socond	0.15					
fepond	0.01	0.94				
sabedori	0.06	-0.29	2.02			
BETOTAL	0.28	-0.06	0.59	4.29		
Grupo	0.16	0.12	-0.07	0.59	1.00	
terc_qua	-0.04	0.31	-0.25	-0.38	0.03	1.00
Genero	0.01	0.63	-0.32	-0.41	-0.08	0.10

Covariance Matrix

Genero

Genero 1.00

- LISREL -modelofinal

Number of Iterations = 6

LISREL Estimates (Maximum Likelihood)

Structural Equations

socpond = 0.032*sabedori + 0.16*Grupo - 0.033*terc_qua, Errorvar.= 0.12 , R² = 0.20
(0.018) (0.025) (0.025) (0.012)
1.80 6.57 -1.34 9.75

fepond = 0.17*Grupo + 0.24*terc_qua + 0.62*Genero, Errorvar.= 0.45 , R² = 0.52
(0.049) (0.049) (0.049) (0.046)
3.37 4.92 12.64 9.75

sabedori = - 0.32*Genero, Errorvar.= 1.92 , R² = 0.050
(0.10) (0.20)
-3.15 9.75

BETOTAL = 1.37*socpond + 0.44*fepond + 0.19*sabedori + 0.29*Grupo - 0.37*terc_qua - 0.57*Genero,
Errorvar.= 3.28 , R² = 0.24
0.24 (0.38) (0.20) (0.095) (0.15) (0.14) (0.18) (0.34)
3.59 2.27 1.98 1.95 -2.63 -3.15 9.75

Reduced Form Equations

socpond = 0.16*Grupo - 0.033*terc_qua - 0.010*Genero, Errorvar.= 0.12, R² = 0.19
(0.025) (0.025) (0.0064)
6.57 -1.34 -1.56

fepond = 0.17*Grupo + 0.24*terc_qua + 0.62*Genero, Errorvar.= 0.45, R² = 0.52
(0.049) (0.049) (0.049)
3.37 4.92 12.64

sabedori = 0.0*Grupo + 0.0*terc_qua - 0.32*Genero, Errorvar.= 1.92, R² = 0.050
(0.10)
-3.15

BETOTAL = 0.59*Grupo - 0.31*terc_qua - 0.37*Genero, Errorvar.= 3.69, R² = 0.15
(0.14) (0.14) (0.14)
4.28 -2.24 -2.72

Correlation Matrix of Independent Variables

Grupo terc_qua Genero

Grupo 1.00
(0.10)
9.75

terc_qua 0.03 1.00
(0.07) (0.10)
0.46 9.75

Genero -0.08 0.10 1.00
(0.07) (0.07) (0.10)
-1.10 1.43 9.75

Covariance Matrix of Latent Variables

	socpond	fepond	sabedori	BETOTAL	Grupo	terc_qua
socpond	0.15					
fepond	0.00	0.94				
sabedori	0.07	-0.20	2.02			
BETOTAL	0.29	-0.06	0.59	4.32		
Grupo	0.16	0.12	0.03	0.61	1.00	
terc_qua	-0.03	0.31	-0.03	-0.33	0.03	1.00
Genero	-0.03	0.63	-0.32	-0.45	-0.08	0.10

Covariance Matrix of Latent Variables

	Genero
Genero	1.00

Goodness of Fit Statistics

Degrees of Freedom = 5
 Minimum Fit Function Chi-Square = 7.73 (P = 0.17)
 Normal Theory Weighted Least Squares Chi-Square = 7.66 (P = 0.18)
 Estimated Non-centrality Parameter (NCP) = 2.66
 90 Percent Confidence Interval for NCP = (0.0 ; 14.33)

Minimum Fit Function Value = 0.040
 Population Discrepancy Function Value (F0) = 0.014
 90 Percent Confidence Interval for F0 = (0.0 ; 0.075)
 Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.053
 90 Percent Confidence Interval for RMSEA = (0.0 ; 0.12)
 P-Value for Test of Close Fit (RMSEA < 0.05) = 0.40

