



Universidade do Minho
Instituto de Educação e Psicologia

Luciana Catarina Azevedo Peixoto

**Estudo de Adaptação da Escala de Afectos
do Método de Autoconfrontação de
Hermans à População Portuguesa**



Universidade do Minho

Instituto de Educação e Psicologia

Luciana Catarina Azevedo Peixoto

**Estudo de Adaptação da Escala de Afectos
do Método de Autoconfrontação de
Hermans à População Portuguesa**

Tese de Mestrado em Psicologia

Área de Conhecimento em Psicologia Clínica

Trabalho realizado sob a orientação do

Professor Doutor Miguel Gonçalves

e co-orientação do

Professor Doutor João Salgado

Fevereiro de 2009

DECLARAÇÃO

Luciana Catarina Azevedo Peixoto

catarinapeixoto@hotmail.com

Estudo da Adaptação da Escala de Afectos do Método de Autoconfrontação de Hermans
à População Portuguesa

Orientada pelo Professor Doutor Miguel Gonçalves e pelo Professor João Salgado

Fevereiro, 2009

Dissertação de candidatura ao grau de Mestre em psicologia, área de especialização em
Psicologia Clínica, do Instituto de Educação e Psicologia da Universidade do Minho

É AUTORIZADA A REPRODUÇÃO INTEGRAL DESTA TESE/TRABALHO
APENAS PARA EFEITOS DE INVESTIGAÇÃO, MEDIANTE DECLARAÇÃO
ESCRITA DO INTERESSADO, QUE TAL SE COMPROMETE.

Universidade do Minho, Fevereiro de 2009

AGRADECIMENTOS

Ao Professor Doutor Miguel Gonçalves, pelo tempo cedido, por tudo que me ensinou e pela imensa compreensão.

Ao Professor Doutor João Salgado, por todo o apoio e paciência ao longo deste projecto, e por me ter ajudado a “remar contra a maré”.

À Mafalda por ter me ajudado na recolha dos dados e pelo incentivo.

A todos os que colaboraram, amigavelmente, no preenchimento dos inquéritos.

À minha família: aos meus pais por ter sido o meu porto seguro; à minha irmã por ter sido a minha companheira de guerra, o meu amparo; e ao meu irmão por todo o apoio que me deu ao longo deste percurso por vezes sinuoso.

Aos meus amigos pelos momentos de força e pelos sorrisos.

À Raquel, por todos os abraços e por ter “saltado comigo montes e montanhas”.

À Diana por me ter ouvido e pelos abraços.

Ao Tiago por toda a paciência e ajuda. Por ser meu amigo.

Estudo da Adaptação da Escala de Afectos do Método de Autoconfrontação de Hermans
à População Portuguesa

RESUMO

O método de autoconfrontação (MAC) compreende a classificação, através de uma grelha de afectos, de cada experiência significativa (avaliação) escolhida pelo indivíduo, para caracterizar a sua autonarrativa. Deste método resulta numa matriz em que cada avaliação se associa a um determinado padrão afectivo. Neste estudo foi utilizada uma matriz de afectos composta por 30 termos afectivos, baseada nos procedimentos gerais do MAC, com o objectivo de analisar a validade de constructo da grelha de afectos utilizada, bem como analisar a consistência interna dos seus itens (termos de afectos) que constituem cada um dos factores. Desta forma, recorreu-se a uma análise factorial exploratória para analisar e determinar a validade do constructo. A amostra utilizada é composta por uma população universitária de 387 sujeitos, com idades compreendidas entre os 18 e 67 anos de idade. Após a análise factorial da escala de 30 afectos os resultados convergiram em 4 factores – S/P, O, P/N (factor de bem estar e sentimentos disfóricos) e N (afectos ansiógenos) – ou seja, houve uma divisão do factor N em afectos de carácter mais disfórico e ansiógeno. Realizou-se ainda uma análise da consistência interna de cada escala, confirmando-se que a divisão original efectuada pela teoria da avaliação resulta em escalas coesas. Estes resultados contribuem para uma clarificação dos resultados obtidos na população Portuguesa.

***Palavras-chave:** método de autoconfrontação; avaliação; grelha de afectos; análise factorial; consistência interna*

Adaptation Study of the Affects Scale from Hermans Self-Confrontation Method in the Portuguese Population

ABSTRACT

The self-confrontation method (SCM) comprehends the classification, through an affects grid, of each significant experience (valuation) chosen by the individual, to characterize its self-narrative. From this method results a matrix in each valuation is associated to a determined affective pattern. In this study was used an affects matrix composed by 30 affective terms, based in the general procedures of SCM, with the objective to analyze the used affects grid concept validity, as well as analyze its items internal consistence (affects terms) which constitutes each one of the factors. In this way, it was used an exploratory factorial analysis to analyze and determine the concept validity. The sample used its composed by an university population of 387 subjects, with ages between 18 and 67 years old. After the factorial analysis of the 30 affects scale, the results converged into 4 factors – S/P, O, P/N (well being and dysphoria feelings factor) and N (anxiety affects) – meaning, there was a division of the N factor in dysphoria and anxiety affects. It was made an internal consistence analysis of each scale, confirming that the original division effectuated by the valuation theory results in coherent scales. These results contribute for a clarification of the results obtained in the Portuguese population.

Key-words: *self-confrontation method; valuation; affects grid; factorial analysis; internal consistence*

Índice

| | |
|--|-----------|
| Introdução | 1 |
| | |
| Parte I. Enquadramento Teórico | 5 |
| 1. A pessoa como narradora motivada de histórias | 7 |
| 2. A teoria da valoração de Hermans | 8 |
| 2.1. A noção de valoração | 9 |
| 2.2. A componente afectiva e motivacional de uma valoração | 12 |
| 2.3. Tipos de valorações | 14 |
| 3. O Método de Autoconfrontação | 17 |
| 3.1. O MAC enquanto instrumento de intervenção e de investigação | 18 |
| 3.2. Vantagens do Método de Autoconfrontação | 22 |
| 4. A capacidade de acção e comunhão (<i>agency and communion</i>) | 23 |
| 4.1. Modelo interpessoal circumplexo de acção e comunhão | 24 |
| 4.2. Acção não mitigada e comunhão não mitigada | 31 |
| 4.3. O modelo interpessoal circumplexo (acção e comunhão) e os motivos S e O de Hubert Hermans | 34 |
| 5. Análise factorial | 35 |
| | |
| Parte II. Investigação Empírica | 39 |
| 1. Objectivos do estudo | 41 |
| 2. Método | 42 |
| 2.1. Amostra | 42 |
| 2.2. Instrumentos | 44 |

| | |
|---|-----------|
| 2.2.1. Ficha de caracterização soció-demografica e frases de elaboração das valorações | 44 |
| 2.2.2. Matriz de afectos | 44 |
| 2.3. Procedimentos gerais | 48 |
| 3. Pressupostos | 48 |
| 4. Resultados | 49 |
| 4.1. Avaliação preliminar da escala | 49 |
| 4.2. Análise factorial da escala de 30 afectos | 49 |
| 4.2.1. Análise da consistência interna dos itens | 53 |
| 4.3. Discussão dos resultados | 57 |
| Conclusão | 61 |
| Referências Bibliográficas | 65 |
| Anexos | 73 |
| Anexo 1 – Dados sócio-demograficos e elaboração das frases de valorações | 75 |
| Anexo 2 – Matriz de 32 afectos | 79 |

Índice das Figuras e dos Quadros

| | |
|---|-----------|
| Figura I - Traços interpessoais organizados em duas dimensões | 26 |
| Figura II - Traços interpessoais organizados em oito octantes (oito escalas de personalidade) | 28 |
| Quadro 1 - Questões do Método de Autoconfrontação | 19 |
| Quadro 2 - Distribuição da amostra por sexo | 43 |
| Quadro 3 - Distribuição da amostra por idade | 43 |
| Quadro 4 – Frases de elaboração das valorações | 44 |

| | |
|---|-----------|
| Quadro 5 - Comparação dos termos afectivos presentes nos estudos de Van Geel e De May (2003), Hermans e Hermans-Jansen (1995) e Carneiro (2007) (nas suas várias fases – 28 afectos) | 46 |
| Quadro 6 - Lista de afectos e escala utilizada | 47 |
| Quadro 7 - Variância total explicada | 50 |
| Quadro 8 - Matriz das componentes após rotação | 52 |
| Quadro 9 - Consistência interna para o factor S | 54 |
| Quadro 10 - Consistência interna para o factor O | 55 |
| Quadro 11 - Consistência interna para o factor P | 56 |
| Quadro 12 - Consistência interna para o factor N (afectos disfóricos e ansiosos) | 57 |

INTRODUÇÃO

Desde sempre que o ser humano procura atribuir significado às suas experiências de vida. O ser humano compreende e organiza os seus episódios pessoais, as suas vivências, através do recurso a histórias ou narrativas como lendas e mitos, ou seja, organiza as suas memórias, no espaço e no tempo, através do acto de narrar (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Tanto o narrador como as personagens são seres intencionais, motivados para atingirem objectivos específicos, sendo que estes últimos funcionam como temas organizadores das suas narrativas (das auto-narrativas, do *self*). Estes temas e motivos proporcionam coerência e a contextualização no espaço e no tempo aos acontecimentos, bem como dinamicidade, pois ao contar-se uma história está-se sempre a dirigir a outra pessoa, mesmo que internamente (reciprocidade dialógica) (Hermans, 2001).

O Método de Autoconfrontação (MAC – *Self Confrontation Method*) baseia-se na teoria da valoração criada por Hermans nos anos 70, e trata-se de um instrumento que permite avaliar o sistema de significação pessoal, através da promoção de *insight* no sujeito acerca do seu conteúdo. O conceito central desta teoria, é a noção de valoração, a qual se pode entender como uma unidade básica de significado. Esta unidade de significado tem subjacente uma determinada conotação afectiva (positiva, negativa ou ambivalente) aos olhos do indivíduo. Como as pessoas são seres intencionais (dão significado à existência de acordo com determinados propósitos – objectivos/metapas), Hermans (2001a) sugeriu dois tipos de motivos básicos: a procura de autovalorização (orientação para si – motivo S) e a procura de contacto e união com o outro (orientação para outro – motivo O).

Posto isto, através do método de autoconfrontação, a pessoa é convidada pelo psicólogo ou investigador, a realizar uma auto-investigação exaustiva sobre o seu passado, presente e futuro. Logo, este instrumento, detém uma forte componente de autoconfrontação. Através desta autoconfrontação, o sujeito irá agrupar as experiências de vida num sistema organizado de valorações, sendo que uma valoração é tudo aquilo que a pessoa considera como significativo quando narra a sua história de vida (Lyddon, Yowell & Hermans, 2006). De acordo com isto, é pedido que classifiquem cada uma das valorações, usando uma lista de termos afectivos. Ainda que existam várias listas de termos afectivos (e.g. de 16 afectos, 30 afectos, 24 afectos e de 30 afectos), neste estudo usou-se uma escala de 32 afectos, obtida através da comparação (análise) entre os termos afectivos presentes no estudo de Van Geel e De May, 2003 e no estudo-piloto de Carneiro (2007), bem como os postulados por Hermans e

Hermans-Jansen (1995). Van Geel e De May, tal como Carneiro, utilizaram como instrumento no seu estudo o Método de Autoconfrontação (MAC), seguindo as directrizes ditadas por Hermans e Hermans-Jansen (1995), com o intuito de reverem aspectos associados à validade da escala de afectos utilizada no MAC e respectiva fidelidade dos itens. No estudo de Van Geel e De May (2003) os resultados demonstraram uma estrutura factorial tridimensional da grelha de afectos, ou seja, composta por três factores: o primeiro factor, o factor S (afectos orientados para a valorização de si), um segundo factor denominado de O (afectos orientados para o contacto com os outros) e, por último, o terceiro factor bipolar, designado de factor P/N (afectos positivos e negativos).

A definição dos motivos básicos postulados por Hermans teve por base as dimensões de capacidades de acção e de comunhão, definidas por Bakan (cit. in McAdams, Hoffman, Mansfield & Day, 1996). Como capacidade de acção, entende-se o ser-se activo, o domínio, a individualização do *self* (motivo S). Já a capacidade de comunhão, está relacionada com a necessidade de se ligar aos outros, da procura de integrar o *self* numa unidade maior (numa comunidade) do que o próprio indivíduo (Motivo O). Estas duas dimensões encontram-se presentes em diversos enquadramentos teóricos, sendo um dos mencionados neste estudo, o modelo interpessoal circumplexo. Este modelo organiza os comportamentos interpessoais em torno das capacidades de acção e comunhão, num arranjo ortogonal bidimensional, o que vai de encontro à organização de Hermans. Ou seja, observa-se que a teoria da valoração apresenta um carácter ecuménico, podendo ser adaptada a diversos contextos.

Visto isso, e tendo-se constado a não existência, para a população portuguesa, de estudos de validade publicados referentes à grelha de afectos associada a esse método, decidiu-se estudar, pormenorizadamente, este instrumento idiográfico, que tem sido utilizado como medida clínica e de investigação. De modo a cumprir esse desiderato, pretende-se analisar a validade empírica da referida escala, através da análise factorial exploratória. Pretende-se, de igual modo, averiguar a estrutura proposta por Hermans, segundo quatro factores (S, O, P e N), bem como a consolidação de resultados referentes aos estudos mencionados.

1. A pessoa como narradora motivada de histórias

Para Hermans e Hermans-Jansen (1995) cada sujeito é um narrador motivado de histórias. Ao longo do tempo e em diversas culturas, as pessoas utilizam histórias ou narrativas (mitos, crenças, fadas, lendas, filmes, programas de televisão, etc.) para conferirem organização às suas experiências e dar significado às suas vidas (Hermans, 2007). Estas auto-narrativas que podem ser entendidas como histórias, permite apreender o significado pessoal que um indivíduo atribui a cada episódio e a sua compreensão do mesmo. Assim, pode-se dizer que o objectivo da narrativa é dotar uma experiência de significado, possibilitando a sua compreensão. Nesse sentido, Hermans (1996, 1999) considera que a metáfora do narrador motivado de histórias é a forma básica de compreensão da experiência humana e consequentemente da construção da identidade, sendo esta simultaneamente individual e cultural (Doloughan, 2006). Esta metáfora assenta em três pressupostos: história/narrativa, acto de narrar e motivação.

A primeira componente, a narrativa enquadra-se na perspectiva de Sarbin (1986, cit. in Hermans & Hermans-Jansen, 1995), que defende que as narrativas são uma forma metafórica de descrição das acções dos seres humanos. Estas podem incluir, de igual modo, os sonhos, pensamentos, memórias, sentimentos e imaginação do indivíduo. Segundo McAdams (1993), a narrativa permite a construção da identidade, na medida que a história pessoal envolve acontecimentos desde a infância até ao término da vida. Estes acontecimentos sofrem a influência da cultura e da sociedade em que os indivíduos se encontram inseridos, pelo que para serem compreendidos têm que ser contextualizados. Assim, através da metáfora do contextualismo referida por Sarbin, Hermans (1996) refere que um determinado acontecimento só pode ser compreendido quando integrado num determinado contexto de espaço e de tempo, em que os episódios, sejam precedentes ou subsequentes (passado, presente e futuro), se influenciam mutuamente e contêm múltiplos agentes envolvidos em acções.

No que concerne à segunda componente, o acto de narrar implica sempre a presença de dois agentes – o que conta/narra e o que escuta – que têm posições opostas, quer seja num espaço real ou imaginário. O indivíduo que narra a história, interage com o receptor, e este influencia a construção da narrativa, pois o emissor não se limita a narrar, mas também escuta essa mesma história, bem como as opiniões do outro (acordo, desacordo, sentimentos de apoio). Aliás, como Hermans e Hermans-Jansen (1995) referem, as histórias são co-construídas e para serem compreendidas, é necessário compreender-se a relação entre os diferentes agentes. Logo, a construção da narrativa compreende uma reciprocidade dialógica,

mesmo quando o interlocutor não se encontra presente (Salgado, 2003). Os diálogos podem, então, ser reais e imaginários. As interações imaginárias têm uma influência nas interações reais; por exemplo, quando se vai a uma entrevista, pensa-se no que se vai dizer, em como serão as pessoas e nas possíveis questões que poderão ser colocadas, fazendo com que se criem expectativas. Deste modo, a imaginação e os diálogos internos influenciam o comportamento real. Pode-se então classificar o acto de narrar como um processo dinâmico, interactivo, flexível, uma vez que existe um contínuo de enredos espacial e temporalmente organizados (Hermans, 2007).

Assim, a terceira componente a dimensão motivacional, está implícita no processo de construção e organização de significados, uma vez que em cada história as personagens têm sempre propósitos particulares. Isto é, tendo em conta esta perspectiva dialéctica, temporal e cultural de significados, cada narrador da história e seus actores são seres intencionais, motivados para atingir objectivos específicos, que funcionam como temas (ou motivos psicológicos) organizadores das suas narrativas (Hermans, 2007). Esses temas são pré-definidos pelas culturas a que os sujeitos pertencem, e compreendem uma organização espaço-temporal dos acontecimentos que relacionam de forma significativa o passado, presente e futuro de cada um, conferindo coerência aos acontecimentos, que de outro modo estariam fragmentados e dispersos no espaço e no tempo (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

2. A teoria da valoração de Hermans

Nos anos 70, Hubert Hermans começou a desenvolver a teoria da valoração numa vertente mais fenomenológica – baseada na experiência –, tendo como alvo os processos envolvidos na construção de significados pessoais – os processos de valoração –, nos quais as pessoas estão continuamente envolvidas (Hermans, 2001b). Mais propriamente, a teoria da valoração tem como intuito estudar as experiências individuais e a sua organização numa estrutura narrativa, num sistema de significados, em desenvolvimento, e as mudanças ocorridas ao longo do tempo (Hermans, Rijks & Kempen, 1993).

