



Psicologia: Reflexão e Crítica

ISSN: 0102-7972

prcrev@ufrgs.br

Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Brasil

Caires Queroz, Nelma; Liberalesso Neri, Anita

Bem-estar Psicológico e Inteligência Emocional entre Homens e Mulheres na Meia-idade e na Velhice

Psicologia: Reflexão e Crítica, vol. 18, núm. 2, maio-agosto, 2005, pp. 292-299

Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Porto Alegre, Brasil

Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18818218>

- ▶ Como citar este artigo
- ▶ Número completo
- ▶ Mais artigos
- ▶ Home da revista no Redalyc

redalyc.org

Sistema de Informação Científica

Rede de Revistas Científicas da América Latina, Caribe, Espanha e Portugal
Projeto acadêmico sem fins lucrativos desenvolvido no âmbito da iniciativa Acesso Aberto

Bem-estar Psicológico e Inteligência Emocional entre Homens e Mulheres na Meia-idade e na Velhice

Nelma Caires Queroz

Anita Liberalesso Neri ^{1,2}

Universidade Estadual de Campinas

Resumo

Investigamos relações entre bem-estar psicológico e inteligência emocional, em amostra de conveniência com 120 indivíduos, 60 de 45 a 55 e 60 de 60 a 69 anos. Instrumentos: duas escalas multidimensionais, Escala de Desenvolvimento Pessoal e Escala de Desenvolvimento de Autoconsciência. Resultados: em automotivação e autoconsciência (MIE) os 2 grupos de idade masculinos pontuaram mais que os femininos. Ocorreram correlações significantes entre automotivação (MIE) e auto-aceitação, propósito, crescimento personalizado e geratividade - manter e oferecer (EDEP). Análise fatorial da EDEP resultou em 5 fatores que separaram as competências de autodesenvolvimento e às relações interpessoais. Bem-estar psicológico e inteligência emocional não se comportaram independentemente e nem foram consistentemente afetados por gênero e idade.

Palavras-chave: Bem-estar psicológico; inteligência emocional; meia-idade; velhice; gênero.

Emotional Intelligence and Psychological Well-being among Middle-aged and Old Men and Women

Abstract

There was carried out a descriptive study aimed at investigate relations between psychological well-being and emotional intelligence, in a convenience sample with 60 middle aged (45-55) and 60 old (60-69) males and females. Measures: Self-development Scale and Self-development of Self-consciousness Scale. Results: Male subjects scored higher than female on self motivation and self conscientiouness (MIE), and between self motivation and self acceptance (MIE), and between self motivation and purpose, personal growth and generativity (maintenance and offering) (EDEP). Factorial analysis performed on EDEP resulted in five factors. Self development dimensions splitted from others related to interpersonal relationships. Psychological well-being and emotional intelligence independent constructs neither were consistently affected by gender and age.

Keywords: Psychological well-being; emotional intelligence; middle-age, old age, gender.

A tradição de estudar o ajustamento da personalidade do adulto em termos de auto-percepção de competência pessoal e de atendimento às normas sociais remonta a uma preocupação da comunidade científica (Allport, 1961; Bühler, 1935; Erikson, 1950; Jung, 1933; Maslow, 1968; Rogers, 1961, citados em Ryff, 1989b), mas é recente o renascimento do interesse pelo assunto, dentro de uma perspectiva reconhecida como psicologia positiva (Neri, 2002; Seligman & Csikzentmihalyi, 2000). Nesta perspectiva, a literatura especializada assume que o ajustamento pessoal tem como indicadores o bem-estar subjetivo e o bem-estar psicológico. Para Diener (1984), que usa indiscriminadamente os adjetivos subjetivo e psicológico, o bem-estar subjetivo é indicado por satisfação com a vida, por afetos positivos e negativos e por senso de felicidade.