Expected Cross-Validation Index (ECVI) = 0.28
 90 Percent Confidence Interval for ECVI = (0.27 ; 0.34)
 ECVI for Saturated Model = 0.29
 ECVI for Independence Model = 1.30

Chi-Square for Independence Model with 21 Degrees of Freedom = 232.34
 Independence AIC = 246.34
 Model AIC = 53.66
 Saturated AIC = 56.00
 Independence CAIC = 276.21
 Model CAIC = 151.82
 Saturated CAIC = 175.50

Normed Fit Index (NFI) = 0.97
 Non-Normed Fit Index (NNFI) = 0.95
 Parsimony Normed Fit Index (PNFI) = 0.23
 Comparative Fit Index (CFI) = 0.99
 Incremental Fit Index (IFI) = 0.99
 Relative Fit Index (RFI) = 0.86

Critical N (CN) = 377.49

Root Mean Square Residual (RMR) = 0.050
 Standardized RMR = 0.039
 Goodness of Fit Index (GFI) = 0.99
 Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = 0.94
 Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI) = 0.18

- LISREL -modelofinal

Summary Statistics for Fitted Residuals

Smallest Fitted Residual = -0.22
 Median Fitted Residual = 0.00
 Largest Fitted Residual = 0.05

Standardized Residuals

	socpond	fepond	sabedori	BETOTAL	Grupo	terc_qua
socpond	-0.46					
fepond	0.44	--				
sabedori	-0.46	-1.23	--			
BETOTAL	-1.26	-0.10	0.04	-0.81		
Grupo	-0.90	--	-0.90	-0.90	--	
terc_qua	-2.15	--	-2.15	-2.15	--	--
Genero	1.38	--	--	1.38	--	--

Standardized Residuals

Genero	
Genero	--

Summary Statistics for Standardized Residuals

Smallest Standardized Residual = -2.15
 Median Standardized Residual = 0.00
 Largest Standardized Residual = 1.38

- LISREL -modelofinal

Total and Indirect Effects

Indirect Effects of X on Y

	Grupo	terc_qua	Genero
socpond	--	--	-0.01 (0.01) -1.56
fepond	--	--	--
sabedori	--	--	--
BETOTAL	0.30 (0.08) 3.67	0.06 (0.06) 0.96	0.20 (0.13) 1.56

Largest Eigenvalue of B*B' (Stability Index) is 2.116

Indirect Effects of Y on Y

	socpond	fepond	sabedori	BETOTAL
socpond	--	--	--	--

```
fepond  --  --  --  --
sabedori  --  --  --  --
BETOTAL  --  --  0.04  --
          (0.03)
          1.61
```

Time used: 0.047 Seconds

Anexo XVIII

Teste do modelo preditor do sucesso no envelhecimento B

L I S R E L 8.53

BY

Karl G. Jöreskog & Dag Sörbom

This program is published exclusively by
Scientific Software International, Inc.
7383 N. Lincoln Avenue, Suite 100
Lincolnwood, IL 60712, U.S.A.
Phone: (800)247-6113, (847)675-0720, Fax: (847)675-2140
Copyright by Scientific Software International, Inc., 1981-2002
Use of this program is subject to the terms specified in the
Universal Copyright Convention.
Website: www.ssicentral.com

The following lines were read from file E:\Nunomodelofinal\final_NA_cov_ef.Spl:

- LISREL -modelofinal
Observed Variables: Grupo terc_quar Genero ZNApond socond fepond
sabedoriap positivo

Sample Size: 194
Covariance Matrix From File FINAL1.POL

Relationship

Grupo ->fepond socond ZNApond positivo
Genero -> fepond sabedoriap ZNApond positivo
terc_quar ->socond fepond ZNApond positivo

socond sabedoriap fepond ->ZNApond positivo

sabedoriap->socond

ZNApond -> positivo

Options ef

Path Diagram
Print Residuals
END OF PROBLEM

Sample Size = 194

- LISREL -modelofinal

Covariance Matrix

	ZNApond	socond	fepond	sabedori	positivo	Grupo
ZNApond	1.00					
socond	-0.04	1.00				
fepond	0.08	0.04	1.00			
sabedori	-0.07	0.11	-0.21	1.00		
positivo	-0.25	0.43	0.01	0.22	1.00	
Grupo	-0.10	0.42	0.13	-0.05	0.31	1.00
terc_qua	0.13	-0.09	0.32	-0.17	-0.16	0.03
Genero	0.25	0.02	0.65	-0.22	-0.10	-0.08