A teoria da valoração compreende uma teoria narrativa do *self*. Trata-se portanto, da criação de significados, em que estes dependem do contexto onde este se encontra, num determinado momento da sua existência. A pessoa vive mediante uma articulação espaço-temporal do presente, passado e futuro, estruturando essas partes numa auto-narrativa organizada. Qualquer acção que o sujeito adopte tem em consideração as experiências do

passado, presente e consequências futuras, “pois este vive no presente, e está num ponto específico orientado no espaço e no tempo, para o passado e para o futuro e o mundo envolvente” (Hermans & Hermans-Jansen, 1995, p.14). Assim, a organização do *self* é orientada pela atribuição de significados que cada sujeito confere à sua experiência de vida, que é feita através de um processo de auto-reflexão (Hermans, *et al.*, 1993). Por sua vez, essas histórias ou experiências vivenciadas pelos sujeitos encontram-se repletas de actores motivados e intencionalmente orientados para o mundo (Salgado, 2003). Neste sentido, as três componentes descritas no ponto anterior (narrativa, motivação e acto de narrar), são articuladas como partes integrantes de um sistema conceptual (Hermans, 2007). Essa organização narrativa permite que o indivíduo crie significados de determinados acontecimentos, que funcionam como unidades de significado, como matrizes de funcionamento (que definem o seu comportamento/acções), que Hermans & Hermans-Jansen (1995) designaram de valorações, e que será seguidamente explicitado.

2.1. A noção de valoração

A noção de valoração define-se como uma unidade de significado, em que o processo de construção passa por um acto de valorização afectiva de cada experiência (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Uma pessoa ao contar a sua história de vida, organiza-a por significados, isto é, atribui um significado a cada uma das situações vivenciais (valorações), ou conjunto das mesmas. Deste modo, cada narração de uma história compreende um processo de organização de valorações, pois parte-se da valorização particular de determinadas experiências e da ordenação das valorações formadas (Salgado, 2003).

Segundo Hermans e Hermans-Jansen (1995), esta organização do sistema de valorações, compreende duas dimensões distintas: uma processual e uma organizacional. A primeira refere-se à natureza histórica de cada vivência humana e à sua orientação espaço-temporal. Isto é, as pessoas caracterizam as suas experiências mediante o que sentem/vivenciam actualmente (presente), o que sentiram/pensaram no passado, e os resultados que poderão advir de certos comportamentos ou situações (futuro). A segunda diz respeito à criação de um sistema de significados relativo às diversas experiências de vida, através da auto-reflexão (Salgado, 2003).

Nessa ordem de ideias, uma valoração pode assumir diferentes conotações afectivas positiva (agradável), negativa (desagradável) ou ambivalente (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). As valorações pessoais como construções subjectivas das experiências pessoais,

resultam de diferentes fenómenos, tais como uma conversa amigável, um sonho por concretizar, o desejo de ter uma promoção no emprego, uma relação com um outro significativo, um problema por resolver ou uma desilusão amorosa, entre outras (Hermans, 2007). Como tal, durante os vários períodos de vida, surgem diferentes valorações, uma vez que a existência de cada pessoa compreende um processo dinâmico e provisório, pois à medida que a pessoa experiencia e interage, adquire novos sistemas de significados (Salgado, 2003). Por exemplo, uma situação que presentemente é significativa, poderá, no decorrer do tempo, perder o seu valor inicial. Deste modo, as valorações resultantes de um processo contínuo, dinâmico, inacabado, de auto-reflexão, são articuladas e organizadas num sistema valorativo flexível, no qual cada uma pode sobressair mais do que outra – isto é, ocupar um lugar mais importante (Hermans, 2007).

Considera-se que o termo “valoração” como processo, é preferido ao termo “valor”, menos flexível, porque contar a própria narrativa implica um processo de auto-reflexão (Hermans, 2007). A génese deste processo pode ser encontrada na distinção entre os dois principais componentes do *self*: o *I* (o *self* como conhecedor) e o *Me* (o *self* como conhecido), proposta por James (1980, cit. in Hermans & Hermans-Jansen, 1995). O *I* (Eu) enquanto *self* como conhecedor, organiza e interpreta de modo contínuo e de forma subjectiva a experiência (Hermans, 1987). Este apresenta três qualidades que o caracterizam: continuidade, diferenciação e volição (Hermans, 2007). A continuidade do *self*, enquanto conhecedor, evidencia-se por um sentido de identidade pessoal e a manutenção da mesma através do tempo; o sentido de diferenciação compreende a necessidade de definir uma experiência independente dos outros (sentido de individualização); o de volição pessoal (vontade própria), vai um pouco de encontro ao de diferenciação: reflecte a constante capacidade do *I*, enquanto processador activo da experiência através da auto-reflexão, de definir os seus próprios pensamentos/acções (*ibidem*).

Ao definir o *Me* – o *self* como conhecido – James refere que há uma passagem gradual e contínua entre o *Me* (Mim) e o *Mine* (Meu) (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). O *Me* é descrito como o *self* empírico, definido, globalmente, como tudo o que a pessoa pode chamar de seu (Hermans, 1987). Assim, tendo em conta que o *Mine* (corpo, outra pessoa) pertence ao *self*, este é em termos gerais, parte do ambiente, que por sua vez, é parte do *self* (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Logo, a presente teoria subentende um *self* extenso, espacialmente organizado (Hermans, 2007).

Na conceptualização narrativa, a relação entre o *I-Me* é descrita da seguinte forma: O *I* refere-se ao autor e o *Me* ao actor ou figura narrativa (Sarbin, 1986, cit. in Hermans &

Hermans-Jansen, 1995). Isto é, o *I*, através da imaginação, constrói uma história em que o *Me* é o protagonista, estando o *I*, deste modo, a narrar algo a outro (*ibidem*). A ligação do *I* ultrapassa o *Me* (“o que eu penso sobre mim”), e estende-se até aos outros *I* com quem o indivíduo esteja narrativamente envolvido (“eu conto-te alguma coisa sobre mim”). (Hermans, 2007, p.166). Este pressuposto dialógico do *self* indica que o conteúdo da narração depende do tipo da relação em que o narrador está inserido (*ibidem*). Hermans (2007) refere que quando o *I* conta algo, fá-lo para uma determinada audiência e tendo esta em mente, ou seja, tanto a história como o seu conteúdo são, de certo modo, co-construídos com a audiência. É nesta relação de co-construção que o autor, de algum modo, adquire as suas várias facetas e as relaciona entre si, havendo por assim dizer, uma permuta dialógica entre as distintas posições ocupadas pelo *I*. Por conseguinte, a auto-reflexão assume-se como um processo dialógico, em que poderá haver distintas posições do *I* (e.g. Eu enquanto pai, Eu enquanto amigo, Eu enquanto chefe) cada uma com o seu *Me* (e.g. o meu amigo, a minha mulher, o meu chefe, o meu colega) (Salgado, 2003). Verifica-se, então, que esta conceptualização vai de encontro ao referido sobre a organização das valorações, em que estas são formadas através da auto-narrativa (da auto-reflexão) e através do diálogo entre as diferentes posições, temas/motivações psicológicas do sujeito, organizando-as e enquadrando-as num determinado sistema unitário de significado (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

Posto isto, é importante fazer a distinção entre o que é considerado uma valoração e um acontecimento (algo que acontece). Hermans e Hermans-Jansen (1995) definem acontecimento como uma mudança de situação (e.g. um acidente, um prémio, uma viagem ao estrangeiro). Até ao ponto em que nada é dito sobre o significado pessoal desse acontecimento, este não é considerado uma valoração, tornando-se somente como tal, quando passa a ser percebido como parte de um “*self* interpretativo” (subjectivo) (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Ou seja, um acontecimento torna-se uma valoração, quando o sujeito extrai um significado do seu todo, quando lhe atribui um significado. Por exemplo, quando um indivíduo é promovido e identifica esta situação como um reconhecimento de certas capacidades que tem. Numa valoração, e como refere Hermans e Hermans-Jansen (1995), a pessoa agrupa acontecimentos numa única unidade de significado. Ao relatar uma situação, como o funeral do seu pai, o sujeito pode apenas dizer o que significou (como se sentiu) a mesma, em vez de fazer uma descrição detalhada sobre o funeral – onde foi, a que horas, as pessoas que compareceram –, havendo assim uma concentração de detalhes, um agrupamento de acontecimentos, tendo sido atribuído um significado ao seu todo (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Ou seja, o que constituiu aquela situação para si. Seguindo o pressuposto da

reciprocidade dialógica da narrativa, a valoração como um processo de significado implica sempre a actividade de relatar eventos a um outro. Como Hermans e Hermans-Jansen (1995) indicam, um evento específico nunca tem um significado por si só, mas revela este mesmo quando percebido à luz de algo. Isto é, um acidente de carro pode não ter um significado por si só, mas adquire-o quando contrastado com um estado anterior em que as coisas eram “normais” ou quando considerado sob a perspectiva de sérias reduções das possibilidades no futuro (o ter ficado gravemente ferido, a questão financeira de ter que comprar outro carro) (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Deste modo, a valoração como processo de construção de significados, compreende sempre a relação entre eventos.

2.2. A componente afectiva e motivacional de uma valoração

Como mencionado, cada unidade de sistema de valorações contém um determinado valor afectivo/emocional. Por conseguinte, cada valoração implica uma modalidade afectiva – um padrão de afectos que é característico desta avaliação específica – onde se reflectem certos motivos básicos. As pessoas como seres intencionais, organizam as suas histórias de vida (valorações) tendo como ponto de referência determinados temas organizadores ou motivos psicológicos, que funcionam como princípios de motrizes do enredo e da acção vivencial de cada indivíduo (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Ao sabermos quais os tipos de afectos de uma determinada valoração, sabemos algo sobre a mesma, sendo que a valoração e o respectivo significado não podem ser separados (*ibidem*).

Dos estudos efectuados sobre a dualidade da experiência humana, Hermans e Hermans-Jansen (1995) referem dois motivos básicos que caracterizam a componente afectiva do sistema de valorações: o esforço para alcançar a auto-realização/auto-valorização, ou motivo S (orientação para si – auto-manutenção e auto-expansão); e a ânsia/intenção de contacto e união com o outro, ou motivo O (relacionamento com outras pessoas e com o mundo circundante) (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). De acordo com Hermans (1996) quando uma valoração é caracterizada como uma manifestação da orientação para si (motivo S), é porque a pessoa experiencia sentimentos como o orgulho e a força. Uma valoração que representa uma orientação para o outro (motivo O), está relacionada com sentimentos como o afecto e a intimidade. Estes dois motivos regem o tipo de significado que a pessoa confere a cada uma das situações que vivencia, permitindo estabelecer os objectivos da sua acção e tornando-a coerente (Salgado, 2003).

Hermans e Hermans-Jansen (1995) consideram que estes motivos básicos representam elementos inconscientes e implícitos (nível latente) da experiência humana, que determinam a orientação para si ou para o outro, sendo, desta forma, assumidos como similares em todos os seres humanos e continuamente activos dentro de cada indivíduo, pois são universais ao longo do espaço e do tempo.

No entanto, as valorações representam, tendencialmente, mais elementos conscientes da experiência humana específicos ao indivíduo, sendo, também, altamente influenciadas pelos dois motivos básicos. No nível manifesto, uma extensa diversidade de valorações fenomenológicas varia, não somente entre indivíduos, mas também dentro de um único indivíduo ao longo do espaço e do tempo (Hermans, *et al.*, 1993). Concomitantemente, assume-se que os motivos básicos, a um nível latente originam uma diversidade de valorações, e a um nível manifesto influenciam a organização das mesmas. Deste modo, quando um indivíduo valoriza algo, desenvolve um sentimento no qual se reflectem os motivos básicos (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

Considera-se assim, que a componente afectiva – os afectos – funciona como uma ponte entre a motivação e a valoração. Logo, embora as valorações possam ser distintas ao nível manifesto (dizem respeito a diferentes partes/aspectos do *self*), o facto de estarem enraizadas no mesmo motivo básico (S ou O), tornam-se semelhantes ao nível latente, o que sugere uma base motivacional comum (Hermans, 2007). Por exemplo, “Sinto-me muito orgulhosa por ter tirado esta nota” e “Esta doença fez com que me tornasse uma pessoa mais forte”. Estas duas afirmações embora façam referência a situações diferentes (orgulho e força), reflectem o mesmo motivo de auto-realização (motivo S).

Encarado como a diferença entre sentimentos positivos e negativos, o bem-estar é de elevada importância na teoria da valoração (Hermans, 2007). As pessoas encontram-se orientadas para o mundo, e quando surgem obstáculos durante a concretização dos seus motivos básicos, e estes são impeditivos, resultam em sentimentos negativos. Por sua vez, sempre que uma meta é alcançada ou são ultrapassados obstáculos, geram-se sentimentos positivos. Cada valoração, assim, está relacionada com um padrão de sentimentos positivos e negativos, e o ênfase que os indivíduos dão a um desses tipos de afecto, indica-nos em que grau os motivos básicos estão gratificados (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

2.3. Tipos de valorações

Como já foi referido, na teoria da valoração, as pessoas ao contarem acontecimentos de vida a outra, organizam esses acontecimentos em termos de unidades de significado (valorações), estando as valorações imbuídas de carga afectiva (afectos positivos - P, negativos - N e ambivalentes), sofrendo influência pelos dois motivos básicos (Motivo S e Motivo O) (Hermans, 1999).

Tendo em consideração o conteúdo afectivo (positivo, negativo ou ambivalente) e os dois motivos básicos (S e O), Hermans e Hermans-Jansen (1995) distinguem os seguintes tipos de valorações:

- a) +S, que representa o nível elevado de autovalorização (S) e de afecto positivo, estando genericamente associado ao tema da autonomia e do sucesso;
- b) +O, que corresponde a um nível elevado de afectos positivos associados a uma ligação com os outros ou com o mundo circundante (O), reflectindo usualmente experiências sob o tema de amor e união;
- c) +HH (*high/high* – alto/alto), resultantes de uma combinação de afectos positivos com níveis altos quer de autovalorização (S) quer de contacto com os outros (O), emergindo o tema a força e a união;
- d) –S, que corresponde a um nível elevado de autovalorização de si próprio (S), mas com afecto negativo, encontrando-se associado ao tema da agressão e da raiva;
- e) –O, que reflecte um nível alto de ligação a outros (O), associado a afectos de carácter negativo, subsistindo o tema do *fugit amor* – relações que enfrentam obstáculos ou dificuldades, como a perda, o amor não correspondido, morte de uma pessoa amada, entre outros;
- f) –LL (*low/low* – baixo/baixo), resultantes de uma combinação entre afectos negativos e níveis baixos de autovalorização (S) e de contacto com os outros (O), sendo o isolamento e a impotência o tema predominante.

Esta classificação permite-nos diferenciar o modo como se organiza a narrativa e analisar a estrutura do sistema de valorações, tornando também possível compreender estruturalmente, e de modo idiográfico, o sistema de valorações construído a partir do Método de Autoconfrontação (MAC ou *SCM – Self Confrontation Method*) (Salgado, 2003).

As experiências de auto-valorização diferem ao nível do grau de internalização (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Um elevado grau de internalização representa uma força interior que permite à pessoa ser menos dependente de apoio. Pessoas com baixo grau de internalização estão muito dependentes do *feedback* dos outros e necessitam que lhes digam

continuamente que estão a agir correctamente (*ibidem*). Deste modo, quanto mais internalizada está uma valorização, mais flexível é a extensão do *self*. Por exemplo, duas pessoas que perderam o emprego podem demonstrar dois tipos de comportamento: “Isto é o fim da minha carreira” ou “Agora vou ter oportunidade de usar as minhas habilidades de outra forma” (Hermans & Hermans-Jansen, 1995, p. 77). Enquanto a auto-valorização de carácter mais externo demonstra uma extensão mais fixa do *self* (a pessoa não sente que tenha grandes alternativas e necessita sempre de confirmação e de apoio), pessoas com auto-valorização que têm um *locus* interno, são mais autónomas, e apresentam uma extensão do *self* mais vasta, pois consideram outras alternativas (têm uma maior variedade de valorações o que lhes permite uma maior flexibilidade) (Hermans, 2001b).

Hermans e Hermans-Jansen (1995) referem que as valorações +S são um passo importante para a mudança. Embora as experiências de contacto e união tenham um papel crucial no processo de mudança, as primeiras manifestações deste processo, no desenvolvimento do sistema de valorações, são mais em termos de valorações elevadas de S do que de O. As valorações +S indicam a capacidade de formar uma valoração que ainda não foi mitigada pelo desejo de contacto com os outros (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). As pessoas necessitam primeiro de definir as suas necessidades e o seu percurso de vida, de sentirem que têm controlo sobre as suas vidas.

Outra questão pertinente é a coexistência entre a auto-valorização e afectos negativos (-S). A valoração do tipo -S reflecte tipicamente a necessidade de auto-manutenção, de auto-defesa ou auto-expansão, em situações que existe um sério obstáculo das tentativas da pessoa em atingir a auto-valorização. As tentativas de auto-valorização encontram frequentemente obstáculos ou são frustradas (Hermans, 2001a). Logo, este tipo de valoração surge usualmente associada a sentimentos de agressão e raiva, sendo que estes afectos podem ser compreendidos como a expressão de tentativas de restaurar a auto-valorização.

Em termos gerais, o motivo +O reflecte a aceitação do outro, o desejo de contacto e de união com os outros. A adopção de uma atitude de aceitação pode também conduzir à expansão da auto-valorização, visto que o sentimento de força usualmente emerge da experiência de aceitação. Isto implica que a auto-estima ou força possam não ser resultados directos do sentimento de auto-valorização, mas sejam antes o resultado indirecto de um ambiente de mútua aceitação (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

A estrutura da valoração -O (*fugit amor*) assenta em duas componentes: uma orientação de amor (desejo de contacto e união) para com o outro, e o obstáculo que surge na realização dessa orientação, fazendo com que essa pessoa ou objecto sejam percebidos

como inatingíveis (e.g. um amor proibido, a morte de uma pessoa significativa, um adeus antecipado) (Hermans, 2001a).

As valorações –LL estão sobejamente relacionadas com afectos negativos – reduzidos afectos de auto-valorização e de afectos de desejo de contacto e união com os outros. Ambos os motivos S e O encontram-se por realizar. O afecto típico desta valoração é a ansiedade. No entanto, a ansiedade também se encontra presente nos motivos –S (as pessoas sentem-se ansiosas relativamente aos seus impulsos agressivos, receando perder o autocontrolo) e –O (a pessoa sente ansiedade de perder ou vir a perder alguém significativo) (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

A mais integradora forma de valoração é representada pelo tipo +HH (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Nesta, estão representados, concomitantemente, elevados níveis de afectos de auto-valorização e de desejo de contacto e união com o outro, e existem mais sentimentos positivos do que negativos. Os motivos básicos coincidem, isto é, a concretização de um motivo de auto-realização vai de encontro à concretização de desejo/união ao outro. Com um olhar simplista, poder-se-ia esperar que a adaptação fosse sinónimo de posse de valorações positivas (+S; +O e +HH). Contudo, Hermans e Hermans-Jansen (1995) advertem-nos para a importância da diferenciação e integração de um sistema desta natureza. Assim, as valorações positivas, sobretudo as +HH, servem mais como referências de estados a atingir e não tanto como pontos onde alguém se possa situar estaticamente (Salgado, 2003).