Ryff (1989a, 1989b, 1995) discrimina entre bem-estar subjetivo e

modelo composto por seis dimensões: *autonomia* (auto-determinado e independente, capaz de realizar autonomia base em critérios pessoais e capaz de seguir a *propósito de vida* (ter objetivos na vida e senso de direção); *ambiente* (ser capaz de administrar atividades com autonomia em diferentes ambientes, como no trabalho, no âmbito profissional, familiar e pessoal); *crença* (capaz de manter continuamente o próprio processo de auto-estima aberto às novas experiências, tendência a aperfeiçoamento e à realização das próprias *metas*); *aceitação* (ser capaz de aceitação de si e dos outros); *relações positivas com outros* (manter relações de satisfação com os outros); *relações positivas com a vida* (manter relações de afetividade com outras pessoas). O senso de bem-estar psicológico é a soma das dimensões.

americanos, sendo 48,5% homens e 51,5% mulheres. A mostra era composta por três grupos de idade: 33,2% adultos (25-39 anos), 46% de meia idade (40-59 anos) e 20,8% idosos (60-74anos). No tratamento estatístico realizaram uma análise multivariada dos construtos bem-estar subjetivo e bem-estar psicológico por idade, nível de escolaridade, gênero, etnia e estado civil. Os resultados mostraram uma correlação estatisticamente significativa apenas para idade e nível de escolaridade. Adultos com baixo bem-estar subjetivo e elevado bem-estar psicológico tendem a ter maior grau de escolaridade do que adultos com a combinação de baixo bem-estar subjetivo e baixo bem-estar psicológico. Em contraste, adultos e idosos com elevado bem-estar subjetivo e baixo bem-estar psicológico tendem moderadamente a um menor grau de escolaridade do que adultos com a combinação de baixo bem-estar subjetivo e baixo bem-estar psicológico. Adultos e idosos com elevado bem-estar subjetivo e elevado bem-estar psicológico tendem a ter um nível mais alto de escolaridade do que adultos com a combinação de baixo bem-estar subjetivo e baixo bem estar psicológico. Os autores concluíram que as variáveis idade e nível de escolaridade exercem influência nas combinações de bem-estar, no qual se torna nítido que a idade que o indivíduo possui e o nível de escolaridade estão relacionados de acordo com valores de cada grupo social. Neste estudo, um elevado bem-estar é claramente vinculado à escolaridade e à idade: pessoas de meia idade e idosos que possuem alto nível de escolaridade são provavelmente mais prósperas na vida e têm melhor percepção da qualidade de sua vida.

Desde os seus primeiros escritos, nos anos 1950, Erikson demonstrou preocupação com o ajustamento psicossocial do indivíduo e os reflexos dessa condição sobre a sociedade. A introdução do conceito de geratividade em seu modelo de oito estágios do desenvolvimento foi uma contribuição precursora à compreensão do que hoje autores como Ryff (1989a, 1989b, 1995; Ryff & Essex, 1991) designam como bem-estar psicológico. Para Erikson (1950, 1986, 1998), a geratividade manifesta-se de maneira mais intensa na meia-idade, como uma reação à estagnação no desenvolvimento da personalidade. O conceito inclui procriatividade, produtividade e criatividade, que se manifestam na geração de novos seres, de novos produtos e de novas idéias, e também num processo de autodesenvolvimento que se reflete na elaboração da identidade de adulto maduro. Para o autor, a geratividade é um indicador de ajustamento na meia-idade e na velhice e está relacionada ao

criação ou geração de indivíduos, coletividade, cultura e civilização para perpetuar a espécie humana, no que se refere à manutenção, que se reflete em cuidar, zelar, preservar, proteger, apoiar, ajudar, servir, ensinar, ensinar, se aplica a indivíduos, grupos, instituições, natureza e ofertas, que se expressa na tradição, no meio do ensino, do aconselhamento, no deixar um legado pessoal, permitindo que os outros desfrutem segundo seus próprios desejos.

Ao longo dos últimos 100 anos, os teóricos da geratividade construindo caminhos para melhor entendimento da geratividade, estabelecendo a natureza de suas interações com outros sistemas sociais, educacionais, psicológicos e físicos. A teoria da geratividade se encontra em três grandes tendências, a psicossocial, a cognitivista e a cognitivista. A primeira prioriza a capacidade de o indivíduo chegar a resultados e a realização em situações de solução de problemas, como os processos cognitivos se organizam e se expressam durante o desenvolvimento do indivíduo, o processamento da informação tentativa, a memória humana em termos de processos de aprendizagem, o desempenho de tarefas cognitivas, a codificação, a organização e a evocação de informações (Roazzi & Spinillo, 1989).