Covariance Matrix

	terc_qua	Genero
terc_qua	1.00	
Genero	0.10	1.00

- LISREL -modelofinal

Number of Iterations = 6

LISREL Estimates (Maximum Likelihood)

Structural Equations

ZNApond = - 0.0013*socpond - 0.20*fepond - 0.0025*sabedori - 0.045*Grupo + 0.16*terc_qua + 0.36*Genero, Errorvar.= 0.90 ,
 0 , (0.077) (0.099) (0.071) (0.078) (0.074) (0.095) (0.092)
 92) -0.017 -2.06 -0.035 -0.58 2.17 3.81 9.7 Rý

Rý = 0.10

socpond = 0.12*sabedori + 0.43*Grupo - 0.087*terc_qua, Errorvar.= 0.80 , Rý = 0.20
 (0.065) (0.065) (0.065) (0.082)
 1.80 6.57 -1.34 9.75

fepond = 0.17*Grupo + 0.25*terc_qua + 0.64*Genero, Errorvar.= 0.48 , Rý = 0.52
 (0.050) (0.051) (0.051) (0.049)
 3.37 4.92 12.64 9.75

sabedori = - 0.22*Genero, Errorvar.= 0.95 , Rý = 0.050
 (0.071) (0.098)
 -3.15 9.75

positivo = - 0.19*ZNApond + 0.33*socpond + 0.10*fepond + 0.17*sabedori + 0.15*Grupo - 0.10*terc_qua - 0.065*Genero,
 (0.064) (0.068) (0.089) (0.063) (0.069) (0.066) (0.088)
 -3.00 4.91 1.18 2.67 2.10 -1.55 -0.74

Errorvar.= 0.70 , Rý = 0.30
 (0.072)
 9.75

Reduced Form Equations

ZNApond = - 0.081*Grupo + 0.11*terc_qua + 0.23*Genero, Errorvar.= 0.92, Rý = 0.081
 (0.070) (0.070) (0.070)
 -1.15 1.56 3.32

socpond = 0.43*Grupo - 0.087*terc_qua - 0.026*Genero, Errorvar.= 0.81, Rý = 0.19
 (0.065) (0.065) (0.017)
 6.57 -1.34 -1.56

fepond = 0.17*Grupo + 0.25*terc_qua + 0.64*Genero, Errorvar.= 0.48, Rý = 0.52
 (0.050) (0.051) (0.051)
 3.37 4.92 12.64

sabedori = 0.0*Grupo + 0.0*terc_qua - 0.22*Genero, Errorvar.= 0.95, Rý = 0.050
 (0.071)
 -3.15

positivo = 0.32*Grupo - 0.13*terc_qua - 0.088*Genero, Errorvar.= 0.87, Rý = 0.13

(0.067) (0.067) (0.065)
 4.83 -1.90 -1.36

Correlation Matrix of Independent Variables

	Grupo	terc_qua	Genero
Grupo	1.00 (0.10) 9.75		
terc_qua	0.03 (0.07) 0.46	1.00 (0.10) 9.75	
Genero	-0.08 (0.07) -1.10	0.10 (0.07) 1.43	1.00 (0.10) 9.75

Covariance Matrix of Latent Variables

	ZNApond	socpond	fepond	sabedori	positivo	Grupo
ZNApond	1.00					
socpond	-0.06	1.00				
fepond	0.08	0.01	1.00			
sabedori	-0.06	0.13	-0.15	1.00		
positivo	-0.26	0.44	0.01	0.23	1.01	
Grupo	-0.10	0.43	0.13	0.02	0.32	1.00
terc_qua	0.13	-0.08	0.32	-0.02	-0.12	0.03
Genero	0.25	-0.07	0.65	-0.22	-0.13	-0.08