Um outro aspecto fundamental é o carácter dinâmico do sistema de valorações – a sua flexibilidade (Salgado, 2003). Hermans e Hermans-Jansen (1995) definem esta dimensão como a capacidade de movimentação de uma valoração para outra, de acordo com os acontecimentos em curso. Quando dotada de flexibilidade, “não é uma pessoa que está constantemente a repetir o mesmo tema da história apesar das mudanças na sua situação de vida, mas sim uma pessoa que está capaz de produzir diferentes temas quando necessário” (Hermans & Hermans-Jansen, 1995, p. 115). Assim, a adaptação será em larga medida determinada pela capacidade de ajustar o tipo de valorações predominantes em cada evento (Salgado, 2003).

Em termos estruturais, Hermans & Hermans-Jansen (1995) sublinham ainda a integração enquanto capacidade para articular as várias narrativas num conjunto coerente, garantindo um enredo estruturado, e permitindo distinguir dentro dos diferentes conteúdos, os que são mais primários e os que são secundários. A relação entre os dois motivos básicos é, essencialmente, de interdependência, embora a possibilidade de conflito esteja sempre presente. O conflito pode surgir quando a situação requirir que um dos motivos seja

temporariamente enfraquecido de forma a evitar interferência com uma resposta adequada (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Consideremos a seguinte situação: uma mulher concorre a um cargo importante numa empresa juntamente com a sua amiga. Nesta situação, essa mulher quer obter o emprego mas também quer manter a amizade. Ou seja, os motivos de auto-realização e de contacto e união estão em conflito. Assim, o sujeito terá que decidir quais dos motivos irá dar primazia.

Mediante esta concepção de tipos de valorações, é esperado que numa pessoa adaptada coexistam diferentes tipos de valorações, embora em cada momento o sistema possa estar dominado por um determinado tipo (e.g., se a pessoa passa por uma situação de perda de uma pessoa significativa, é natural que a valoração respeitante esteja numa posição de maior relevância, que habitualmente será do tipo –O ou mesmo -LL) (Salgado, 2003). Uma baixa diferenciação, que no caso mais extremo corresponde a exibir valorações de apenas um tipo, poderá ter consequências negativas em termos de adaptação, já que significará que a pessoa confere sempre significados do mesmo tipo aos vários momentos relevantes da sua vida (Salgado, 2003). Ou seja, uma baixa diferenciação destes tipos sugere uma reduzida flexibilidade. Deste modo, na flexibilidade não está implícito a existência de valorações positivas em detrimento das negativas, pois um indivíduo aceita as valorações negativas como constituintes intrínsecos da experiência humana (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

3. O Método de Autoconfrontação

O MAC desenvolvido por Hermans (SCM – *Self Confrontation Method*), baseia-se na teoria da valoração e tem como objectivo promover *insight* acerca do conteúdo e organização específicos dos sistemas de valorações, no sentido de fomentar a flexibilidade e a construção de narrativas alternativas. Desta forma, o MAC encerra em si mesmo uma forma narrativa de fazer terapia (Hermans, 1987; Hermans, *et al.*, 1990; Hermans, 1999), incentivando a pessoa a realizar uma auto-investigação exaustiva sobre o seu passado, presente e futuro. Daí que seja detentor de um forte carácter de autoconfrontação. Assim, e como se trata de um instrumento ideográfico, a pessoa é convidada a construir o seu próprio sistema de valorações, exigindo, por isso, um estreito contacto entre psicólogo e cliente (Salgado, 2003). Através desta autoconfrontação o cliente condensa uma variedade de valorações numa única estrutura, que serve como guião de exploração destas valorações (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Para o psicólogo, este método não só funciona como uma forma de tomar conhecimento das valorações do sujeito e da relação entre as partes constituintes, mas também como um meio de

observar e rever (se necessário) as pressuposições que a pessoa constrói sobre o *self* e o mundo envolvente (Hermans, 1999).

Podemos, então, afirmar que este procedimento visa o estudo das relações entre as valorações formuladas pelo indivíduo e os padrões de afecto, a forma como se organizam estas dimensões num todo estruturado e, ainda, as mudanças ocorridas nesta estrutura ao longo do tempo (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

3.1. O MAC enquanto instrumento de intervenção e de investigação

O MAC permite diversas adaptações consoante o objectivo que se quer obter. Quando usado como instrumento de intervenção, divide-se em três fases: a primeira auto-investigação (em que os clientes falam das suas auto-narrativas de modo a formar um sistema de valorações); o processo de validação/invalidação (intervenção e processo de mudança – o sistema de valorações ou algumas partes, poderá sofrer alterações ou ser invalidado) e uma segunda auto-investigação (fase em que os clientes recontam a sua narrativa). A ideia base é a “reflexão em acção” (Hermans & Hermans-Jansen, 1995), isto é, a reflexão está implícita na acção, e vice-versa.

A primeira auto-investigação engloba três fases: na primeira o indivíduo constrói um conjunto de valorações (o seu sistema de valorações); na segunda, classifica cada uma das valorações que elaborou, recorrendo a uma lista de termos afectivos; e, na terceira, procede-se à discussão dos resultados (Hermans, 2007). No que concerne à investigação, o MAC é, frequentemente, de aplicação única, compreendendo somente a primeira fase, a de auto-investigação.

As valorações são suscitadas através de um conjunto de perguntas abertas, que funcionam como perguntas estímulo, com o intuito de orientar os indivíduos na exploração (na construção da auto-narração) dos aspectos sobre o passado, presente e futuro. Pedem-se ao sujeito para falar sobre pessoas ou situações que sejam, tenham sido ou potencialmente serão importantes para a pessoa (ver quadro 1). Assim, convidam-se os indivíduos a reflectirem sobre a vida deles, utilizando os seus próprios termos numa forma afirmativa, para que as valorações formuladas sejam concordantes com os respectivos significados (Hermans, 2007). Cada pergunta conduz usualmente a mais do que uma valoração, e os sujeitos podem referir tantas valorações quantas as desejarem, sem que lhes seja solicitado uma resposta rápida. No final, é pedido ao indivíduo que realize uma revisão do conjunto de valorações elaboradas, de forma a confirmar se estas contêm tudo o que considera significativo, tendo a total liberdade

de incluir outras experiências não mencionadas, ou mesmo excluir alguma que não considere relevante. Nesta fase, acrescentam-se mais duas frases: uma relativa ao seu estado geral (“Em geral tenho-me sentido...”) e uma outra referente ao seu estado ideal (“Idealmente gostaria de me sentir...”) (Salgado, 2003).

Quadro 1 – Questões do Método de Autoconfrontação (Hermans & Hermans-Jansen, 1995, p.35; Hermans, 2007, p. 174)

1º Conjunto: Passado

Estas questões destinam-se a guiá-lo na revisão de um ou mais aspectos da sua vida que considere de grande importância para si:

- Existiu algo de significativo na sua vida passada que continue a exercer uma forte influência sobre si?
- Existiu na sua vida passada alguma pessoa ou pessoas, experiência ou circunstâncias que tenha influenciado significativamente a sua vida e que continue a afectar a sua vida no presente?

2º Conjunto: Presente

Estas duas questões destinam-se a guiá-lo, depois de alguma reflexão, à formulação de uma resposta:

- Existe algo de significativo na sua vida presente que seja de maior importância para si ou que exerça uma forte influência sobre si?
- Existe na sua vida presente alguma pessoa ou pessoas, experiência ou circunstâncias que exerçam uma influência significativa em si?

3º Conjunto: Futuro

As questões seguintes deverão de novo guiá-lo na sua resposta:

- Antecipa algo que será de grande importância para si ou exercerá uma influência sobre si?
 - Há algum objectivo futuro que espera vir a ter uma grande importância na sua vida? Sinta-se livre para ir tão longe no futuro o quanto desejar.
-

É permitido aos clientes divergirem destas questões, visto que estas não foram desenvolvidas para serem usadas como itens estanques de um questionário, mas como estímulos que incentivam a auto-reflexão (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

Na segunda parte da investigação, disponibiliza-se ao sujeito uma lista estandardizada de termos afectivos, em que para cada uma das valorações o sujeito terá que indicar, numa escala de 0 a 5 (0 – nada, 1 – pouco, 2 – de alguma forma, 3 – bastante, 4 – muito, 5 – mesmo muito), o grau em que esta lhe suscita cada afecto (Hermans, 2007). Hermans desenvolveu várias versões de listas de termos de afectos (16, 24, 30 afectos) (Hermans & Hermans-Jansen, 1995; Salgado, 2003; Van Geel & De Mey, 2003), sendo que nesta investigação se irá trabalhar com uma lista de 32 afectos.

Nesta fase da investigação o sujeito trabalha sozinho, classificando cada valoração com a referida lista de termos afectivos. Isto possibilita que valorações diferentes sejam

comparadas de acordo com os seus perfis afectivos. Após a classificação afectiva das valorações, e como Hermans & Hermans-Jansen (1995) referem, é calculado um conjunto de índices que representam a estrutura motivacional do sistema de valorações – número de vezes que surgem os afectos que constituem cada uma das valorações, manifestando o conteúdo latente de cada uma das motivações. Estes índices também permitem a comparação entre os diferentes perfis afectivos das valorações e suas diferenças, e os índices de generalização e de idealização. Obtém-se, assim, um padrão de afecto geral e ideal, bem como o das várias valorações (Salgado, 2003). Posto isto, para cada valoração teremos os seguintes índices (Hermans, 2007; Salgado, 2003):

1. O índice S corresponde à soma total dos afectos que expressam auto-valorização (ou auto-realização) - auto-estima (*self-esteem*); força (*strength*), autoconfiança (*self-confidence*) e orgulho (*pride*);
2. O índice O corresponde à soma total dos termos afectivos que expressam contacto e união com os outros – amor (*love*), ternura (*tenderness*), intimidade (*intimacy*) e carinho (*caring*).

Para cada valoração pode-se determinar a diferença entre S e O. Quando $S > O$, considera-se que a experiência de auto-realização é mais forte do que a experiência de contacto e união com os outros. Sendo que ao contrário, $O > S$, prevalece o contacto com os outros. $S = O$ indica que coexistem os dois tipos de experiência.

3. O índice P é a soma total dos quatro termos afectivos positivos: alegria (*joy*), prazer (*enjoyment*), felicidade (*happiness*) e calma interior (*inner calm*);
4. O índice N é a soma total dos quatro termos afectivos negativos – preocupação (*worry*), infelicidade (*unhappiness*), desânimo (*despondency*) e desapontamento (*disappointment*).

Também se pode determinar, para cada valoração, a diferença entre o P e o N, indicando o grau de bem-estar que a pessoa experiêcia em relação a uma valoração em particular. Assim, através do cálculo da diferença entre estes dois afectos, pode-se determinar se a experiência é positiva (indicador de bem-estar: $P > N$), se é negativa (indicadora de mal-estar: $N > P$) ou ambivalente ($P = N$).

5. Índice de generalização: que consiste no coeficiente de correlação entre o padrão afectivo de cada valoração e o referente ao estado geral;
6. Índice de idealização: que se baseia no coeficiente de correlação entre o padrão afectivo de cada valoração e o seu estado ideal.

O índice de generalização, permite averiguar qual a valoração que está mais generalizada no sistema, sendo que quanto mais positiva a correlação entre o perfil afectivo de uma valoração e o “sentimento geral”, maior é a probabilidade desta estar generalizada no sistema (Hermans, 2007), isto é, de exercer maior influência. Da mesma forma, o grau de idealização de qualquer valoração pode avaliar-se através do cálculo da correlação desta com o “sentimento ideal”, sendo que quanto mais positivo for o valor numérico, maior será o grau de idealização (Salgado, 2003).

Esta primeira auto-investigação é habitualmente concluída com a terceira parte, que consiste na discussão dos resultados frequentemente realizada uma semana após as fases posteriores. Esta fase encerra uma qualidade de auto-reflexão, auto-exploração e auto-conhecimento por parte do sujeito, estimulada pelo diálogo com o psicólogo (Van Geel & De May, 2003). Este processo é realizado, tendo por base os sistemas de valorações criados pelo indivíduo referentes às várias etapas da sua vida (passado, presente e futuro), em que diferentes valorações são consideradas simultaneamente, de forma a proceder-se a um possível aparecimento de novas relações, até aqui encobertas (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

Seguidamente, ao confrontar o sujeito com as valorações elaboradas, entra-se na segunda fase, correspondente ao processo de validação/invalidação. Isto implica uma validação de partes que foram modificadas, ou acrescentadas, e a invalidação de partes existentes no sistema de valoração, quando se concluiu não serem relevantes (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). O processo de validação/invalidação compreende três fases: prestar atenção (*attending*), criar (*creating*) e ancoragem (*anchoring*) (ACA). Isto é, os sujeitos primeiro prestam atenção aos eventos que estão a decorrer (que existem ou existiram nas suas vidas) (atenção). Posteriormente iniciam novas acções e experienciam novas formas de comportamento, ou seja, novos eventos são criados (criar). Finalmente, os novos acontecimentos, organizados como unidades de significado, são ancorados no sistema de valoração através da prática (ancoragem). Estas fases podem-se repetir mais do que uma vez após cada auto-investigação, sendo que as fases funcionam como um ciclo (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

Para finalizar, a terceira etapa, corresponde à segunda auto-investigação que é realizada após alguns meses da auto-investigação inicial, e percorre as mesmas fases desta. No entanto, desta vez os indivíduos não começam pela construção de valorações: são confrontados com as afirmações formuladas na primeira auto-investigação (Hermans, 2007). O entrevistador relê as questões com a pessoa, e no final de cada questão lê as afirmações

anteriormente elaboradas. Os sujeitos são instruídos a reverem cada valoração separadamente, mencionando se concordam ou não com a respectiva valoração. Caso não concordem, há várias opções disponíveis: uma valoração antiga pode ser reformulada (modificação), substituída, (substituição), eliminada (eliminação), ou até se pode criar/acrescentar uma nova valoração ao sistema (adição) (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Desta forma, este procedimento proporciona aos indivíduos uma liberdade considerável para assinalar tanto as partes constantes (as mais estáveis) como as que se encontram em mudança no sistema de valorações (*ibidem*).

3.2. Vantagens do Método de Autoconfrontação

A teoria da valoração (teoria subjacente ao MAC) foi concebida como uma teoria aberta e flexível para o estudo de toda uma variedade de experiências humanas (Hermans, 2007). Esta teoria ao levar em conta o carácter multivocal do *self* e a possibilidade de relações dialógicas entre as partes constituintes do mesmo, faz com que este seja um processo dinâmico e interactivo de organização das experiências. Assim, não oferece apenas um enquadramento conceptual para discernir as diversas posições, mas fornece também uma estratégia precisa para a análise e para a mudança existente nos sistemas de valorações, relacionadas com as diferentes posições em que o indivíduo se define (Hermans, 2007). Em vez de suprimir ou mesmo negligenciar as posições incompatíveis, propõe-se um processo de intercâmbio dialógico. Nesta estratégia, uma posição “incompatível” não é simplesmente “curada” ou tratada como algo indesejável, mas é antes tida em conta como um instrumento de articulação entre as partes contrastantes (*ibidem*). Isto é, os processos dialógicos que apresentam fenómenos de domínio e de conflito, são percebidos como um caminho de integração de posições incompatíveis como elementos de um *self* multivocal. Por outras palavras, as diferentes vozes de um *self* dialógico podem elucidar as oposições, conflitos e contradições do sistema de valorações, de maneira a que estas possam ser trabalhadas de forma terapêutica. A pessoa, enquanto narradora de histórias, é incentivada a manter unidas as diversas vozes que constituem o seu sistema, de forma integrada e flexível (Hermans, 2007).

Deste modo, a aplicação do MAC poderá criar diversas vantagens, uma vez que é um método idiográfico e sensível ao singular, possibilitando, tanto ao psicoterapeuta como ao cliente, a avaliação do enredo específico da história da pessoa (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Devido a considerar as diversas etapas do ciclo vital – passado, presente e futuro -, permite fazer comparações entre as várias perspectivas que decorrem ao longo da existência

humana (Hermans, 1999). Aliás, o MAC como se centra na forma como a pessoa classifica as experiências da sua vida, tendo por base uma estrutura motivacional e emocional, facilita o acesso do psicólogo ao modelo interno de funcionamento do cliente (Lyddon, *et al*, 2006). Para além, disso o carácter de auto-confrontação deste método, apela às capacidades de auto-compreensão e auto-interpretação, aproximando-se assim do vivido, e tornando possível a realização de estudos sobre a maneira como as pessoas se autoconhecem (Hermans, *et al.*, 1993). Por fim, aproxima ainda a investigação da prática, visto não reduzir previamente a ambiguidade (pois considera os sentimentos ambíguos como partes integrantes da experiência de cada indivíduo), como acontece nos testes psicológicos comuns, e facilita o aprofundamento do estudo do *self* como entidade de permuta dialógica (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

4. A capacidade de acção e de comunhão (*agency and communion*)

Bakan (1966, cit. in McAdams, Hoffman, Mansfield & Day, 1996) introduziu os termos de capacidade de acção (*agency*) e de comunhão (*communion*), descrevendo-os como “duas modalidades fundamentais na existência das formas vivas” (p. 340). A acção reporta-se à “existência do organismo como um indivíduo” (p. 340). A sua capacidade advém do empenhamento/luta de individualização e da expansão da identidade (*self*), envolvendo qualidades como a instrumentalidade, a ambição, o domínio, a competência e a eficiência na obtenção de objectivos. Por sua vez, a comunhão reporta-se “à participação do indivíduo num organismo maior, do qual faz parte” (p. 340). Esta capacidade provém da luta para integrar a identidade (*self*) numa unidade maior do que o próprio indivíduo, através da ligação aos outros, e envolvendo qualidades como: a focalização nas outras pessoas e no seu bem-estar, a cooperação e a expressividade emocional.

Hermans e Hermans-Jansen (1995) utilizam os mesmos conceitos que Bakan, para definirem os motivos básicos S (motivos de auto-orientação/valorização) e O (motivos de orientação para os outros). Isto vai de encontro ao que McAdams e colaboradores (1996) defendem, ao considerarem que os temas das narrativas autobiográficas construídas pelos adultos, são definidos pelas capacidades de acção e de comunhão.