Vários autores argumentam que a geratividade é mais do que a soma da complexidade do funcionamento humano. A geratividade expressaria apenas na solução de problemas de trabalho, mas também nos âmbitos da autoexpressão, do autoconhecimento. Entre eles citam Erikson (1950), Bar-On (1997, citado em Bar-On, 2004) e Mayer (2002). Gardner definiu a geratividade como um conjunto de habilidades que caracterizam indivíduos que lidam com problemas ou dificuldades, a criação de novos problemas. Segundo o autor, a geratividade é uma competência simples, mas complexa, que pode ser descrita em termos de personalidade. Ele denomina de inteligências matemática, espacial, musical, corporal, linguística, intrapessoal e social. A inteligência pessoal divide-se em duas subcategorias: intrapessoal e social. As distinções nos outros, particularmente no que se refere à geratividade, são

de utilizar conhecimentos para raciocinar e resolver problemas (Mayer, Caruso & Salovey 2002). Os adeptos da segunda posição assumem que a inteligência emocional inclui quase tudo que está associado com o êxito, em especial habilidades não cognitivas, tais como a assertividade e o controle de impulsos, que são em parte sobrepostas a traços de personalidade. A esse respeito, além do modelo de Goleman (1995), há o modelo misto de Bar-On (1997, citado em Hedlund & Sternberg, 2002), que admite a existência de aptidões mentais, como por exemplo a solução de problemas, e de aptidões de personalidade, como por exemplo o otimismo. O próprio Goleman (1995) primeiro enfatizou na inteligência emocional as relações e as experiências cotidianas e a influência delas sobre o sucesso na solução dos problemas da vida diária. Depois, em 1999, definiu-a como capacidade de reconhecer os próprios sentimentos e os dos outros, de automotivar-se e de administrar as emoções nos âmbitos individual e interpessoal.

No Brasil, Siqueira, Barbosa e Alves (1999) construíram e validaram uma escala de inteligência emocional com 59 itens que avaliam cinco habilidades da inteligência emocional, conforme foram descritas nos modelos de Salovey e Mayer (1990) e de Goleman (1995, 1999). O conceito inclui um conjunto de cinco capacidades: autoconsciência, automotivação, autocontrole, empatia e sociabilidade. *Empatia* é definida pelos autores brasileiros como a facilidade em identificar os sentimentos, desejos, intenções, problemas, motivos e interesses dos outros, por intermédio da leitura e da compreensão de comportamentos não verbais de comunicação, tais como expressões faciais, tom de voz e postura corporal. *Sociabilidade* é a facilidade de iniciar e preservar as amizades, ser aceito pelas pessoas, valorizar as relações sociais, adaptar-se a situações novas, liderar, coordenar e orientar as ações das outras pessoas. *Automotivação* consiste na facilidade de elaborar planos para a própria vida, de modo a criar, acreditar, planejar, persistir e manter situações propícias para a concretização das metas futuras, com esperança e otimismo. *Autocontrole* é a facilidade de administrar os próprios sentimentos, impulsos, pensamentos e comportamentos e *Autoconsciência* relaciona-se à facilidade de lidar com os próprios sentimentos no que se refere à identificação, à nomeação, à avaliação, ao reconhecimento e à atenção a esses sentimentos. As três primeiras dizem respeito a reações do eu

de estratégias de intervenção que favoreçam o envelhecimento bem-sucedidos, tanto no âmbito no âmbito sociocultural.

Objetivos

Este estudo foi planejado para: a) identificar entre os construtos de inteligência emocional psicológico em pessoas que se encontram na mesma faixa etária, b) verificar as semelhanças e as diferenças entre os grupos quanto ao bem estar psicológico e inteligência emocional, c) descrever características e as relações psicológicas entre os instrumentos de avaliação psicológica frente à inteligência emocional.

Método

Participantes

Amostra de conveniência composta por pessoas que apresentavam estilo de vida ativo e independente na comunidade. Metade dos participantes tinha 45 anos (meia-idade) e a outra metade, de 60 a 74 anos. No grupo de idosos, a média de idade era de 68,6 anos ($dp=3$ anos) e no grupo de meia-idade era de 48,6 anos ($dp=2$ anos e 9 meses). Em cada grupo de participantes era homem e metade era mulher. 46,6% do grupo de meia-idade e 51,6% dos idosos possuíam de 9 a 14 anos de escolaridade; eram 48,6% do sexo masculino e 41,5% do sexo feminino; dentre os casados, 51,6% eram casados com pessoas separados e divorciados, 88% dos homens e 53% das mulheres. 20% das mulheres eram casadas com um companheiro(a). Vinte e um por cento das mulheres eram separadas, 10% divorciadas, 10% com um companheiro(a). Vinte e um por cento das mulheres eram aposentados, mas 48% desses, 58% são do sexo masculino e 48% do sexo feminino. Entre os homens aposentados, 33% são idosos e 67% estão na meia-idade e 33% são idosos. Entre os homens não aposentados, 83% pertenciam ao grupo de meia-idade e 17% ao de idosos. Os participantes foram convidados para participar, entre outros, em seus locais de trabalho, em centros de saúde e residências. Foram informados sobre a confidencialidade dos dados e assinaram um termo de consentimento. Os participantes responderam coletivamente e individualmente.