Covariance Matrix of Latent Variables

	terc_qua	Genero
terc_qua	1.00	
Genero	0.10	1.00

Goodness of Fit Statistics

Degrees of Freedom = 5
 Minimum Fit Function Chi-Square = 7.73 (P = 0.17)
 Normal Theory Weighted Least Squares Chi-Square = 7.66 (P = 0.18)
 Estimated Non-centrality Parameter (NCP) = 2.66
 90 Percent Confidence Interval for NCP = (0.0 ; 14.33)

Minimum Fit Function Value = 0.040
 Population Discrepancy Function Value (F0) = 0.014
 90 Percent Confidence Interval for F0 = (0.0 ; 0.075)
 Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.053
 90 Percent Confidence Interval for RMSEA = (0.0 ; 0.12)
 P-Value for Test of Close Fit (RMSEA < 0.05) = 0.40

Expected Cross-Validation Index (ECVI) = 0.37
 90 Percent Confidence Interval for ECVI = (0.35 ; 0.43)
 ECVI for Saturated Model = 0.38
 ECVI for Independence Model = 1.53

Chi-Square for Independence Model with 28 Degrees of Freedom = 274.05
 Independence AIC = 290.05
 Model AIC = 69.66
 Saturated AIC = 72.00
 Independence CAIC = 324.19

Model CAIC = 201.96
 Saturated CAIC = 225.64

Normed Fit Index (NFI) = 0.97
 Non-Normed Fit Index (NNFI) = 0.94
 Parsimony Normed Fit Index (PNFI) = 0.17
 Comparative Fit Index (CFI) = 0.99
 Incremental Fit Index (IFI) = 0.99
 Relative Fit Index (RFI) = 0.84

Critical N (CN) = 377.52

Root Mean Square Residual (RMR) = 0.035
 Standardized RMR = 0.034
 Goodness of Fit Index (GFI) = 0.99
 Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = 0.93
 Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI) = 0.14

- LISREL -modelofinal

Summary Statistics for Fitted Residuals

Smallest Fitted Residual = -0.15
 Median Fitted Residual = 0.00
 Largest Fitted Residual = 0.09

Standardized Residuals

	ZNApond	socpond	fepond	sabedori	positivo	Grupo
ZNApond	-0.24					
socpond	1.36	-0.46				
fepond	0.80	0.44	--			
sabedori	-0.58	-0.46	-1.23	--		
positivo	1.01	-0.87	-0.09	-0.15	-0.53	
Grupo	0.90	-0.90	--	-0.90	-0.90	--
terc_qua	2.15	-2.15	--	-2.15	-2.15	--
Genero	-1.38	1.38	--	--	1.38	--

Standardized Residuals

	terc_qua	Genero
terc_qua	--	
Genero	--	--

Summary Statistics for Standardized Residuals

Smallest Standardized Residual = -2.15
 Median Standardized Residual = 0.00
 Largest Standardized Residual = 2.15

- LISREL -modelofinal

Total and Indirect Effects

Indirect Effects of X on Y

	Grupo	terc_qua	Genero
ZNApond	-0.04	-0.05	-0.13
	(0.04)	(0.03)	(0.07)
	-0.92	-1.84	-1.97

socpond	--	--	-0.03
		(0.02)	-1.56
fepond	--	--	--
sabedori	--	--	--
positivo	0.18	-0.02	-0.02
	(0.04)	(0.04)	(0.07)
	4.17	-0.66	-0.36

Largest Eigenvalue of B*B' (Stability Index) is 0.193

Indirect Effects of Y on Y

	ZNApond	socpond	fepond	sabedori	positivo
ZNApond	--	--	--	0.00	--
			(0.01)	-0.02	
socpond	--	--	--	--	--
fepond	--	--	--	--	--
sabedori	--	--	--	--	--
positivo	--	0.00	0.04	0.04	--
	(0.01)	(0.02)	(0.03)		
	0.02	1.70	1.48		

Time used: 0.016 Seconds

Anexo XIX

Termo de consentimento informado para a realização de história de vida

Eu _____ declaro aceitar participar voluntariamente no estudo realizado pelo Dr. Nuno Amado, para a realização da sua tese de Doutoramento pelo I.S.P.A. A minha participação incluirá a narração da minha história de vida, estando assegurada a confidencialidade da mesma.

Abaixo assina