Ao nível dos constructos da personalidade, surgem também estas duas dimensões – acção e comunhão: Wiggins (1996, 1997) afirmou que os traços da personalidade se podem dividir em duas grandes dimensões base: *status* (poder, acção, domínio) *versus* amor (intimidade, comunhão e cuidado).

Os conceitos acção e comunhão também se encontram presentes na percepção dos grupos e estereótipos. Numa investigação realizada por Buss (1981), verificou-se que os homens têm tendência para demonstrar actos de acção – autoprotecção, domínio, auto-expansão –, e as mulheres de comunhão – desejo de contacto com os outros, estando mais orientadas para o grupo (o outro) e a manutenção da sua harmonia. Este autor verificou que as características de acção estão mais interligadas ao sexo masculino e as de comunhão ao sexo feminino. Aliás, os homens que apresentavam características de acção foram descritos por outros homens como confiantes, “desenrascados”, auto-expansivos, autoconfiantes, dominantes, responsáveis, enquanto as mulheres com características de acção, eram descritas pelos seus pares femininos como “mandonas”, dominantes, rápidas, fortes, agressivas, coercivas. Logo, parece haver uma sanção negativa e uma indesejabilidade social na apresentação de traços de acção no sexo feminino. Ward, Thorn, Clements, Dixon e Sanford (2006) constataram, através do uso do Questionário de Atributos Pessoais (*Personal Attributes Questionair – PAQ*), cuja função é avaliar as diferenças entre papéis de géneros, a existência de uma maior tendência para o género masculino integrar termos relativos à acção, enquanto o sexo feminino compreende mais características de comunhão.

Visto isto, poder-se-á dizer que estas duas dimensões, acção e comunhão, apresentam um carácter multidimensional na vida humana e nas relações sociais (McAdams, *et al.*, 1996), uma vez que são investigadas em diferentes contextos - na definição da pessoa (*self*), dos outros e dos traços de personalidade, na percepção dos grupos, nas diferenças entre géneros, valores e questões de identidade – sem, contudo, deixarem de assentar no mesmo pressuposto – orientar (organizar) a experiência (afectiva) humana. Será, então, pertinente verificar como estes dois constructos se articulam, se organizam, de modo a formar um todo coerente e significativo, de unidades de compreensão experiencial.

4.1. Modelo interpessoal circumplexo de acção e comunhão

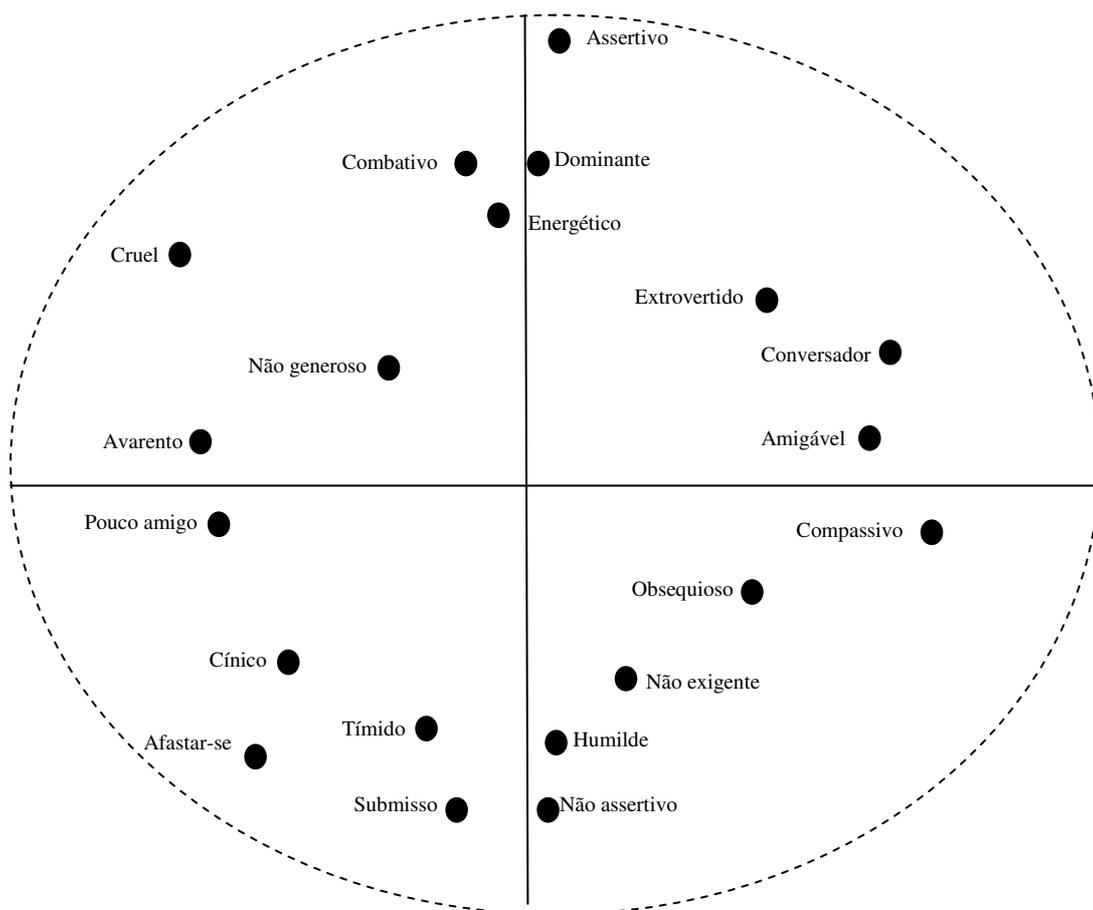
As teorias interpessoais surgiram na década de 40 a 50, como forma de explicar os fenómenos associados ao estudo da personalidade e da interacção social (Horowitz, Wilson, Turan, Zolotsev, Constantino & Henderson, 2006). Os teóricos interpessoais definem a personalidade em termos das disposições interpessoais recorrentes, ou tendências para evidenciar certos padrões característicos do comportamento interpessoal (Alden, Wiggins, & Pincus, 1990; Wiggins, 1997). As teorias interpessoais iniciais, como as de Horney (1945, cit. in Horowitz, 2004), Leary (1957, cit. in Wiggins, 1997) e Sullivan (cit. in Horowitz, 2004)

surgiram como reacções às teorias que prevaleciam na época. As teorias comportamentais reduziam os eventos interpessoais a estímulos discretos e às respostas aos mesmos: a acção de uma pessoa era considerada como um estímulo que originava uma determinada reacção à outra pessoa (Horowitz, 2004). Contudo, Leary (1957, cit. in Wiggins, 1997) argumentou que as pessoas não podem ser definidas apenas como emissores de acções, na medida que uma acção compreende um objectivo - quando uma pessoa está a interagir pretende algo. As teorias interpessoais também desafiaram o pensamento psicanalítico clássico, pois este considerava que os comportamentos estavam dependentes da energia que um organismo recebia do ambiente e das vicissitudes da mesma, despendida através do sexo e da agressão (Horowitz, 2004). Esta teoria enfatizava aspectos que eram considerados como impeditivos à libertação da energia, causando, desse modo, sintomas psicopatológicos. Mais tarde, os autores psicanalíticos explicavam esses sintomas em termos das interacções sociais (Horney, 1945, cit. in Horowitz, 2004). Horney, como Horowitz (2004) indica, dividiu o comportamento interpessoal em três classes gerais, que encarava como centrais para a teoria da psicopatologia – “comportamentos em que a pessoa (a) se afasta das outras, (b) se direcciona para o contacto com a outra pessoa e (c) se move contra o outro” (p. 53). Enquanto a maioria das pessoas exibem, de forma flexível, estes três tipos de comportamentos nas interacções diárias, algumas pessoas, evitam a ansiedade, recorrendo rigidamente ao uso de uma destas categorias. Isto é, apresentam apenas um modelo rígido de funcionamento e não uma articulação integrada dos três.

A teoria dos comportamentos ou traços interpessoais inclui todos os comportamentos que compreendam uma interacção entre duas ou mais pessoas. A teoria interpessoal postula que duas pessoas influenciam-se mutuamente à medida que interagem: “Pessoa A faz algo à pessoa B”: “A domina B”; “A ignora B”; “A dá conselhos a B”; “A ama B”; “A dá as boas vindas a B”; “A ataca B”, entre outros (Horowitz, 2004, p. 55). Ou seja, esta teoria tem como objectivo determinar as principais dimensões de significado que ocorrem nas diferentes interacções, de modo a definir a estrutura semântica subjacente. Os comportamentos interpessoais variam ao longo de diversas dimensões, mas a grande parte dos estudos considera que duas delas são particularmente salientes na variedade de significados (Horowitz, 2004; Locke, 2000, Locke, 2005; Wiggins, 1996), como iremos observar. Como Horowitz (2004) refere, ao identificar essas duas dimensões, pode-se construir uma representação bidimensional e localizar graficamente cada um dos comportamentos, de modo a explicar o seu significado e fazer comparações entre estes (ver figura I).

A grande maioria dos investigadores (Burnstein, Schultheiss & Grässman, 1998; Ghaed & Gallo, 2006; Hegelson & Fritz, 2000; Horowitz, Rosenberg & Bartholomew, 1993; Horowitz, 2004; Locke, 2003; Wiggins, 1997) que pesquisaram sobre quais seriam as possíveis dimensões, concluíram, através de várias metodologias de análise quantitativa e qualitativa, que o eixo X compreenderia a designação de comunhão e que o eixo Y seria classificado como acção. O primeiro seria caracterizado pelos seguintes termos: conexão (*connectedness*) afiliação (*affiliation*), amor (*love*) e caloroso (*warmth*). Já o eixo Y, seria caracterizado por conceitos como: influência (*influence*), controlo (*control*), domínio (*dominance*), poder (*power*) ou *status*.

Figura I – Traços interpessoais organizados em duas dimensões (adaptado de Horowitz, 2004, p. 57)



Ao analisarmos esta figura, verifica-se que os termos tendem a apresentar uma organização circular. Como Horowitz (2004) afirma, a medida usada para descrever a “quantidade” de X e de Y é arbitrária, sendo, por isso, conveniente considerar os comportamentos ou traços interpessoais como um círculo. Quando os elementos do gráfico formam um círculo é usualmente designado de circunplexo (Horowitz, 2004). Assim, os elementos que estão próximos no circunplexo têm significados semelhantes e estão positivamente correlacionados: uma pessoa que exhibe fortemente um determinado comportamento ou traço, tendencialmente exhibe o outro; já uma pessoa que raramente manifesta um tipo de comportamento ou traço, não terá a tendência de exhibir o outro que estaria mais relacionado. Os comportamentos diametralmente opostos possuem significados diferentes, estando negativamente correlacionados: as pessoas que frequentemente exibem um, raramente exibem o outro (Horowitz, 2004). Visto isto, a proximidade dos elementos permite-nos verificar o grau de correlação existente entre os mesmos. Por outras palavras, subsiste neste tipo de pressuposto teórico um princípio de complementaridade: um comportamento expresso pelo emissor tende a convidar uma reacção complementar do parceiro de interacção (Horowitz, Locke, Morse, Waikar, Dryer, Tarnow & Ghannam, 1991).

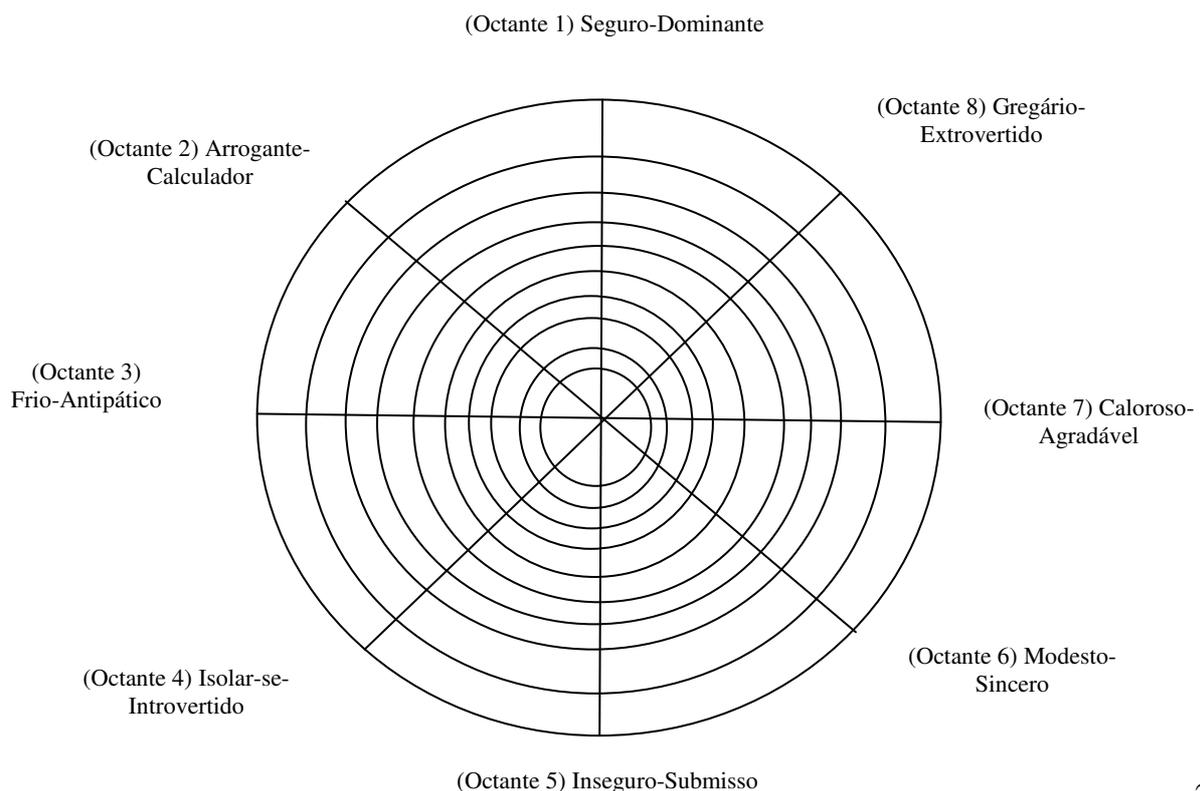
Wiggins (1997), também foi um dos autores que mais contribuiu para a teoria do modelo interpessoal circunplexo. Este, dividiu o gráfico sugerido por Horowitz em oito regiões (octantes), de forma a criar oito tipos de personalidades, tendo elaborado como instrumento de medição desses tipos de personalidade a Escala dos Adjectivos Interpessoais (*Interpersonal Adjective Scales - IAS*). Pela análise da figura I, observa-se que esta pode ser dividida em oito octantes, como demonstrado pela figura II descrita por Horowitz (2004), sendo que o primeiro octante contém traços que apresentam índices elevados de acção, mas neutros em comunhão (e.g. assertivo, dominante, autoconfiante, energético e persistente). Foi por isso denominado seguro-dominante. Os restantes octantes foram definidos da seguinte forma: o segundo octante definiu como arrogante-calculador; o terceiro designou de frio-antipático; o quarto de isolar-se-introvertido; o quinto de inseguro-submisso; o sexto de modesto-sincero; o sétimo de cuidador-gradável; e o oitavo, de gregário-extrovertido. De uma forma resumida, as escalas que estão próximas uma da outra (e.g. escalas 7 e 8), estão, em geral, positivamente correlacionadas, enquanto as que são inteiramente opostas uma da outra, estão negativamente correlacionadas; as escalas que perfazem um ângulo de 90° de distância entre uma e outra, como a escala 1 (acção reflectida) e a escala 7 (comunhão reflectida), não se encontram correlacionadas (Horowitz, 2004). Como observado, o

instrumento criado por Wiggins, permite localizar características interpessoais, permitindo traçar perfis.

Um procedimento similar foi usado para medir os objectivos interpessoais. Locke (2000) construiu um questionário de auto-respostas: a Escala Circumplexa de Valores Interpessoais (*Circumplex Scales of Interpersonal Values – CSIV*). Esta é constituída por 64 itens (objectivos) e avalia o comportamento interpessoal através da análise de forma eficiente de um conjunto global de valores de comunhão e acção. Esta escala operacionaliza os valores interpessoais colocando questões aos participantes, para que estes classifiquem a importância de várias consequências de comportamentos interpessoais ou modos de conduta. Cada item designa, deste modo, um objectivo particular. Os 64 itens (objectivos) estão organizados em oito subescalas, que avaliam ordens elevadas de motivação. As subescalas possuem uma boa consistência interna e fiabilidade teste-reteste, sendo que as diferenças individuais parecem relativamente estáveis ao longo do tempo (Locke, 2000).

Assim, Escala Circumplexa de Valores Interpessoais pode ser usada para estudar diferentes fenómenos interpessoais em adição aos traços pessoais, problemas e perturbações (perturbações da personalidade) e situações de suporte social.

Figura II – Traços interpessoais organizados em oito octantes (oito escalas de personalidade) (adaptado de Horowitz, 1981, cit. in Horowitz, 2004, p. 59)



Assim, as dimensões de acção e de comunhão são consideradas como motivos básicos de organização, na medida em que fazem surgir os comportamentos interpessoais correspondentes. Por conseguinte, os comportamentos que conectam duas pessoas fornecem uma forte sensação de segurança, enquanto que os comportamentos que influenciam os outros, ou os de demonstração de competências, proporcionam um sentido de autonomia. Como podemos ver, estas duas dimensões reflectem duas tarefas respeitantes ao crescimento, que as pessoas desde crianças, começam a criar: o desenvolver um contacto seguro com outra pessoa e a aquisição de um sentido de competência realista e estável, de influência e de eficiência (desenvolvimento de um sentido de individualização) (Horowitz, 2004).