Medida de Inteligência Emocional – MIE, de Siqueira e colaboradores (1999) consiste em 59 itens escalares com quatro pontos cada um (1- nunca; 2- poucas vezes; 3- muitas vezes; 4- sempre), avaliando cinco dimensões fatoriais (empatia, sociabilidade, automotivação, Autocontrole e autoconsciência).

Resultados

A consistência interna dos instrumentos resultou num coeficiente $\alpha=0,90$ para a MIE, e, na EDEP, da ordem de 0,89 para os 18 itens de bem-estar psicológico e de 0,77 para os de geratividade. Esses índices indicam que os instrumentos possuem consistência interna. Segue-se a descrição dos resultados das análises univariadas e bivariadas. Por último, serão apresentados os dados da análise multivariada (fatorial).

Na comparação do desempenho dos grupos de idade e gênero na Medida de Inteligência Emocional (MIE), os grupos tiveram um desempenho parecido, isto é, não se observaram diferenças estatisticamente significantes quanto ao escore total na MIE. Quando foram considerados os escores das dimensões em separado, em automotivação ocorreu pontuação significativamente maior para os participantes do sexo masculino, independentemente da idade. Considerando-se o escore total e os escores nos domínios da EDEP, não ocorreram diferenças estatisticamente significantes entre os grupos de gênero e idade. Porém, quanto à dimensão *manter*, os homens e as mulheres de meia-idade pontuaram mais alto do que as mulheres e os homens idosos, embora a diferença não tenha sido estatisticamente significante ($p=0,06$).

Tampouco foram encontradas correlações estatisticamente significantes entre os escores totais da amostra na EDEP e na MIE, o que sugere independência entre eles. Entretanto, esse resultado foi diferente quando foram calculadas as correlações entre o escore total de cada escala e os escores das dimensões de cada uma delas. Resultaram correlações estatisticamente significantes ($r=0,0001$) entre o escore total na MIE e os escores nas seguintes dimensões da EDEP: propósito na vida, crescimento pessoal e auto-aceitação, dimensões essas que representam o bem-estar psicológico. Ocorreram correlações significantes entre o escore total na MIE e as dimensões

criar e oferecer da subescala de geratividade, entre as relações estatisticamente significantes entre o propósito na vida, crescimento pessoal, auto-aceitação, dimensões sobre o ambiente, que pertence ao bem-estar psicológico, e entre automotivação e autocontrole, que pertence ao construto geratividade (EDEP) e que resultaram nos resultados.

Com o objetivo de estudar as diferenças entre os resultados característicos dos desempenhos das duas escala, realizou-se uma análise fatorial, com rotação obliqua Varimax. O Coeficiente KMO foi de 0,92, que indica que a matriz tem consistência suficiente para ser submetida ao critério de seleção de fatores comuns. Foram obtidos sete fatores que explicaram 55,6% da variância total dos dados. Interpretamos os fatores que detinham as cargas mais altas e que representavam os aspectos que melhor representavam o conceito de geratividade da EDEP. A seguir os fatores que resultaram da análise fatorial serão definidos (ver Tabela 2):

Fator 1 – Auto-realização, crescimento pessoal e auto-aceitação: O indivíduo tende a descrever a proposta de vida de continuidade, integração e crescimento, que são novas experiências, realização das metas e a perseguição de meta de excelência. O centro de sentido desse fator é a realização da vida, que é uma meta que cada adulto maduro oferece ao mundo e à sociedade de modo geral, contribuindo para a realização da ação educativa (orientar). Não é a produção de bens materiais, mas de bens espirituais, mediante os quais as experiências culturais ficam garantidos, ao mesmo tempo que se sobrevive na memória do grupo. Os cuidados a indivíduos dependentes e a interdependência são ações e práticas que fazem parte da agenda evolutiva dos adultos. Eles esperam que se manifestem no planejamento da vida do adulto cuja personalidade é construída necessária na vida de outrem e tem como resultado a educação em seu sentido mais lato.