Os constructos motivacionais variam na sua amplitude ou nível de abstracção (Horowitz, Wilson, Turan, Zolotsev, Constantino & Henderson, 2006). Um desejo claro, como o desejo de intimidade ou de amizade, é considerado como principal (de alta ordem), ao contrário de um desejo mais limitado (pouco vasto), como passar tempo com o companheiro romântico (*ibidem*). Esse desejo, por sua vez, é principal relativamente a um desejo ainda menos vasto, como o de sair com uma determinada pessoa. Estes níveis de abstracção podem, então, ser conceptualizados hierarquicamente (Emmons, 1989, cit. in Horowitz, *et al.*, 2006). Ou seja, o desejo de intimidade constitui uma categoria superior (mais abstracta), que inclui outras mais limitadas (pouco vastas) que, por sua vez, compreendem características ainda menos vastas. O termo motivo, designa, usualmente, um nível relativamente elevado de abstracção (e.g. o desejo de intimidade e de autonomia), enquanto o termo objectivo (metas), corresponde a uma categoria relativamente mais limitada (Horowitz, *et al.*, 2006). Esta hierarquização é feita tendo por base as dimensões acção e comunhão, devido, e como temos constatado, ao seu carácter de grande amplitude. Assim, verifica-se que estes variam em importância, de triviais a vitais. Para além disso, os motivos ou objectivos, divergem de pessoa para pessoa e ao longo do tempo. Por exemplo, um desejo de adquirir novos amigos, poderá ter uma elevada prioridade em alguns períodos e noutros não. Em geral, ao longo do tempo e das situações, alguns objectivos são mais importantes para uma pessoa do que outros, constituindo “linhas temáticas” na história de vida das pessoas (McAdams, *et al.*, 1996). O ser-se admirado, pode ser importante para uma pessoa, mas para outra poderá não ter o mesmo nível de importância.

Quando um objectivo, considerado importante é alcançado, a pessoa experiencia uma emoção positiva, e quando é frustrado, é vivenciada uma emoção negativa. Se uma pessoa tem dois motivos opostos, tem que abdicar de um, de modo a satisfazer o outro. Logo, um dos motivos é frustrado. De salientar, que dois motivos de comunhão também podem entrar em

conflito: por exemplo, o desejo de fazer parte de um grupo pode entrar em conflito com o desejo de manter as amizades fora desse grupo. O mesmo acontece para os motivos de acção: o desejo de manter uma posição de gerência pode entrar em conflito com o desejo de expressar as opiniões pessoais livremente (Horowitz, *et al.*, 1993; Locke & Horowitz, 1990;). Deste modo, quando os motivos, considerados pela pessoa como importantes, são continuamente frustrados, pode conduzir ao desenvolvimento de problemas interpessoais (“É difícil para mim fazer amigos”, “Considero que estou sempre sozinho”) (Horowitz, *et al.*, 2006, p. 77; Vittengl, Clark & Jarret, 2003).

Como observado, os problemas interpessoais resultam de dificuldades recorrentes da relação com os outros, e são uma das razões mais comuns da procura de psicoterapia (Horowitz, 2004). Assim, o modelo interpessoal circumplexo, para além de fornecer um modelo de organização e de avaliação dos comportamentos interpessoais, permite, de igual modo averiguar os problemas interpessoais (Locke, 2005). Locke (2005) através do Inventário dos Problemas Interpessoais, baseado no modelo circumplexo interpessoal apresentado (*Inventory of Interpersonal Problems – Circumplex; IIP-C*), realizou um estudo sobre os problemas interpessoais e verificou que as pessoas classificadas como possuidoras de capacidades de acção avaliam os outros como críticos, que os rejeitam (não os compreendem) e que não prestam apoio, definindo-se como pessoas agressivas, argumentativas e adoptando uma atitude de rejeição para com os outros. Por sua vez, as pessoas definidas como possuidoras de capacidades de comunhão também se preocupam que os outros os rejeitem, mas reagem com vergonha em vez de raiva (agressão).

Poder-se-á dizer que estas duas dimensões – acção e comunhão - funcionam como estruturas base de organização do comportamento, das motivações (Burnstein, Schultheiss & Grässman, 1998; Horowitz, *et al.*, 2006), das autoconstruções (Horowitz, 2004; Locke & Sadler, 2007), das definições de género (Buss, 1981), do apoio social (Trost, 1999; Monsen, von der Lippe, Havik, Halvorsen & Eilertsen, 2007), dos problemas interpessoais e das perturbações da personalidade (Locke & Nekich, 2000; Locke, 2005), entre outras. Mesmo que tenham sido propostas variações deste sistema, todos eles se guiaram por análogos aos conceitos de acção e comunhão, tendo seguido uma ordem circular denominada de circumplexo (Wiggins, 1991 cit in McAdams, *et al.*, 1996).

4.2. Acção não mitigada e comunhão não mitigada

Além dos constructos de acção e comunhão, os investigadores desta área têm incidido nas implicações não mitigadas (não atenuadas) destas duas dimensões. Assim, desenvolveram-se constructos como a acção não mitigada (*unmitigated agency* – UA; que não é mitigada pela comunhão) e comunhão não mitigada (*unmitigated communion* – UC; que não é mitigada pela acção). Globalmente, a UC prediz o desequilíbrio relacional e problemas interpessoais de submissão e sobre-envolvimento (envolvimento em excesso – dependência), enquanto a dimensão UA prevê um estilo de interacção de confrontação e excessivo controlo pessoal. Ambos os traços demonstram uma moderada relação com a hostilidade e a raiva (Ghaed & Gallo, 2006).

Hegelson e Fritz (2000) referem que as dimensões UA e UC estão associadas a problemas de comportamento e dificuldades relacionais. Uma pessoa que obtém resultados elevados na UA, apresenta um excessivo foco no *self* (em si mesmo) e uma visão negativa dos outros, mostrando-se cínica, hostil, egoísta, gananciosa e arrogante. A UA e a acção partilham o foco no *self*, mas neste caso este é excessivo, encontrando-se associado a características negativas, sendo, por isso, melhor representado no modelo circumplexo interpessoal pela dimensão arrogante-calculador (ver figura II) (Hegelson, 1994; Hegelson & Fritz, 2000). Hegelson e Fritz (2000) afirmam que a acção não mitigada é distinta da acção e da comunhão. Por outras palavras, a UA não pode reduzir-se a uma combinação das mesmas. Conceptualmente, uma pessoa que obtém elevados resultados na acção, e reduzidos na comunhão, pode ser independente e auto-confiante, mas não pode ser prestável ou emocional. No entanto, isto não é o mesmo que ser-se cínico, hostil e ganancioso. Estes autores, em estudos anteriores, constataram que a UA prevê unicamente características como a auto-relevância e os resultados relacionais.

Por outro lado, Hegelson e Fritz (2000) referem que os indivíduos que apresentam elevados índices de UC, demonstram uma preocupação com os outros que faz com que negligenciem as suas necessidades. Seguindo o mesmo pressuposto de distinção supracitado, Hegelson e Fritz (2000), referem que a comunhão não mitigada não pode ser captada pelos resultados elevados em comunhão e baixos em acção, ou outra combinação destas. Conceptualmente, índices elevados de comunhão e baixos em acção, reflectem características como bondade e atenção para com os outros, mas de forma passiva e não competitiva. Assim, as dimensões UA e UC, surgem como aspectos mais limitados das dimensões acção e comunhão, na medida que estão mais relacionadas com aspectos de excessiva auto-relevância e sobredependência dos relacionamentos. De modo a que haja equilíbrio, a acção tem que ser

mitigada pela comunhão e vice-versa, visto que as dimensões não mitigadas são destrutivas, tanto para o indivíduo como para a sociedade (Bakan, 1966, cit in Hegelson & Fritz, 2000). Sendo assim, as dimensões não mitigadas dão origem a problemas psicopatológicos bem como dificuldades na gestão dos mesmos. Ou seja, os sujeitos com características de UA ou de UC, devido ao seu comportamento egoísta, à excessiva dependência e ao facto de considerarem que os outros não correspondem ao apoio requerido, não criam redes de apoio sociais estáveis; logo, em situações de doenças crónicas, têm mais dificuldades em lidar e em recuperar das mesmas (Hegelson, 1994).

Desta forma, estudos realizados em diversos tipos de população têm sugerido que tanto a UC e a comunhão, como a UA e a acção estão positivamente relacionadas, respectivamente (Hegelson, 1994). Em geral, a UA está inversamente associada com a comunhão e com a UC, do mesmo modo que a UC está inversamente associada com a UA e com a acção. Seguindo este pressuposto e sabendo que a acção está mais relacionada com as características masculinas e que a comunhão reflecte, de forma geral, características mais femininas, Hegelson e Fritz (2000), referem que os homens terão mais probabilidade de manifestarem problemas com características de acção não mitigada do que as mulheres. Similarmente, se a comunhão se encontra relacionada com o sexo feminino, pode-se dizer que estas tenderão a evidenciar problemas de acção não mitigada.

Ghaed e Gallo (2006) realizaram um estudo onde examinaram medidas comuns de acção, comunhão, UA e UC, recorrendo ao modelo interpessoal circumplexo apresentado (ver figura II) e à teoria dos cinco factores de personalidade. Tinham como objectivo averiguar o seguinte:

- Saber quais as características inter e intrapessoais da acção, da comunhão, da acção não mitigada e da comunhão não mitigada;
- A representação/organização destes quatro constructos no modelo interpessoal circumplexo (ver figura II);
- A sua relação com a saúde e o bem-estar;
- O nível do ajustamento social, hostilidade e constructos relacionados, estilos de vinculação do adulto e stress emocional;
- Avaliar a relação entre estes traços e as diferenças entre sexos (indo de encontro com os enquadramentos teóricos explicitados).

Contrariamente às investigações anteriores, Ghaed e Gallo (2006), verificaram que os homens e as mulheres não diferiam ao nível da acção, embora os homens tenham obtido

resultados mais elevados na dimensão UA, bem como índices mais baixos na comunhão e na UC do que as mulheres. Observaram, também, que a acção e comunhão se correlacionam. Os quatro constructos (acção, comunhão, acção não mitigada e comunhão não mitigada) encontram-se, geralmente, bem representados e ocupam lugares distintos no espaço do modelo circunplexo: acção e comunhão estão intimamente ligadas aos eixos dominante e amigável, respectivamente; a UA teve maior projecção no quadrante agressivo-dominante; e a UC no quadrante submissão-amigável. Assim, os indivíduos com resultados mais elevados em UA, relatam problemas interpessoais relacionados com comportamento agressivos-dominantes: (a) apresentam comportamentos mais agressivos, (b) usam a raiva de forma destrutiva, (c) tendem a experienciar conflitos sociais e (d) não se apercebem como pertencentes a um grupo social, (e) demonstrando um pobre ajustamento social. No entanto, podem desejar aproximação social e demonstrar medo de abandono. Posto isto, os resultados indicam que a UA se encontra relacionada com um estilo de vinculação ansioso. De salientar, que a UA parece mais prejudicial para as mulheres do que para os homens, relativamente ao funcionamento social, hostilidade e constructos relacionados, bem como no que concerne ao stress emocional. Mais uma vez, esta discrepância reflecte o facto de elevadas características de UA, poderem ser consideradas socialmente indesejáveis para as mulheres, dado a sua natureza de género atípica (Ghaed & Gallo, 2006; Ward, *et al.*, 2006). Sujeitos com maiores índices na dimensão UC, neste estudo, relatam maior stress emocional, cognição hostil, e ruminação associada a raiva. Interessante é que eles também evidenciaram mais motivos destrutivos para usarem a raiva nos contextos interpessoais, e uma tendência para uma maior agressão verbal, o que parece surpreendente, dado o seu foco primário ser os outros e a manutenção de relacionamentos. Deste modo, este tipo de padrão de funcionamento, associado ao estilo de vinculação ansioso-avoidante, reflecte uma tendência para evitar relacionamentos chegados, devido ao medo de rejeição. De forma geral, este estudo, sugere que indivíduos com elevados índices de UC são sujeitos “zangados” e apresentam índices elevados de stress, e podem possuir sentimentos mistos, relativamente aos relacionamentos interpessoais. Além do mais, a UC pode ser contrastada com a comunhão, em termos de associações com características de afiliação, raiva e hostilidade. Deste modo, Ghaed e Gallo (2006) salientam a necessidade de haver mais estudos que incidam nestes constructos, de forma a proceder a uma melhor conceptualização operacional da definição das dimensões não mitigadas.

4.3. O modelo interpessoal circumplexo (acção e comunhão) e os motivos S e O de Hubert Hermans

Ao analisarmos o modelo interpessoal circumplexo e a teoria da valoração de Hermans, verifica-se uma similitude nos constructos acção e comunhão, e nos motivos S (acção), O (comunhão), P (afectos positivos) e N (afectos negativos). Aliás, através dos constructos de acção e comunhão não mitigadas, verifica-se que as dimensões acção e comunhão também englobam sentimentos negativos e positivos, e que certos motivos, quando frustrados (ou menos flexíveis), podem resultar em perturbações. Deste modo, a organização do modelo interpessoal circumplexo, rege-se por uma apresentação bidimensional ortogonal, que assenta nas dimensões acção e comunhão, sendo que existem sentimentos (negativos e positivos) subjacentes a estas duas categorias. O mesmo se verifica com o modelo de Hermans e Hermans-Jansen (1995), em que estes postulam as dimensões S e O (correspondentes a acção e comunhão, respectivamente) como dimensões base em que sentimentos negativos e positivos se encontram sub-ordenados, na organização ortogonal bidimensional – modelo circumplexo. Hermans e Hermans-Jansen (1995), como já foi mencionado, referem que a construção de auto-narrativas depende de motivos inerentes às capacidades de acção e de comunhão, através dos motivos S (motivos de auto-orientação, auto-valorização) e O (motivos de orientação para os outros). Assim, cada valoração depende de um valor emocional – padrão de afectos –, que a caracteriza, e esse valor é conferido através de definições afectivas que se encontram implícitas (definidas) pelos motivos S, O, P e N. Isto é, ao caracterizar um determinado acontecimento significativo, a pessoa atribui um determinado valor, um significado afectivo/emocional, que é regulado por estas dimensões base – S e O.

No entanto, estes dois modelos apresentam algumas diferenças. Hermans pretende fazer uma descrição genérica de toda a acção humana, enquanto o modelo interpessoal circumplexo procura explicar os comportamentos interpessoais. O modelo interpessoal circumplexo estuda as diferenças interindividuais, classificando os comportamentos de acordo com as mesmas. Este modelo compara as características dos indivíduos e faz distinções entre os diversos tipos de funcionamento (e.g. “A critica B”; “A protege B” ou “A tem uma personalidade do tipo A”) (Horowitz, 2004). Hermans tem como objectivo caracterizar as narrativas de cada indivíduo. Logo, apresenta um carácter mais amplo de análise, na medida em que poderão existir inúmeras valorações. Aliás, quanto mais variedade existir das mesmas, mais flexibilidade irá apresentar o sistema de valorações (Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

5. Análise factorial

A análise factorial está definida como um conjunto de técnicas estatísticas que procura explicar a correlação entre as variáveis observáveis, simplificando os dados através da redução do número de variáveis necessárias para os descrever (Pestana & Gagueiro, 2005). Por outras palavras, o número de características, dimensões, traços ou atributos alvo de avaliação do teste original pode ser reduzido a um número relativamente pequeno de factores/traços comuns, visto que se considera que algumas variáveis estão fortemente correlacionadas entre si (Anastasi, 1977).

Tudo isto se faz através de um modelo que explica a correlação entre as variáveis observáveis, conjecturando a existência de um menor número de variáveis não observáveis subjacentes aos dados (factores), que expressam o que existe de comum nas variáveis originais. A análise factorial tenta simplificar a descrição do comportamento, reduzindo o número de categorias de uma multiplicidade inicial de variáveis de instrumento, para alguns factores ou traços comuns (Anastasi & Urbina, 2000). Assim, o processo de validação de um constructo, permite-nos saber quantos e quais os factores que o instrumento está a avaliar e identificar quais os itens que se encontram associados a cada factor, de modo a evidenciar os que constituem cada um dos factores avaliados, e os que avaliam os traços ou dimensões sujeitos a estudo (Almeida & Freire, 2000).

Pode-se, então, afirmar que a análise factorial é um procedimento por excelência, que permite apreciar a dimensionalidade dos instrumentos por nós utilizados, sendo que nesse procedimento um vasto número de medidas e variáveis são correlacionadas entre si (Almeida & Freire).

Existem dois procedimentos estatísticos de utilização da análise factorial: a análise factorial exploratória – é a mais usual e permite analisar as relações entre as diversas variáveis sem se determinar em que medida os resultados se ajustam a um modelo teórico; e a análise factorial confirmatória (Almeida & Freire, 2000) – em que os resultados encontrados são comparados com a solução que constitui a nossa hipótese (Pestana & Gagueiro, 2005). Neste estudo, iremos utilizar a análise do tipo exploratório.

Pestana e Gagueiro (2005), referem que a análise factorial exploratória assume que tanto as covariâncias como as correlações entre as variáveis observáveis (peso dos factores), são geradas pelas suas relações com um número de variáveis subjacentes ou conceitos, não directamente medidos, designados por factores comuns ou latentes. Um dos métodos de estimativa mais utilizados para averiguar a extracção de factores, é o das componentes principais. Este método possibilita a transformação de um conjunto de variáveis quantitativas

iniciais correlacionadas entre si, noutro conjunto com menor número de variáveis não correlacionadas (ortogonais) e designadas de componentes principais, reduzindo assim a complexidade de interpretação dos dados (Pestana & Gagueiro, 2005). Este foi o método utilizado no presente estudo.

Esta análise considera também que a carga factorial – saturação – de cada item nos factores isolados, traduz a covariância existente entre esse item e o respectivo factor (Almeida & Freire, 2000). As cargas factoriais (covariância) varia entre os valores -1,00 e +1,00, isto é, podem ser positivas e negativas no mesmo factor, sugerindo que estas se encontram mais próximas do pólo positivo ou negativo. Um valor de 0.00 significa a ausência de relação entre o item e o factor, e que um valor próximo da unidade, indica que esta é quase perfeita entre item e factor – o item pode assumir-se como um excelente representante comportamental do traço latente, demonstrado estatisticamente pelo factor (Almeida & Freire, 2000).

Frequentemente, recorre-se a métodos de rotação de variáveis, de modo a facilitar a interpretação dos factores. Estes podem ser ortogonais (e.g. Varimax, Quartimax e Equamax) ou oblíquos (e.g. Direct Oblimin e Promax). Na ortogonal obtém-se factores não correlacionados ou ortogonais, isto é, independentes entre si. Já na rotação oblíqua, obtém-se factores correlacionados (Pestana & Gagueiro, 2005).

Neste trabalho recorreu-se ao método Varimax. O método Varimax produz factores que não estão correlacionados entre si, sendo estes interpretados a partir das suas cargas factoriais que se aproximam de + ou - 1. Concretamente, este método procura maximizar as saturações dos itens nos respectivos factores, para que cada variável se associe apenas a um factor, desaparecendo assim valores intermédios. Basicamente, fazem-se várias interações com o intuito de se obter uma definição clara das variáveis atribuídas a cada factor (Pestana & Gagueiro, 2005).

Geralmente, a análise factorial é acrescida da verificação da consistência interna de cada factor. Apesar de existirem várias medidas para a consistência interna, neste trabalho recorreu-se ao *alpha* de Cronbach. Para que os resultados apresentem uma boa consistência interna, os valores devem variar entre 0 e 1, sendo que esta será classificada da seguinte forma e segundo Pestana e Gagueiro (2005, p.526), de:

- Muito Boa – alpha superior a 0,9;
- Boa – alpha entre 0,8 e 0,9;
- Razoável – alpha entre a 0,7 e 0,8;
- Fraca – alpha entre 0,6 e 0,7;
- Inadmissível – alpha <0,6.

Segundo Almeida e Freire (2000) os valores de *alpha* não podem ser negativos, pois no caso de o serem, estão a violar o modelo de consistência interna dos itens de cada um dos factores. De referir, que a decisão de eliminar o item ou não, passa pela análise da consistência interna dos itens de cada um dos factores.

1. Objectivos do estudo

A resenha bibliográfica referente à teoria da valoração, apresentada no capítulo anterior, permite constatar que cada valoração possui uma componente afectiva, podendo esta ser analisada a partir de uma lista de termos afectivos. Para Van Geel e De Mey (2003) a opção por uma lista de afectos adequada constitui uma condição metodológica essencial para o uso apropriado do método de autoconfrontação. Nesse sentido, no início dos anos 70, Hermans e a sua equipa começaram por utilizar uma lista que incluía um vasto conjunto de afectos positivos e negativos, sendo estes interpretados, respectivamente, como agradáveis ou desagradáveis (cf. Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Porém, com o decorrer do tempo, descobriram que dois dos afectos incluídos na lista – auto-estima e amor – demonstravam ter particular importância na vida diária das pessoas, sendo estes mais tarde interpretados como afectos associados a dois motivos básicos – conforme vimos anteriormente, aos motivos S e O, respectivamente. Posteriormente, acrescentaram à lista mais termos afectivos. Actualmente existem vários formatos desta lista, tais como listas de 16, 24 e 30 afectos. Neste estudo utilizou-se uma lista de 32 afectos, tendo como orientação de elaboração as listas resultantes dos estudos de Hermans e Hermans-Jansen (1995), Van Geel e De May, (2003), e estudos-piloto prévio de preparação de adaptação da escala para a nossa população (Carneiro (2007).

Assim, este estudo tem como objectivo central a adaptação da escala de afectos à população portuguesa e consequente validação recorrendo à análise factorial. Para tal, diversos objectivos específicos são apresentados, nomeadamente:

- Seleccionar os itens (termos afectivos) que compõem a escala a partir dos índices psicométricos que a compõem;
- Analisar a consistência interna dos itens (termos de afectos) que formam cada um dos factores;
- Verificar se a solução factorial encontrada é coerente com a teoria da valoração de Hermans;

2. Método

Neste estudo recorreu-se à metodologia analítico-transversal (Ribeiro, 1999), pois tem-se como objectivo explicar os resultados através do exame das relações (correlações) estatísticas entre as variáveis num único momento de avaliação. Para tal recorreu-se à aplicação a uma amostra de uma lista de afectos, baseada na tradução das matrizes originais dos estudos referidos anteriormente, tendo sido acrescentados por nós outros itens a partir da extracção de sinónimos dos termos de base.

2.1. Amostra

No presente estudo, utilizou-se o método de amostragem de conveniência. Recorreu-se a este tipo de amostragem devido aos seguintes pressupostos: pretendia-se que as instruções fossem compreendidas sem dificuldades pelos sujeitos, na medida que implicava escrita por parte dos mesmos; e visto tratar-se de uma aplicação colectiva, não permitindo esclarecimento de dúvidas (ao contrário de uma aplicação individual), devido à necessidade de um número elevado de sujeitos. As pessoas habitualmente eleitas para serem alvo do MAC, são aquelas com níveis mais elevados de escolarização. Isto conduziu à escolha de uma população universitária. Procurou-se que, dentro dessa população, a selecção fosse aleatória quanto ao género, curso ou horário, de modo a permitir a inclusão de uma maior diversidade sócio-demográfica de pessoas.

Deste modo, a amostra é composta por uma população universitária de uma Universidade da zona do Porto e, apesar de inicialmente perfazer um total de 393 sujeitos, após a eliminação de alguns dos questionários, por não cumprirem os requisitos de preenchimento requeridos, a amostra final ficou, então, constituída por um total de 387 participantes. Esta inclui indivíduos de géneros, idades e diferentes áreas de conhecimento – relações públicas, ciências da comunicação, solicitadoria, gestão de desporto, psicologia clínica e da saúde, aconselhamento psicossocial, tecnologias da comunicação e multimédia, recursos humanos, informática de gestão, educação física e desporto, segurança e higiene no trabalho.

A amostra é constituída por 230 participantes do sexo feminino (59,4%) e 157 participantes do sexo masculino (40,6%) (ver quadro 2).

Quadro 2 – Distribuição da amostra por sexo

| Sexo | Frequência | Porcentagem |
|-------------|-------------------|--------------------|
| Feminino | 230 | 59,4% |
| Masculino | 157 | 40,6% |
| Total | 387 | 100% |

No que concerne à idade, estas encontram-se compreendidas entre os 18 e os 67 anos de idade, sendo a sua maior frequência no grupo etária dos 20 anos (16,8%) (ver quadro 3).

Quadro 3 – Distribuição da amostra por idade

| Idade (grupos) | Frequência | Porcentagem (%) |
|-----------------------|-------------------|------------------------|
| Grupo 18 | 21 | 5,4% |
| Grupo 19 | 56 | 14,5% |
| Grupo 20 | 65 | 16,8% |
| Grupo 21 | 60 | 15,5% |
| Grupo 22 | 55 | 14,2% |
| Grupo 23 | 31 | 8,0% |
| Grupo 24 | 17 | 4,4% |
| Grupo 25 | 15 | 3,9% |
| Grupo 26-30 | 34 | 8,8% |
| Grupo 31-35 | 10 | 2,6% |
| Grupo 36-40 | 10 | 2,6% |
| Grupo 41-45 | 8 | 2,1% |
| Grupo 46-50 | 3 | 0,8% |
| Grupo 66-70 | 2 | 0,5% |
| Total | 387 | 100% |

2.2. Instrumentos

Para além da ficha de caracterização sócio-demográfica, utilizaram-se 2 instrumentos: uma matriz de 32 afectos juntamente com uma ficha para elaborarem as diferentes valorações, que serão seguidamente apresentadas.

2.2.1. Ficha de caracterização sócio-demográfica e frases de elaboração das valorações

Para correcto preenchimento da matriz e consequentes procedimentos estatísticos, bem como a caracterização da amostra em causa, foi elaborada uma ficha onde constava o pedido de preenchimento de alguns dados sócio-demográficos (curso, ano de licenciatura, idade e sexo), tendo-se tido o cuidado de esta ser inteiramente anónima, de modo a proteger os dados dos participantes (cf. Anexo 1).

Para a construção das valorações, era requerido que os participantes elaborassem valorações referentes ao passado, presente e futuro para que depois se pudesse proceder ao preenchimento da matriz (quadro 4) (cf. Anexo I).

Quadro 4 – Frases de elaboração das valorações

1ª Frase: Escreva uma frase sobre um episódio ou sobre uma pessoa significativa(o) do seu **Passado**.

2ª Frase: Escreva uma frase sobre um episódio ou sobre uma pessoa significativa(o) do seu **Presente**.

3ª Frase: Escreva uma frase sobre um episódio ou pessoa que venha a ser significativa(o) no seu **Futuro**.

2.2.2. Matriz de afectos

A matriz foi utilizada (cf. Anexo 2), neste estudo, seguindo os procedimentos gerais do método de autoconfrontação. A sua construção teve por base as matrizes resultantes dos estudos de Van Geel e De May (2003), Hermans e Hermans-Jansen (1995) e um estudo-piloto da adaptação da escala do método de auto-confrontação de Carneiro (2007), tendo ainda sido

acrescentados, como já foi referido, outros itens a partir da extracção de sinónimos dos termos de base. O procedimento foi, então, o seguinte:

a) Comparar as matrizes dos referidos estudos, seleccionando os itens que consistentemente eram repetidos nas diferentes versões inglesas (cf. Hermans & Hermans-Jansen, 1995; Van Geel & De May, 2003) do método de autoconfrontação (ver quadro 5);

b) Usar os termos usados nas traduções portuguesas anteriores destas escalas (e.g., Salgado, 2003) relativos a cada um dos itens seleccionados na alínea a (ver quadro 5);

c) Para criar uma escala com um número igual de itens relativos a cada uma das subescalas (S, O, P, N), foram adicionados aos termos originais outros termos a partir da consulta de dicionários de sinónimos dos termos base (Morais, 1998). A versão final resultante é indicada no quadro 6.

Quadro 5 – Comparação dos termos afectivos presentes nos estudos de Van Geel e De May (2003), Hermans e Hermans-Jansen (1995) e Carneiro (2007) (nas suas várias fases – 28 afectos)

| Estudo de Van Geel e De May (2003) | Estudo-piloto de Carneiro (2007) | Hermans e Hermans-Jansen (1995) |
|---|---|--|
| Auto-estima | 1. Auto-estima | <i>Self-esteem</i> |
| Força | 2. Força | <i>Strength</i> |
| Autoconfiança | 3. Autoconfiança | <i>Self-confidence</i> |
| Orgulho | 4. Orgulho | <i>Pride</i> |
| Energia | 5. Energia | <i>Energy</i> |
| Liberdade | 6. Liberdade | <i>Freedom</i> |
| | 7. Sucesso | |
| | 8. Auto-eficácia | |
| Carinho | 9. Carinho | <i>Caring</i> |
| Amor | 10. Amor | <i>Love</i> |
| Ternura | 11. Ternura | <i>Tenderness</i> |
| Intimidade | 12. Intimidade | <i>Intimacy</i> |
| Solidariedade | 13. Solidariedade | <i>Solidarity</i> |
| Estima | 14. Afeição | <i>Warmth</i> |
| | 15. Dedicção | |
| | 16. Proximidade | |
| Alegria | 17. Alegria | <i>Joy</i> |
| Felicidade | 18. Felicidade | <i>Happiness</i> |
| Contentamento | 19. Prazer | <i>Enjoyment</i> |
| Calma interior | 20. Calma Interior | <i>Inner calm</i> |
| Confiança | 21. Calma | <i>Trust</i> |
| Segurança | 22. Segurança | <i>Security</i> |
| | 23. Ânimo | |
| | 24. Entusiasmo | |
| Preocupação | 25. Preocupação | <i>Worry</i> |
| Infelicidade | 26. Infelicidade | <i>Unhappiness</i> |
| Desânimo | 38. <i>Desgosto</i> | <i>Despondency</i> |
| Desapontamento | 28. Desapontamento | <i>Disappointment</i> |
| Impotência | 29. Impotência | <i>Powerlessness</i> |
| Ansiedade | 30. Ansiedade | <i>Anxiety</i> |
| Stress | 31. Stress | <i>Stress</i> |
| Auto-alienaço | 32. Auto-alienaço | <i>Self-alienation</i> |
| Culpa | 33. Culpa | <i>Guilt</i> |
| Solidão | 34. Solidão | <i>Loneliness</i> |
| Inferioridade | 35. Inferioridade | <i>Inferiority</i> |
| Raiva | 36. Raiva | <i>Anger</i> |
| | 27. Tristeza | |
| | 28. Vergonha | |

Quadro 6 - Lista de afectos e escala utilizada

| Lista de Afectos | Escala |
|-------------------------|---------------------|
| 1. Auto-Estima (S) | 0 – Nada |
| 2. Intimidade (O) | 1 – Um pouco |
| 3. Stress (N) | 2 – De alguma forma |
| 4. Confiança (P) | 3 – Bastante |
| 5. Preocupação (N) | 4 – Muito |
| 6. Infelicidade (N) | 5 – Mesmo muito |
| 7. Dedicção (O) | |
| 8. Ternura (O) | |
| 9. Segurança (P) | |
| 10. Solidariedade (O) | |
| 11. Afeição (O) | |
| 12. Desgosto (N) | |
| 13. Entusiasmo (P) | |
| 14. Impotência (N) | |
| 15. Ansiedade (N) | |
| 16. Orgulho (S) | |
| 17. Ânimo (P) | |
| 18. Alegria (P) | |
| 19. Felicidade (P) | |
| 20. Força (S) | |
| 21. Autoconfiança (S) | |
| 22. Auto-Alienação (N) | |
| 23. Energia (S) | |
| 24. Liberdade (S) | |
| 25. Amor (O) | |
| 26. Auto-Eficácia (S) | |
| 27. Calma Interior (P) | |
| 28. Desapontamento (N) | |
| 29. Proximidade (O) | |
| 30. Sucesso (S) | |
| 31. Prazer (P) | |
| 32. Carinho (O) | |

Nota: Entre parêntese estão indicados os motivos a que pertencem os afectos.

S: afectos orientados para a autovalorização.

O: afectos orientados para o contacto com os outros.

P: afectos positivos

N: afectos negativos

2.3. Procedimentos gerais

Antes de se proceder à administração dos instrumentos, os participantes foram informados dos procedimentos da investigação, assim como o respeito pelo anonimato em qualquer exposição dos dados. Foi dada a oportunidade de se elucidar sobre qualquer dúvida que pretendessem clarificar e esclarecer que a participação era voluntária. Os dados utilizados nesta investigação, são por isso, anónimos, razão pela qual os participantes não assinaram qualquer tipo de declaração de consentimento informado (APA, 2002b). Todavia, ressalva-se que nenhum dos sujeitos levantou qualquer tipo de objecção nesta fase do procedimento, tendo todos colaborado.

Terminada esta fase, os participantes foram, então, sujeitos à aplicação dos instrumentos. Era primeiro pedido aos sujeitos que formulassem valorações referentes ao passado, presente e futuro, e que depois as classificassem de 0 a 5 (0 = nada; 1 = um pouco; 2 = de alguma forma; 3 = bastante; 4 = muito e 5 = mesmo muito), tendo por base a matriz de 32 afectos. Os dados foram depois submetidos a tratamento estatístico, nomeadamente à análise factorial, recorrendo-se para isso ao programa informático *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS).

3. Pressupostos

Antes de se dar início à apresentação dos resultados da análise factorial, analisou-se os eventuais desvios à normalidade da distribuição dos dados obtidos, assim como, a correlação entre as variáveis. Visto que estamos perante uma escala do tipo ordinal como variável quantitativa, isto é, as respostas aos itens que constituem a escala distribuem-se segundo uma ordem que pode ser decrescente ou crescente, permitindo estabelecer diferenciações (Almeida & Freire, 2000), exige-se que cada item tenha uma distribuição normal ou pelo menos simétrica e mesocúrtica (Pestana & Gagueiro, 2000).

Nessa linha de ideias, e através do teste de normalidade Kolmogorov-Sminov, verificou-se que as distribuições dos itens não têm distribuição normal ($p=0,000$); porém, apresentam uma distribuição simétrica ($|skwness/std_{skwness}| < 1,96$) e mesocúrtica ($|kurtosis/std_{kurtosis}| < 1,96$) (Pestana & Gagueiro, 2005).

No que concerne à análise da correlação entre as variáveis, deve haver uma correlação entre as mesmas. Para Pestana e Gagueiro (2005), o procedimento estatístico de medida KMO permite aferir a qualidade das correlações entre as variáveis, de forma a se poder prosseguir com a análise factorial. Ainda, e segundo estes autores, valores de KMO entre 1 e 0,9 indicam

valores de correlação muito bons, enquanto valores perto de 0 indicam que a análise factorial não é exequível, pois existe fraca correlação entre as variáveis.

No presente estudo, o valor de KMO da primeira análise factorial é de 0,962, o que revela uma muito boa correlação entre as variáveis. Em termos gerais, ambos os resultados obtidos, quer na apreciação da normalidade dos dados, quer nas correlações entre as variáveis, permitem o prosseguimento da análise factorial.

4. Resultados

4.1. Avaliação preliminar da escala

Foi realizada uma análise factorial preliminar à escala de 32 afectos. Nesta avaliação, verificou-se que o termo afectivo “auto-alienação”, para além de durante a aplicação da escala ter suscitado dúvidas quanto ao seu significado, apresentava um *eigenvalue* de 0,909 saturado unicamente por este mesmo item (ou seja, surgia como um factor isolado), dificultando a interpretação dos resultados. Também através dessa mesma análise, e tendo, de igual modo, suscitado dúvidas durante a aplicação, retiramos o termo afectivo “dedicação”, pois surgia sobreposto em dois factores e apresentava saturações inferiores aos mínimos esperados para a carga factorial (limiar estabelecido: carga factorial $\geq 10,31$). Reduziu-se, assim, a escala para um total de 30 afectos.

4.2 Análise factorial da escala de 30 afectos

Tendo por base a mesma amostra, utilizou-se novamente o método de extracção de factores de componentes principais, obtendo-se pelo critério de Kaiser um número de factores igual ao número de valores próprios superiores a um. Escolheu-se como método de rotação ortogonal Varimax, de modo a obter uma análise convergente com a de Van Geel e De Mey (2003).

A análise das componentes principais, seguida de rotação ortogonal Varimax, que convergiu em 8 iterações, originou quatro factores com valores superiores a 1 (8,328; 5,277; 4,048 e 2,362). O primeiro factor explica 27,76% da variância, o segundo factor explica 17,59%, o terceiro explica 13,49% e o quarto factor explica 7,87% da variância. No seu conjunto, estes factores explicam aproximadamente 66,71% da variância dos 30 itens (quadro 7).