Tabela 2

Estrutura Fatorial da Escala de Desenvolvimento Pessoal nos Grupos de Meia-idade e de Idosos

Fatores	Cargas dos itens no fator	Itens
<i>Fator 1</i>		
Auto –Realização		
Crescimento Pessoal		
Ajustamento Psicológico		
		17 – Sou pessoa que caminha com confiança pela vida (Domínio)
		0,75 05 – Conforme tempo passa estou cada vez melhor como pessoa
		0,73 03 – Consigo enfrentar com vigor problemas do dia-a-dia (Propósito)
		0,71 12 – Tenho vários motivos para me sentir satisfeito com realização
		0,70 07 – Qdo. olho para trás e avalio vida, fico feliz que tudo deu certo
		0,63 18 – Acho que ainda tenho muitas coisas para fazer (Sentido de viver)
		0,58 04 – Acho importantes ter novas experiências, ajudam compreender
		0,56 09 – Decido por mim mesmo (Autonomia)
		0,53 02 – Sinto-me dono da minha vida (Domínio)
		0,50 10 – Consigo dar conta várias responsabilidades (Domínio)
		0,44 06 – Outros me descrevem como pessoa generosa, compartilhar... (Relacionamento)
		0,43 11 – Sinto minha vida contínuo processo mudança, ... (Cresc. Pessoal)
		0,40
<i>Fator 2</i>		
Produtividade		
		27 – Outros dizem que tenho contribuições criativas (Criar)
		0,76 0,73 26 – Muitos me procuram para orientação (Oferecer)
		0,62 29 – Após morrer gostaria ser lembrado ações/contribuições (Oferecer)
		0,61 19 – Outros dizem que sou pessoa produtiva (Criar)
<i>Fator 3</i>		
Cuidado		
		24 – Sou necessário na vida de vários (Manter)
		0,66 0,66 21 – Sinto tenho deixado minha marca nos outros (Oferecer)
		0,50 08 – Gosto de vários aspectos minha personalidade (Auto-Aceitação)
<i>Fator 4</i>		
Preocupação com as próximas gerações.		
		23 – Penso pessoas se preocupam espécies,... não têm nada mais importante
		0,80 0,75 25 – Qdo for velho, vou me recolher vida privada... (Oferecer)
		0,68 28 – Prefiro não me envolver novos projetos (Criar)
<i>Fator 5</i>		
Compromisso com o outro		
		22 – Sociedade é responsável destino pessoas carentes (Manter)
		0,77

questões existenciais; *Fator 4 – Preocupação com as próximas gerações*. Manifesta-se pelo desejo de legar algo de si para os contemporâneos e para as gerações vindouras, sendo-se produtivo e cuidadoso em relação a eles; *Fator 5 – Compromisso com o Outro*. Reflete-se em preocupações com a continuidade biológica e cultural de indivíduos particulares e da sociedade de um modo geral.

Na análise de variância comparando os grupos de idade e gênero quanto ao seu comportamento nesses fatores, o único que se diferenciou foi o Fator 5, em que o grupo de meia-idade apresentou pontuação mais alta, independentemente de gênero. Ou seja, o grupo de meia-idade relatou ter maior compromisso com o outro do que o grupo de idosos.

Obteve-se correlação significante entre o Fator 1 da EDEP e o escore total da MIE e também entre esse Fator 1 e o escore em automotivação da MIE. Portanto, ajustamento psicológico, indicado por crescimento pessoal e auto-realização estão relacionados com a inteligência emocional, principalmente com a dimensão automotivação. Estas correlações foram corroboradas pela análise fatorial em que foram tratadas ao mesmo tempo as duas escalas. Os fatores que emergiram dessa análise sugerem que elas não são independentes, como se pode observar na Tabela 3.