Quadro 7 – Variância total explicada

| Soma das rotações dos quadrados das cargas factoriais | | | |
|---|-------|-------------|--------------|
| Componentes totais | Total | % Variância | % Cumulativa |
| 1. Factor 1 | 8,328 | 27,759 | 27,759 |
| 2. Factor 2 | 5,277 | 17,589 | 45,348 |
| 3. Factor 3 | 4,048 | 13,494 | 58,842 |
| 4. Factor 4 | 2,362 | 7,872 | 66,714 |

Método de Extracção: Análise de Componentes Principais

Analisando a matriz das componentes principais após a rotação (ver quadro 8), e assumindo como ponto de corte carga factorial $\geq |0,30|$ [seguindo um limiar próximo, mas mais restritivo do que no estudo de Van Geel e De Mey, (2003) – 0,25], no primeiro factor podemos constatar uma sobreposição entre os sentimentos que constituem os factores S e P. Dos 17 termos afectivos com cargas factoriais superiores ao limiar estabelecido, este factor apresenta os 8 termos da escala S, os 8 termos da escala P e 1 da escala O. Os 8 sentimentos que constituem a escala P (alegria, felicidade, prazer, calma interior, confiança, segurança, ânimo e entusiasmo) apresentam cargas factoriais significativas neste factor que variam entre 0,708 e 0,556. Do mesmo modo, os itens que visam avaliar o motivo S apresentam cargas factoriais elevadas ($0,758 < \text{cargas factoriais} < 0,570$) neste primeiro factor. Deste modo, pode-se designar este factor de autocentração positiva, na medida que concerne sentimentos positivos, de elacção centrada no bem-estar próprio, pois satura simultaneamente em afectos S e P. Será aqui designado por factor S/P.

O segundo factor (factor de orientação para os outros), o factor O, apresenta cargas factoriais elevadas ($0,846 < \text{cargas factoriais} < 0,608$), sendo assim um factor bem representado pelos itens que o compõem: carinho, amor, ternura, intimidade, afeição, proximidade e solidariedade.

O terceiro factor é um factor bipolar já que é saturado positivamente por afectos da escala P (ânimo, alegria, entusiasmo, prazer e felicidade; $0,395 < \text{cargas factoriais} < 0,0539$) e negativamente por afectos da escala N ($-0,792 < \text{cargas factoriais} < -0,676$), associados a sentimentos disfóricos: infelicidade, desgosto, impotência e desapontamento. Será, por isso, aqui designado por factor P/N (factor de estado de ânimo, que varia entre a elacção e a disforia; P/N – elacção/disforia).

O quarto factor é um factor constituído por 3 afectos N associados a ansiedade (0,757 < cargas factoriais < 0,787), nomeadamente pelos termos ansiedade, stress e preocupação. Além disso, é ainda composto por um quarto afecto, “calma interior”, que apresenta uma carga factorial negativa neste factor, o que ainda mais contribui para a indicação deste factor como sendo relativo a ansiedade (N/ansiedade).

Relativamente à análise dos itens que compõem os diferentes factores, os resultados indicam:

a) Os afectos confiança, segurança, auto-estima, força, auto-confiança, energia, liberdade, sucesso e auto-eficácia saturam apenas no primeiro factor (S/P);

b) Os afectos carinho, amor, ternura, afeição, intimidade e proximidade saturam apenas no segundo factor (O);

c) Os afectos ânimo, alegria, entusiasmo, prazer, felicidade, infelicidade, desgosto, impotência e desapontamento saturam simultaneamente no primeiro (S/P; elacção/disforia) e no terceiro (P/N – elacção/disforia);

d) Os afectos ansiedade, stress e preocupação saturam apenas no quarto factor (N/ansiedade);

e) O afecto orgulho que satura no primeiro (0,570) e no terceiro (0,314) factores, originando uma indicação do seu potencial relevo em situações de elacção de humor;

f) O termo afectivo solidariedade apresenta cargas factoriais acima do limiar estabelecido quer no segundo factor (tal como o previsto; carga factorial: 0,608), quer no primeiro factor (0,405). Este é um resultado algo inesperado e para o qual não existe uma explicação óbvia.

g) O afecto calma interior apresenta cargas factoriais relevantes no primeiro (0,556) e no quarto factor (-0,370). Daqui resulta uma indicação de que este afecto poderá ser indicador não do estado de ânimo, mas antes de uma capacidade de auto-regulação do estado emocional. Por sua vez, dificuldades a este nível parecem associar-se mais a estados ansiosos do que a estados disfóricos.

Estas últimas indicações de que os termos relativos a afectos como o orgulho, a solidariedade e a calma interior têm comportamentos algo diferentes dos restantes termos deverão ser tidas em conta em futuras aplicações da escala. No entanto, o seu comportamento não deixa de ser consistente com os resultados globais.

Quadro 8 – Matriz das componentes após rotação^a

| | Componentes | | | |
|--------------------|---------------|--------------|---------------|---------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. Auto-Estima | 0,671 | 0,171 | 0,287 | -0,137 |
| 2. Orgulho | 0,570 | 0,217 | 0,314 | 0,115 |
| 3. Autoconfiança | 0,799 | 0,154 | 0,216 | -0,140 |
| 4. Auto-Eficácia | 0,741 | 0,233 | 0,046 | -0,031 |
| 5. Sucesso | 0,754 | 0,219 | 0,244 | -0,059 |
| 6. Força | 0,758 | 0,195 | 0,263 | -0,026 |
| 7. Intimidade | 0,195 | 0,717 | 0,020 | -0,074 |
| 8. Ternura | 0,203 | 0,844 | 0,078 | -0,080 |
| 9. Solidariedade | 0,405 | 0,608 | -0,082 | -0,059 |
| 10. Afeição | 0,211 | 0,820 | 0,046 | -0,044 |
| 11. Amor | 0,245 | 0,804 | 0,111 | -0,047 |
| 12. Carinho | 0,254 | 0,846 | 0,131 | -0,067 |
| 13. Proximidade | 0,230 | 0,802 | 0,017 | -0,092 |
| 14. Ânimo | 0,708 | 0,186 | 0,491 | -0,026 |
| 15. Alegria | 0,672 | 0,228 | 0,539 | -0,087 |
| 16. Entusiasmo | 0,655 | 0,169 | 0,477 | 0,043 |
| 17. Calma Interior | 0,556 | 0,273 | 0,117 | -0,370 |
| 18. Prazer | 0,598 | 0,389 | 0,395 | -0,016 |
| 19. Felicidade | 0,686 | 0,240 | 0,522 | -0,077 |
| 20. Energia | 0,747 | 0,196 | 0,217 | -0,027 |
| 21. Confiança | 0,703 | 0,275 | 0,163 | -0,160 |
| 22. Segurança | 0,657 | 0,361 | 0,102 | -0,272 |
| 23. Stress | -0,139 | -0,174 | -0,273 | 0,757 |
| 24. Preocupação | -0,081 | 0,006 | -0,208 | 0,762 |
| 25. Infelicidade | -0,307 | -0,038 | -0,745 | 0,237 |
| 26. Desgosto | -0,299 | 0,002 | -0,792 | 0,206 |
| 27. Impotência | -0,227 | 0,023 | -0,676 | 0,290 |
| 28. Ansiedade | -0,004 | -0,121 | -0,165 | 0,787 |
| 29. Desapontamento | -0,229 | -0,043 | -0,758 | 0,246 |
| 30. Liberdade | 0,662 | 0,267 | 0,027 | -0,067 |

Legenda:

Cargas factoriais > |0,30| assinaladas a negrito.

Método de Extracção: Análise de Componentes Principais.

Método de Rotação: Varimax com normalização Kaiser.

a. Rotação convergiu em 8 iterações.

Estes resultados corroboram parcialmente os resultados encontrados em Van Geel e De May (2003), nomeadamente:

- 1) Identificação de um factor O, claramente distinto dos restantes, embora no presente estudo, o afecto solidariedade sature simultaneamente neste factor e no primeiro;
- 2) Identificação de um factor bipolar P/N;
- 3) Identificação de um factor S, embora constituído de um modo diverso do encontrado por Van Geel e De May (2003).

As diferenças relativamente a esse estudo são, então, as seguintes:

- 1) A escala S aparece associada aos afectos P no primeiro factor encontrado. Este resultado contrasta com o encontrado por Van Geel e De May (2003). No entanto, registre-se que, apesar desta diferença, este dado não invalida de todo a separação das escalas S e P, na medida em que os afectos da escala S serão aqueles que saturam unicamente o factor S/P encontrado, enquanto os afectos P saturam também o factor P/N. O que daqui resulta é uma indicação de que, na nossa amostra, o estado de ânimo está associado a afectos ligados à valorização pessoal;
- 2) Identificação de uma escala N, distinta da escala bipolar P/N, associada a estados ansiosos. Assim, os resultados apontam para a necessidade dos afectos negativos serem separados em dois subgrupos distintos: estados disfóricos e estados ansiosos;

Deste modo, os quatro factores referidos por Hermans encontram-se representados nesta escala, embora com uma organização diferente da proposta por este autor. Por conseguinte, os resultados tornam possível a realização duma análise da consistência interna das escalas de Hermans, tendo por base os seguintes passos:

- Retendo-se os afectos que apresentam um valor de saturação/de carga factorial $\geq |0,30|$ apenas no primeiro factor: escala S;
- Retendo os afectos que apresentam uma carga factorial $\geq |0,30|$ no segundo factor: escala O;
- Retendo os afectos que saturam simultaneamente no primeiro e no terceiro factores: escala P;
- Retendo os afectos que saturam apenas e negativamente no terceiro factor, em conjunto com os afectos que saturam positivamente no quarto factor: escala N.

4.2.1. Análise da consistência interna dos itens

Agora vamos efectuar a análise da consistência interna. Vão-se tomar como directrizes os valores referidos anteriormente definidos por Pestana e Gagueiro (2005, p. 526), na análise dos valores obtidos para o *alpha* de Cronbach.

Factor S

Através da análise dos resultados apresentados no quadro 9 constata-se que o factor S, constituído pelos itens auto-estima, confiança, segurança, força, auto-confiança, energia, auto-eficácia, liberdade e sucesso, apresenta uma consistência interna muito boa (*alpha* de Cronbach = 0,926). O item que apresenta uma menor consistência interna, comparativamente aos restantes, é o item liberdade (R=0,634). Assim, os restantes termos afectivos participam positivamente na manutenção da consistência interna deste factor.

Quadro 9 – Consistência Interna para o factor S

| | Item Corrigido – Correlação | |
|---------------|-----------------------------|-------------------------|
| | Total | Alpha se Item Eliminado |
| Auto-Estima | 0,700 | 0,919 |
| Confiança | 0,748 | 0,916 |
| Segurança | 0,714 | 0,919 |
| Força | 0,775 | 0,915 |
| Autoconfiança | 0,807 | 0,913 |
| Energia | 0,743 | 0,917 |
| Auto-Eficácia | 0,704 | 0,919 |
| Liberdade | 0,634 | 0,924 |
| Sucesso | 0,766 | 0,915 |
| Alpha = 0,926 | | |

Factor O

Pela análise do quadro 10, constata-se que o factor O apresenta uma consistência interna muito boa (*alpha* de Cronbach = 0,920). O item intimidade apresenta uma menor correlação com os restantes itens (R=0,664), pelo que a sua eliminação afectaria, de algum modo, a consistência interna. Os restantes itens que constituem este factor – amor, carinho, ternura, proximidade e afeição – apresentam índices de consistência interna bons (ver quadro 11) que contribuem positivamente para a consistência da escala.

Quadro 10 – Consistência interna para o factor O

| | Item Corrigido – Correlação | Alpha se Item Eliminado |
|---------------|-----------------------------|-------------------------|
| | Total | |
| Intimidade | 0,664 | 0,920 |
| Ternura | 0,811 | 0,900 |
| Afeição | 0,768 | 0,906 |
| Amor | 0,782 | 0,904 |
| Carinho | 0,842 | 0,896 |
| Proximidade | 0,768 | 0,906 |
| Alpha = 0,920 | | |

Factor P

Este factor que é constituído pelos itens orgulho, ânimo, alegria, entusiasmo, felicidade e prazer, apresenta um *alpha* de Cronbach de 0,930 considerando-se portanto muito boa a consistência interna (ver quadro 11). Contudo, o afecto orgulho apresenta uma correlação com os restantes itens mais baixa, ($R=0,631$), pelo que a sua eliminação aumentaria a consistência interna da escala. Do ponto de vista teórico também será aconselhável retirar este afecto desta escala, já que inicialmente se previa que operasse como um afecto S e não P. Deste modo, serão de reter os itens ânimo, alegria, felicidade e entusiasmo.

Quadro 11 – Consistência interna para o factor P

| | Item Corrigido – Correlação | Alpha se Item Eliminado |
|--------------|-----------------------------|-------------------------|
| | Total | |
| Orgulho | 0,631 | 0,938 |
| Ânimo | 0,862 | 0,908 |
| Alegria | 0,886 | 0,905 |
| Entusiasmo | 0,779 | 0,919 |
| Felicidade | 0,885 | 0,905 |
| Prazer | 0,742 | 0,924 |
| Alpha = ,930 | | |

Factor N

Analisando o quadro 12 verifica-se que o factor N, caracterizado pelos afectos de carácter disfórico e ansioso – impotência, infelicidade, desgosto, desapontamento, stress, preocupação e ansiedade – apresenta uma boa consistência interna (*alpha* de Cronbach = 0,852). Qualquer um dos itens, se eliminado, faz baixar a consistência interna da escala.

Quadro 12 – Consistência interna para o factor N (afectos disfóricos e ansiosos)

| | Item Corrigido – Correlação | Alpha se Item Eliminado |
|----------------|-----------------------------|-------------------------|
| | Total | |
| Infelicidade | 0,683 | 0,821 |
| Desgosto | 0,693 | 0,819 |
| Impotência | 0,631 | 0,829 |
| Desapontamento | 0,671 | 0,823 |
| Stress | 0,604 | 0,833 |
| Preocupação | 0,524 | 0,844 |
| Ansiedade | 0,490 | 0,849 |
| Alpha = 0,852 | | |

4.3. Discussão dos resultados

Através da observação dos resultados obtidos na análise factorial da escala de 30 afectos, verificou-se a existência de quatro factores: um factor de autocentração positiva – S (primeiro factor), um factor de orientação para os outros – O - (segundo factor), um factor bipolar P/N de bem-estar ou de estado de ânimo (terceiro factor) e um factor de ansiedade – N afectos ansiosos (quarto factor).

Estes resultados suportam parcialmente os resultados verificados no estudo de Van Geel e De May (2003). Van Geel e De May (2003) sugerem que a elevada afinidade entre afectos de factores distintos (afectos que saturam em mais do que um factor), poderá ser um indicador de que esse afecto estará melhor representado no outro factor, e não no inicialmente designado, levando à sua recolocação. No presente estudo verifica-se a confluência dos factores S e P, sugerindo que alguns dos afectos inicialmente associados à escala P sejam melhor atribuídos, de facto, à escala S. Neste caso, os afectos confiança e segurança, inicialmente designados de afectos P, passam a ser atribuídos ao afecto S. Aliás, a própria definição de confiança – “Segurança íntima com que se procede: ter confiança em si (...)” (Lello & Lello, 1976, p.608) – bem como de segurança – “Confiança, tranquilidade de espírito (...) pessoa ou coisa que serve de esteio ou amparo a outrem (...)” (Lello & Lello, 1976, p. 868) – remetem para uma maior associação com auto-avaliação e auto-expansão do self, de domínio. O indivíduo para obter algo ou quando ambiciona algo, tem que ser seguro e

confiante. Daí que se considere que estas características estejam mais ligadas ao factor S e não ao factor P. Hermans e Hermans-Jansen (1995) constataram, ao longo das suas investigações em torno do MAC, que muitos dos termos que inicialmente estavam definidos como P, tinham melhor afinidade com outros factores, como O e S, referindo que seria “teoricamente mais elegante” que o factor P compreendesse termos afectivos mais neutros (Hermans, Hermans-Jansen & Van Gilst, 1985, cit. in Van Geel & De May, 2003). Logo, neste estudo, considerou-se que os afectos confiança e segurança, anteriormente designados de factores P, têm mais afinidade com o factor S. Daí, que na realização da análise da consistência interna da escala de 30 afectos se tenham assumido como factores S.

Assim, estes resultados – a junção de afectos positivos (P) e afectos orientados para a valorização de si (S) (primeiro factor) - enfatizam uma maior orientação para a auto-imagem da pessoa, reflectem uma autocentração positiva. O facto de Hermans também ter encontrado alguma sobreposição de valores entre os afectos S e P, faz com que este autor considere o afecto S (expressão do motivo básico de autovalorização) um sentimento inerentemente positivo (Hermans, *et al.*, 1985, cit. in Van Geel & De May, 2003). Deste modo, o factor encontrado vai de encontro à explicação anterior, em que se constata uma associação entre sentimentos positivos e os sentimentos orientados para a valorização de si.

Relativamente ao factor O (segundo factor), este surge claramente distinto, sendo constituído somente por afectos orientados para o desejo de contacto e união com os outros. A única excepção encontrada foi ao nível do afecto solidariedade que, como saturava simultaneamente no factor P, foi eliminado da análise da consistência interna.

Os resultados indicam uma divisão dos afectos negativos em dois blocos: afectos disfóricos (infelicidade, desgosto, impotência e desapontamento) e afectos de ansiedade (ansiedade, preocupação, stress), emergindo, deste modo, dois factores: P/N e N afectos ansiosos. O Factor P/N apresenta uma estrutura bipolar, pois é constituído por afectos positivos (P) e afectos negativos disfóricos (N), remetendo para um factor de bem-estar ou estado de ânimo, uma vez que os valores dos afectos de N apresentam cargas factoriais negativas (ver quadro 8), indicando uma correlação negativa com os factores positivos.

Uma possível explicação para a extensão de P por três factores (S, N sentimentos disfóricos e N sentimentos ansiógenos), poderá dever-se ao facto de três quartos de todos os sentimentos do MAC apresentarem uma natureza positiva, reflectindo provavelmente a perspectiva humanística subjacente à teoria da valoração (Van Geel & De May, 2003). Seguindo este pressuposto, faz mais sentido para se obter os índices de bem-estar de

Hermans, não se utilizar o factor formado pelos afectos de ansiedade, sendo que em escalas mais reduzidas deve-se usar apenas o factor P/N.

A nível dos itens, este estudo permite ainda sugerir algumas alterações. Para lá da recolocação dos itens Segurança e Confiança como afectos S, também se sugere eliminar os seguintes itens em futuras aplicações:

- Orgulho: inicialmente colocado como um afecto S, surgia aqui como um afecto P. No entanto, além de teoricamente exigir uma interpretação mais complexa, este item também faria baixar a consistência interna da escala P, pelo que se recomenda a sua eliminação;

- Calma Interior: este afecto, ao aparecer associado ao factor S e ao factor N/ansiedade, apresenta um comportamento que pode comprometer a interpretação dos resultados, pelo que se sugere a sua eliminação;

- Solidariedade: do mesmo modo, este afecto, ao associar-se ao factor S e ao factor O, também comprometeria a clareza das análises, pelo que se recomenda a sua eliminação;

- Os termos Dedicção e Auto-alienação também apresentam comportamentos que indicam não serem termos adequados para a avaliação das dimensões em questão.

De um modo geral, este estudo permite apoiar a utilização desta escala na população portuguesa, já que se apoia a distinção efectuada por Hermans. Verifica-se, assim, que as escalas S, O, P e N permitem efectuar uma distinção entre uma orientação para si próprio e uma orientação para os outros, ao mesmo tempo que também distinguem estados de humor positivos e negativos. Embora se verifique alguma sobreposição entre os factores, sobretudo entre S e P, a escala de afectos cria diferenciações fundamentadas entre as diferentes combinações afectivas.

CONCLUSÃO

Após a análise da estrutura da lista de 30 afectos, confirmou-se empiricamente uma estrutura factorial assente em quatro factores base – S (com junção dos factores P e S), O, P/N e N (afectos ansiosos). Logo, a estrutura encontrada suportou parcialmente as suposições empíricas de Van Geel e De May (2003), concordante com as directrizes da teoria da valoração. Paralelamente, através da análise da consistência interna da escala de 30 itens, verificamos globalmente que as escalas surgem como consistentes e que geralmente cada item (afecto) que compõe cada factor (S, O, P e N) é bom representante do mesmo.

Estes dados demonstram ainda uma tendência para uma associação entre autovalorização e sentimentos positivos, o que sugere uma clara primazia na satisfação dos motivos de autocentração positiva, em detrimento da centração na relação com os outros. Esta sobreposição, como já foi referido, entre os factores S e P tinha já sido confirmada por Hermans (Hermans *et al.*, 1985, cit. in Van Geel & De May, 2003), fazendo com que este autor considere o factor S um factor inerentemente positivo.

Para explicar este resultado, será útil recordar que Hermans e Hermans-Jansen (1995) referem que, aparentemente, as experiências de auto-expansão (ou auto-elevação) podem diferir na forma como são internalizadas. Isto é, um elevado grau de internalização representa uma força interior, que permite à pessoa ser menos dependente dos outros. Pessoas com um baixo grau de internalização, são altamente dependentes do *feedback* dos outros, e precisam continuamente de ouvir apreciações positivas sobre o seu desempenho, pois qualquer forma de feedback negativo é encarada como uma ameaça à auto-estima. Uma pessoa com elevado grau de internalização, numa situação de perda de emprego, vai ter uma atitude mais positiva (“Vou poder usar as minhas habilidades de outra forma”). Assim, em termos terapêuticos, Hermans e Hermans-Jansen (1995) referem que, embora o desejo de contacto com os outros tenha um papel fulcral no processo de mudança, as primeiras mudanças ocorrem mais com o aumento do factor S do que com o do factor O. Isto, mais uma vez, sugere a importância na sociedade contemporânea deste motivo em detrimento do motivo O.

Deste modo, estes resultados reiteram empiricamente a presença de dois factores unipolares, expressos pelos factores de desejo de contacto com os outros e pelo factor constituído por afectos negativos ansiosos, e dois factores bipolares: um positivamente expresso pela autocentração (factores S e P), e outro constituído por afectos positivos e negativos de carácter disfórico (factor de bem-estar). Estes resultados são parcialmente

concordantes com o encontrado por Van Geel e De May e pela teoria da valoração de Hermans.

Genericamente, infere-se que esta metodologia (análise factorial exploratória) para determinar a validade do constructo, sustenta a presença de validade da grelha de afectos utilizada por Hermans no método de autoconfrontação e adaptada à população portuguesa.

Devido ao carácter inicial do presente trabalho, importa referir algumas das limitações a ele inerentes, juntamente com as pistas levantadas para investigações futuras. Em primeiro lugar, a generalidade das conclusões fica comprometida pelo facto de se ter trabalhado exclusivamente com uma amostra de estudantes universitários, sendo desconhecida a possibilidade de se estender as conclusões a outras populações. Porém, o facto de se ter incluído na amostra sujeitos que frequentavam o regime nocturno, fez com que se obtivesse dados mais diversificados, devido a uma diferença de idades mais vasta, logo a população não apresentava um carácter tão homogéneo. Regista-se, também, o facto de não se ter efectuado uma focagem nos aspectos mais relevantes do passado, presente e futuro.

Por este motivo, considera-se a pertinência da exposição de medidas futuras que possibilitem o reajustamento do estudo em questão, e a subsequente colmatação das limitações acima referidas. Assim, sugere-se a diversificação da população, sem esquecer a inclusão de população clínica e não clínica, bem como a validação da escala dos afectos constituída pelos termos afectivos sugeridos por este estudo.

Referências Bibliográficas

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abele, A. E., & Wojciszke, B. (2007). Agency and communion from the perspective of self versus others. *Journal of Personality and Social Psychology, 93*, 751-763.
- Alden, L. E., Wiggins, J.S. & Pincus, A. L. (1990). Construction of circumplex scales for the inventory of interpersonal problems. *Journal of personality assessment, 55*, 521-536.
- Almeida, L. S., & Freire, T. (2000). *Metodologia da investigação em psicologia e educação*. Braga: Psiquilibrios.
- American Psychiatric Association (2002a). *Manual de diagnóstico e estatística das perturbações mentais (DSM-IV-TR)*. Lisboa: Climepsi.
- Anastasi, A. (1977). *Testes psicológicos*. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária, Ltda.
- Anastasi, A. & Urbina, S. (2000). *Testagem psicológica*. Porto Alegre: Artmed.
- APA (2002b). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Barret, L. F. (1998). Discrete emotions or dimensions? The role of valence focus and arousal focus. *Cognition and emotion, 12*, 579.
- Bruce, M. L., Have, T. R., Reynolds III, C. F., Katz, I. I., Schulberg, H. C., Mulsant, B. H., Brown, G. K., McAvay, G. J., Pearson, J. L. & Alexopoulos, G. S. (2004). Reducing suicidal ideation and depressive symptoms in depressed older primary care patients: a randomized controlled trial. *Jama, 1081-1091*.
- Burnstein, J. C., Schultheiss, O. C. & Grässman, R. (1998). Personal goals and emotional well-being: the moderating role of motive dispositions. *Journal of personality and social psychology, 75*, 494-508.
- Buss, D. M. (1981). Sex differences in the evaluation and performance of dominant acts. *Journal of personality and social psychology, 40*, 147-154.
- Carneiro, M. S. N. (2007). Estudo piloto para a validação da escala de afectos do método de autoconfrontação. *Monografia não publicada. Maia: ISMAI*.
- Clark, L. A. & Watson, D. (1995). Constructing validity: Basic issues in objective scale development. *Psychological assessment, 7*, 309-319.

- Conwell, Y., Duberstein, P. R. & Caine, R. D. (2002). Risk factors for suicide in later life. *Society of Biological Psychiatry*, 193-204.
- Cronbach, L. J. & Meehl, P. E. (1955). Construct validity in psychological tests. *Psychological bulletin*, 281.
- Curran, P. J., Finch, J. F. & West, S. G. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological methods*, 1, 16-29.
- Doloughan, F. J. (2006). Narratives of travel and the travelling concept of narrative: genre blending and the art of transformation. *Studies across disciplines in the humanities and social sciences*, 1, 134-144.
- Fennel, M. J. V. (1997). Depressão. In Hawton, K., Salkovskis, P. M., Kirk, J. & Clark, D. M., *Terapias cognitive-comportamental para problemas psiquiátricos: um guia prático*, (pp. 241-333). São Paulo: Martins Fontes.
- Fournier, M. A. & Moskowitz, D. S. (2000). The mitigation of interpersonal behavior. *Journal of personality and social psychology*, 79, 827-836.
- Ghaed, S. G. & Gallo, L. C. (2006). Distinctions among agency, communion and unmitigated agency and communion according to the interpersonal circumplex, five-factor model, and social emotions. *Journal of personality assessment*, 86, 77-88.
- Golafshani, N. (2003). Understanding reliability and validity in quantitative research. *The qualitative report*, 8, 597-607.
- Haynes, S. N, Richard, D. C. & Kubany, E. S. (1995). Content validity in psychological assessment: a functional approach to concepts and methods. *Psychological assessment*, 7, 238-247.
- Hegelson, S. V. (1994). Relation of agency and communion to well-being: Evidence and potential explanations. *Psychological Bulletin*, 116, 412-428.
- Hegelson, V. S. & Fritz, H. L. (2000). The implications of unmitigated agency and unmitigated communion for domains of problem behaviour. *Journal of personality*, 68, 1031-1057.
- Hermans, H. J. M. (1987). Self as an organized system of valuations: Toward a dialogue with the person. *Journal of counselling psychology*, 34, 10-19.

- Hermans, H. J. M., Fiddelaers, R., de Groot, R. & Nauta, J. F. (1990). Self-confrontation for assessment and intervention in counselling. *Journal of counselling & development*, 69, 156-162.
- Hermans, H. J., Rijks, T. I. & Kempen, H. G. (1993). Imaginal dialogues in the self: Theory and method, *Journal of personality*, 61, 207-236.
- Hermans, H.J.M. & Hermans-Jansen, E. (1995). *Self-narratives: the construction of meaning in psychotherapy*. New York: Guilford.
- Hermans, H. J. M. (1996). Voicing the self: from information processing to dialogical interchange. *Psychological bulletin*, 119, 31-50.
- Hermans, H. J. M. (1998). Valuation theory and self-confrontation method: Background and training information. *ProQuest psychology journal*, 3, 29-34.
- Hermans, H. J. H. (1999). Self-narrative as a meaning construction: the dynamics of self-investigation. *Journal of clinical psychology*, 55, 1193-1211.
- Hermans, H. J. M. (2001a). Conceptions of self and identity: toward a dialogical view. *International journal of education and religion*, II, 43-62.
- Hermans, H. J. M. (2001b). The construction of a personal position repertoire: Method and practice. *Culture & Psychology*, 7, 323-365.
- Hermans, H. J. M. (2007). A pessoa como narrador motivado de histórias – teoria da valoração e o método de autoconfrontação. In M. M. Gonçalves & O. F. Gonçalves (Eds.), *Psicoterapia, discurso e narrativa: a construção conversacional da mudança* (pp.157-207). Coimbra: Quarteto Editora.
- Horowitz, L. M., Locke, K. D., Morse, M. B., Waikar, S.V., Dryer, D. C., Tarnow, E. & Ghannam, L. (1991). Self-derogations and the interpersonal theory. *Journal of psychology*, 61, 68-79.
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E. & Bartholomew, K. (1993). Interpersonal problems, attachment styles, and outcome in brief dynamic psychotherapy. *Journal of consulting and clinical psychology*, 61, 549-560.
- Horowitz, L. M. (2004). *Interpersonal Foundations of psychopathology*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Horowitz, L. M., Wilson, K. R., Turan, B., Zolotsev, P., Constantino, M. J. & Henderson, L. (2006). How interpersonal motives clarify the meanings of interpersonal behavior: A revised circumplex model. *Personality and social psychology review*, 10, 67

- Janda, L. H. (1998). *Psychological testing – theory and applications*. Massachusetts: Allyn & Bacon.
- Lello, J. & Lello, E. (1976). *Lello universal: Dicionário enciclopédico luso-brasileiro em dois volumes, Vol I, II*. Porto: Lello & Irmãos Editores.
- Li, Shih-Ming, Tseng, Li-Chung, Wu, Chin-Sheng & Chen, Ciou-Jhen (2007). Development of the agency and communion scale. *Social behavior and personality*, 35, 1375-1378.
- Lauzun, G. (1965). *Freud*. Lisboa: Editorial Presença, Lda.
- Locke, K. D. & Horowitz, L. M. (1990). Satisfaction in interpersonal interactions as a function of similarity in level of dysphoria. *Journal of personality and social psychology*, 58, 823-831.
- Locke, K. (2000). Circumplex scales of interpersonal values: reliability, validity, and applicability to interpersonal problems and personality disorders. *Journal of personality assessment*, 75, 249-267.
- Locke, K. D. & Nekich, J. C. (2000). Agency and communion in naturalistic social comparison. *Society for personality and social psychology*, 26, 864-874.
- Locke, K. D. (2005). Interpersonal problems and interpersonal expectations in everyday life. *Journal of social and clinical psychology*, 24, 915-931.
- Locke, K. D. & Sadler, P. (2007). Self-efficacy, values, and complementarity in dyadic interactions: integrating interpersonal and social-cognitive theory. *Society for personality an social psychology*, 33, 94-109.
- Lyddon, W. J., Yowell, D. R. & Hermans, H. J. M. (2006). The self.confrontation method: Theory, research, and practical utility. *Counseling psychology quarterly*, 19, 27-43.
- McAdams, D. P. (1993). *The stories we live by*. Nova York: Guilford Publications.
- McAdams, D. P. (1994). *The Person: an introduction to personality psychology* (2nd ed.). Nova York: Harcourt Brace.
- McAdams, D. P, Hoffman, B. J., Mansfield, E. D. & Day, R. (1996). Themes of agency and communion in significant autobiographical scenes. *Journal of personality*, 64, 339-377.
- Monsen, J. T., von der Lippe, A. L., Havik, O. E., Halvorsen, M. S. & Eilertsen, D. E. (2007). Validation of the SASB introject surface in norwegian clinical and nonclinical sample. *Journal of personality assessment*, 88, 235-245.

- Morais, A. (1998). *Dicionário de inglês-português*. Porto: Porto Editora
- Marsh, H. W., Balla, J. R. & McDonald, R. P. (1988). Goodness-of-fit indexes in confirmatory factor analysis: The effect of sample size. *Psychological bulletin*, *103*, 391-410.
- Moskowitz, D. S. & Zuroff, D. C. (2005). Assessing interpersonal perceptions using the interpersonal grid. *Psychological Assessment*, *17*, 218-230.
- Pestana, M. H. & Gagueiro, J. N. (2005). *Análise de dados para ciências sociais: A complementariedade do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Ribeiro, J. L. R. (1999). *Investigação e avaliação em psicologia e saúde*. Lisboa: Climepsi.
- Salgado, J. M. C. F. (2003). Psicologia narrativa e identidade: Um estudo sobre o auto-engano e organização pessoal. *Maia: Publismai*.
- 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*, 463-475.
- Simão, M. R. (2005). Potencialidades e limites do uso de instrumentos no processo de avaliação psicológica. *Psicologia educação e cultura*, *IX*, 237-264.
- Taub, G. F. (2001). A confirmatory analysis of the wechsler intelligence scale-third edition: Is the verbal performance discrepancy justified? *Practical assessment, research & evaluation*, *7*, 1-8.
- Trost, K. K. (1999). Social support as an interpersonal construct. *European journal of psychology assessment*, *15*, 246-255.
- Van Geel, R. & De May, H. (2003). Self, other, positive, and negative affect scales of the self confrontation method: factorial structure and unidimensionality. *Personality and Individual Differences*, 1833-1847.
- Vittengl, J. R., Clark, L.A. & Jarret, R. B. (2003). Interpersonal problems, personality pathology, and social adjustments after cognitive therapy for depression. *Psychological assessment*, *15*, 29-40.
- Young, A.S, Nuechterlein, K. H, Mints, J., Ventura, J., Qitlin, M. & Liberman, R. P. (1998). Suicidal ideation and suicide attempts in recent-onset schizophrenia. *Schizophrenia Bulletin*, *24*, 629-634.

- Ward, L. C., Thorn, B. E, Clements, K. L, Dixon, K. E. & Sanford, S. D. (2006). Measurement of agency, communion, and emotional vulnerability with the personal attributes questionnaire. *Journal of personality assessment*, 86, 206-216.
- Wiggins, J. S. (1996). An informal history of the interpersonal circumplex tradition. *Journal of personality assessment*, 66, 217-233.
- Wiggins, J. S. (1997). Circumnavigating Dodge Morgan's interpersonal style. *Journal of personality*, 65, 1069-1086.
- Winter, G. (2000). A comparative discussion of the notion of "validity" in qualitative and quantitative research. *The qualitative report*, 4, 1-14.
- Woodward, L. E., Murrell, A. & Bettler, Jr. R. F. (2005). Stability, reliability, and norms for the inventory of interpersonal problem. *Psychotherapy research*, 15, 272-286.

Anexo 1 – Dados sócio-demográficos e elaboração das frases das valorações

Curso: _____

Ano: _____

Idade: _____

Sexo: Masculino Feminino

Frases:

- 1) Escreva uma frase sobre um episódio ou sobre uma pessoa significativa(o) do seu **Passado.**

- 2) Escreva uma frase sobre um episódio ou sobre uma pessoa significativa(o) do seu **Presente.**

- 3) Escreva uma frase sobre um episódio ou pessoa que venha a ser significativa(o) no seu **Futuro.**

Anexo 2 – Matriz de 32 afectos

Preencha a seguinte tabela, atribuindo pontuações de 0-5, mediante os afectos correspondentes a cada uma das frases previamente elaboradas por si e ao sentimento geral.

0 – Nada;

1 – Pouco;

2 – De alguma forma;

3 – Bastante;

4 – Muito;

5 – Mesmo muito.

| | Frase do Passado | Frase do Presente | Frase do Futuro | Sentimento Geral (Como se sentiu na última semana?) |
|----------------|------------------|-------------------|-----------------|---|
| Auto-Estima | | | | |
| Intimidade | | | | |
| Stress | | | | |
| Confiança | | | | |
| Preocupação | | | | |
| Infelicidade | | | | |
| Dedicação | | | | |
| Ternura | | | | |
| Segurança | | | | |
| Solidariedade | | | | |
| Afeição | | | | |
| Desgosto | | | | |
| Entusiasmo | | | | |
| Impotência | | | | |
| Ansiedade | | | | |
| Orgulho | | | | |
| Ânimo | | | | |
| Alegria | | | | |
| Felicidade | | | | |
| Força | | | | |
| Autoconfiança | | | | |
| Auto-Alienação | | | | |
| Energia | | | | |
| Liberdade | | | | |
| Amor | | | | |
| Auto-Eficácia | | | | |
| Calma Interior | | | | |
| Desapontamento | | | | |
| Proximidade | | | | |
| Sucesso | | | | |
| Prazer | | | | |
| Carinho | | | | |