Discussão

A literatura psicológica sempre discriminou entre as capacidades intelectuais que têm base orgânica, tais como processamento básico da informação, memória, atenção, e as competências sociais e emocionais relacionadas ao manejo de experiências práticas e relacionais, derivadas do acúmulo de vivências cotidianas. Mais recentemente, desenvolveu-se uma nova perspectiva que tenta juntar as duas tradições. Segundo a nova tradição, a inteligência prática, social e emocional, e que deriva das vivências das pessoas, tem como base as capacidades mentais básicas, embora seja relativamente independente delas. Como elas, também permite a adaptação do indivíduo, mediante a seleção e a transformação de aspectos do ambiente. Entre as capacidades intelectuais práticas, sociais e emocionais podem ser citadas, por exemplo, a definição e a transferência para a formulação de estratégias, a monitoração da ação e da solução de problemas e a avaliação (Sternberg & Grigorenko, 2002). Incluem também as inteligências múltiplas de Gardner (1994)

Inteligência Emocional (MIE) foram os resultados que mostraram que os participantes se vêem como ajustados, com um nível elevado de desenvolvimento positivo, ou seja, com uma competência socio-emocional. Freire (1997) expõe, com base na literatura, que pessoas de meia-idade tendem a manter visões positivas de si mesmo, de forma eficaz, apesar das adversidades da vida, como o processo de envelhecimento. São capazes de estabelecer metas para se adequarem à realidade, e de integrar sua realidade interna. Tais ajustes são resultado de experiências anteriores de sucesso e de fracasso na vida. A utilização de recursos psicológicos para enfrentamento diante das dificuldades é fundamental para a reestruturação do bem-estar psicológico. A MIE tem a sua importância porque está associada ao bem-estar psicológico, que é fundamental para reconhecer os próprios sentimentos, administrar as próprias emoções e controlar as reações que se relaciona com a automotivação e a realização de metas encontradas no curso de vida.

Neste estudo não ocorreu correlação entre os construtos globais bem-estar psicológico e MIE, mas sim entre algumas de suas dimensões. As dimensões encontradas destacam-se as relativas ao bem-estar psicológico, que é a total de inteligência emocional e entre a inteligência emocional e a auto-aceitação, propósito na vida, criação de um ambiente saudável, lidar com as dificuldades da vida e ter um elevado senso de crescimento pessoal. A inteligência emocional é o controle sobre o ambiente, além de lidar com as dificuldades da vida. Isto indica que há sobreposição de construtos entre os dois diferentes construtos e, se assim for, a MIE contribui para a estruturação interna do indivíduo. Gardner (1994) definiu inteligência emocional como a capacidade de perceber distinções em estados de humor, especialmente as que concernem a intenções e temperamento. Essa função é a proposta de Goleman (1995) e Salovey e Mayer (1990, 1999), que acreditam que as dimensões da MIE

utilização desse conhecimento sobre si mesmo para o fortalecimento das estruturas internas do indivíduo.

Este estudo evidenciou que a automotivação é imprescindível ao equilíbrio das relações interpessoais e intrapessoais; ela é uma alavancas que impulsiona o indivíduo a elaborar planos para a própria vida, a buscar adaptações e recursos internos para lidar com as adversidades e a manter condições adequadas para a manutenção do bem-estar psicológico. Tais relações explicariam as correlações encontradas entre automotivação e crescimento pessoal, autoaceitação e propósito na vida. Ou seja, a automotivação é um importante preditor do bem-estar psicológico, é agente facilitador da elaboração e da concretização das metas futuras e é mantenedor do otimismo nas diversas fases da vida. Essas relações ficam ainda mais em evidência com a análise factorial conjunta da Escala de Desenvolvimento Pessoal (EDEP) e a Medida de Inteligência Emocional (MIE), da qual derivaram cinco fatores. O Fator 1 (auto-realização, crescimento pessoal, ajustamento psicológico) confirma a análise bivariada precedente, assim como o Fator 2 (compromisso com o outro e empatia), o Fator 5 (preocupação com as próximas gerações e autoconsciência) e o Fator 4 (produtividade e sociabilidade).

Comparando-se os grupos etários e de gênero quanto ao bem-estar psicológico e à inteligência emocional, foram encontradas algumas diferenças significativas. Em inteligência emocional, os homens são mais automotivados do que as mulheres e há uma leve tendência dos homens também serem mais autoconscientes, independentemente da idade. Na Escala de Desenvolvimento Pessoal (EDEP), os homens do grupo de meia-idade apresentaram uma tendência de serem mais cuidadosos do que as mulheres de meia-idade. Pouco se conhece sobre os efeitos do envelhecimento sobre a inteligência emocional (Phillips, Maclean & Allen, 2002). Em Bar-On (2002) é citado estudo de 1997 em que foi utilizado o *Emotional Quotient Inventory* (EQ-i), abrangendo as dimensões: aptidões intrapessoais (autoconsciência emocional, assertividade, auto-respeito, auto-realização e independência); aptidões interpessoais (relacionamentos interpessoais, responsabilidade social, empatia); adaptabilidade (resolução de problemas, teste de realidade, flexibilidade); administração do estresse (tolerância ao estresse, controle de impulsos) e, por último, humor geral (felicidade e otimismo). A amostra focalizada tinha 4000 participantes com 17 anos e mais,

na literatura que apontam que as pessoas que pontuações elevadas em escalas de auto-relato psicológico. Outro elemento que pode explicar na amostra é a sua escolaridade, de 11 anos, e literatura, quanto mais elevado o nível de escolaridade maior o senso de bem-estar psicológico. Cachón (2006) em um estudo com 102 professores de sete Universidades da Idade. Um de seus objetivos foi levantar a percepção do desenvolvimento pessoal dos participantes. A autora realizou a Escala de Desenvolvimento Pessoal (EDEP) e verificou que predominaram auto-relatos positivos sobre o seu desenvolvimento pessoal, principalmente entre os professores mais jovens. A autora concluiu que a prática da empatia proporcionava aos sujeitos trocas pessoais e coletivas, senso de integridade e de geratividade, e isso favorecia o bem-estar psicológico.

As médias elevadas dos dois grupos de idade, tanto quanto a ter relação com a experiência de vida acumulada, indicam uma experiência essa que pode estar contribuindo para a construção de estratégias de enfrentamento das condições de vida que pode ser adversa. O conhecimento de si mesmo é fundamental para o fortalecimento na construção de recursos que poderão promover o bem-estar na medida que a pessoa consegue administrar as suas condições de vida. Baltes e Mayer (1999) afirmam que o *self* é um sistema de estruturas de conhecimento de si mesmo que inclui funções cognitivas que integram ativamente essa estruturação ao longo do tempo. O *self* permite interpretar experiências, organizar e manejar e regular emoções. Tem estreita relação com o bem-estar psicológico e a qualidade de vida percebida, que favorecem o senso de continuidade. A avaliação do bem-estar psicológico na meia-idade e na velhice (assim como a idade) depende do *self*, que é mantido ao longo de todo o ciclo de vida, independente da presença de condições adversas.

Este foi um estudo preliminar, a despeito da realização de todos os procedimentos e de suas análises. Novos estudos devem ser realizados para explorar suas lacunas, por exemplo, investindo na validação da EDEP e, depois realizando pesquisas comparativas entre grupos maiores e casualizadas, envolvendo várias faixas etárias.

Referências

- Almeida, L., Roazzi, A. & Spinillo, A. (1989). O estudo da inteligência humana: Divergências, convergências e limitações dos modelos. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 5, 217-230.
- Baltes, P. B. & Mayer, K. U. (1999). *The Berlin aging study. Aging from 70 to 100*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Bar-On, R. (2002). Inteligência social e emocional: Visões do *emotional quotient inventory* (R. C. Costa, Trad.). Em R. Bar-On & J. D. A. Parker (Orgs.), *Manual de inteligência emocional: Teoria, desenvolvimento, avaliação e aplicação em casa, na escola e no local de trabalho* (pp. 266-283). Porto Alegre: Artmed. (Original publicado em 2000)
- Cachioni, M. (2003). Crenças sobre desenvolvimento pessoal. Em M. Cachioni (Org.), *Quem educa os idosos? Um estudo sobre professores de Universidades da Terceira Idade* (pp. 177-200). Campinas, SP: Átomo e Alínea.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-545.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. New York, NY: Norton.
- Erikson, E. H. (1986). *Vital involvement in old age*. New York, NY: Norton.
- Erikson, E. H. (1998). *O ciclo de vida completo* (M. A. V. Veronese, Trad.). Porto Alegre: ArtMed. (Original publicado em 1997)
- Freire, S. A. (2000). Envelhecimento bem-sucedido e bem-estar psicológico. Em A. L. Neri & S. A. Freire (Orgs.), *E por falar em boa velhice* (pp. 21-31). Campinas, SP: Papirus.
- Gardner, H. (1994). *Estruturas da mente: A teoria das inteligências múltiplas*. Porto Alegre: ArtMed.
- Goleman, D. (1995). *Inteligência emocional*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Goleman, D. (1999). *Trabalhando com inteligência emocional*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Hedlund, J. & Sternberg, R. J. (2002). Inteligências em excesso? Integrando as inteligências social, emocional e prática (R. C. Costa, Trad.). Em R. Bar-On & J. D. A. Parker (Orgs.), *Manual de inteligência emocional: Teoria, desenvolvimento, avaliação e aplicação em casa, na escola e no local de trabalho* (pp. 111-131). Porto Alegre: Artmed. (Original publicado em 2000)
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D. & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022.
- McAdams, D. P. & St. Aubin, E. de (1992). A theory of generativity and its assessment through self-report, behavioral acts, and narrative themes in autobiography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 1003-1015.
- McAdams, D. P., Hart, H. M. & Maruna, S. (1998). The anatomy of generativity. Em D. P. MacAdams, H. M. Hart & S. Maruna (Orgs.), *Generativity and adult development: How and why we care for the next generation* (pp. 7-43). Washington, DC: American Psychological Association.
- McCrae, R. R. (2002). A inteligência emocional segundo a perspectiva do modelo da personalidade dos cinco fatores (R. C. Costa, Trad.). Em R. Bar-On & J. D. A. Parker (Orgs.), *Manual de inteligência emocional: Teoria, desenvolvimento, avaliação e aplicação em casa, na escola e no local de trabalho* (pp. 198-206). Porto Alegre: Artmed. (Original publicado em 2000)
- Mayer, J. D., Caruso, D. R. & Salovey, P. (2002). Selecionando uma medida para inteligência emocional: Em defesa das escalas de aptidão (R. C. Costa, Trad.).
- desenvolvimento, avaliação e aplicação em casa, na escola e no local de trabalho (pp. 251). Porto Alegre: Artmed. (Original publicado em 2000)
- Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In D. J. Sluyter (Org.), *Emotional development and implications*. (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Neri, A. L. (1999). *Fundamentos para uma psicologia positiva*. São Paulo: UNICAMP/FAPESP. (Relatório de pesquisas)
- Neri, A. L. (2000). Qualidade de vida no adulto: evidências de pesquisas. Em A. L. Neri (Org.), *Qualidade de vida no adulto: evidências de pesquisas*. (pp. 9-55). Campinas, SP: Papirus.
- Neri, A. L. (2002). Bienestar subjetivo en la psicología positiva en la América latina. *Revista de Psicología*, 21, 55-74.
- Queroz, N. C. (2003). *Bem-estar psicológico e inteligência emocional entre homens e mulheres na meia-idade e velhice*. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo.
- Phillips, L. H., Maclean, D. J. & Allen, R. (1995). The assessment of well-being in old age: emotions: Neuropsychological and social gerontological perspectives. *Journal of Gerontology. Series B – Psychological Sciences and Social Gerontology*, 50B, 101-111.
- Ryff, C. D. (1989a). Beyond Ponce de Leon's quest of successful aging. *International Journal of Aging and Human Development*, 2, 11-25.
- Ryff, C. D. (1989b). Happiness is everything or nothing: The psychological well-being of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 1081.
- Ryff, C. D. & Essex, M. (1991). Psychological well-being: Descriptive markers and explanatory patterns. *Journal of Geriatrics*, 46, 144-171.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being: A theoretical perspective. *Psychological Science*, 4, 99-104.
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M. (1995). The well-being of well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 846-861.
- Salovey, P., Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence: A component of social intelligence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 513-526.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (1990). The search for an "intelligent life". *American Psychologist*, 45, 571-579.
- Siqueira, M. M. M., Barbosa, N. C. & Alves, M. (1999). A medida de inteligência emocional: fatorial de uma medida de inteligência emocional. *Revista Brasileira de Psicologia*, 15, 143-152.
- Sternberg, R. J. & Grigorenko, E. L. (2000). The concept of intelligence: A synthesis of the psychometric and cognitive approaches. In R. C. Costa, Trad. (Orgs.), *Manual de inteligência emocional: Teoria, desenvolvimento, avaliação e aplicação em casa, na escola e no local de trabalho* (pp. 1-24). Porto Alegre: Artmed. (Original publicado em 2000)