



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 Queros  
Anita Liberalesso Neri <sup>1 2</sup>  
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 Inteligência Emocional. 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 pessoal e geratividade - manter e oferecer (EDEP). Análise fatorial da EDEP resultou em 5 fatores que separaram as competências de desenvolvimento pessoal e às relações interpessoais. Bem-estar psicológico e inteligência emocional não se comportaram como construtos independentes 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 Emotional Intelligence Scale. Results: Male subjects scored higher than female on self motivation and self conscientiousness (MIE), and significant relations 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. Psychological well-being and emotional intelligence were not 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 & Csikszentmihalyi, 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: *auto-determinação* (ser capaz de realizar a vida com base em critérios pessoais e capaz de seguir a própria *propósito de vida* (ter objetivos na vida e senso de direção para o passado e o presente, com metas significativas); *competência* (ser capaz de administrar atividades com sucesso nos âmbitos profissional, familiar e pessoal); *crescimento pessoal* (de manter continuamente o próprio processo de desenvolvimento pessoal aberto às novas experiências, tendência a buscar o aperfeiçoamento e à realização das próprias potencialidades); *aceitação* (ser capaz de aceitação de si e dos outros); *relações positivas com outros* (manter relações de satisfação com os outros); *afetividade* (de afetividade com outras pessoas). O senso de bem-

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, com o objetivo de perpetuar a espécie humana, no âmbito da *manutenção*, que se reflete em cuidar, preservar, proteger, apoiar, ajudar, e assim por diante. A geratividade se aplica a indivíduos, grupos, instituições e sociedades, e se expressa na natureza e *oferta*, que se expressa no meio do ensino, do aconselhamento, no deixar um legado pessoal, permitindo que outros possam desfrutar segundo seus próprios desejos.

Ao longo dos últimos 100 anos, os seres humanos têm estado construindo caminhos para melhorar a qualidade de vida, estabelecendo a natureza de suas interações sociais, educacionais, psicológicas e culturais. A geratividade se manifesta em três grandes tendências, a psicogeratista, a psicogeratista e a cognitivista. A primeira prioriza a capacidade de o indivíduo chegar a soluções para problemas em situações de solução de problemas, como os processos cognitivos se organizam durante o desenvolvimento do ser humano, o processamento da informação, a tomada de decisão humana em termos de processos cognitivos, o desempenho de tarefas cognitivas, a codificação, o armazenamento e a evocação da informação (Roazzi & Spinillo, 1989).

Vários autores argumentam que a geratividade não se trata de uma conta da complexidade do funcionamento humano, expressaria apenas na solução de problemas no trabalho, mas também nos aspectos de autoconhecimento. Entre eles citam-se Roazzi (1995), Bar-On (1997, citado em Bar-On & Mayer (2002). Gardner definiu a inteligência como um conjunto de habilidades que permitem resolver problemas ou dificuldades, a criação de novos problemas. Segundo o autor, a inteligência é uma competência simples, mas complexa, que pode ser descrita em termos de processos cognitivos. Ele denomina de inteligências múltiplas a inteligência matemática, espacial, musical, corporal, emocional, a inteligência pessoal divide-se em dois tipos: intrapessoal. A primeira baseia-se em distinções nos outros, particularmente em

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 psicológico quanto no âmbito sociocultural.

### Objetivos

Este estudo foi planejado para: a) identificar as diferenças entre os construtos de inteligência emocional e inteligência psicológica em pessoas que se encontram na meia-idade e idosos; b) verificar as semelhanças e as diferenças entre os grupos de meia-idade e idosos 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 100 participantes que apresentavam estilo de vida ativo e independente, morando na comunidade. Metade dos participantes tinham entre 40 e 59 anos (meia-idade) e a outra metade, de 60 anos ou mais (idosos). No grupo de idosos, a média de idade era de 70,5 anos ( $dp=3$  anos) e no grupo de meia-idade era de 50,5 anos ( $dp=2$  anos e 9 meses). Em cada grupo de participantes havia 50 homens e 50 mulheres. No grupo de meia-idade, 46,6% do grupo de meia-idade e 51,6% do grupo de idosos possuíam de 9 a 14 anos de escolaridade; eram casados 46,6% do grupo de meia-idade e 41,5% do sexo feminino; dentre os casados, 46,6% eram separados e divorciados, 88% dos homens e 53% das mulheres com um companheiro(a). Vinte e um por cento dos participantes eram aposentados, mais especificamente 58% do grupo de meia-idade e 48% do grupo de idosos (entre os não aposentados, 83% pertenciam ao grupo de meia-idade e 33% são idosos). Entre os participantes que não eram aposentados, 83% pertenciam ao grupo de meia-idade e 33% são idosos. Os participantes foram convidados a participar em seus locais de trabalho, em centros de convivência, em residências. Foram informados sobre a confidencialidade dos dados individuais e assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido. Todos 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 significativa ( $p=0,06$ ).

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. Houve também relações estatisticamente significantes entre o escore total na MIE e o propósito na vida, crescimento pessoal e auto-aceitação, sobre o ambiente, que pertence ao domínio do bem-estar psicológico, e entre automotivação e propósito na vida, do construto geratividade (EDEP).

Com o objetivo de estudar as características dos desempenhos dos grupos de idade e gênero, uma análise fatorial, com rotações Varimax, foi realizada. O Coeficiente KMO foi 0,89, o que indica que têm consistência suficiente para submeter a análise. Como critério de seleção de fatores com base no método de Kaiser-Meyer-Olkin foram obtidos sete fatores que explicam 75,1% da variância total dos dados. Interpretamos os resultados e concluímos que detinham as cargas mais altas e melhores porque melhor representavam o construto. Assim, a criação da EDEP. A seguir os fatores serão definidos (ver Tabela 2):

#### *Fator 1 – Auto-realização, crescimento*

O indivíduo tende a descrever a própria vida em termos de continuidade, integração e crescimento. Ele busca novas experiências, realização da vida, busca por uma perfeição, perseguição de meta de excelência. O centro de sentido desse fator é a busca por uma vida de cada adulto maduro oferece ao mundo. Ele vive na sociedade de modo geral, contribuindo para o bem da sociedade de ação educativa (orientar). Não se trata de produção de bens materiais, mas de bens espirituais, mediante os quais a vida é enriquecida. As culturas ficam garantidas, ao mesmo tempo, sobrevive na memória do grupo. Os cuidados a indivíduos dependentes e a interdependência são ações e projetos que fazem parte da agenda evolutiva dos adultos. Os adultos esperam que se manifestem no plano da vida. O adulto cuja personalidade é construída para ser necessário na vida de outrem e ter uma vida de 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		
	0,75	17 – Sou pessoa que caminha com confiança pela vida (Domínio)
	0,73	05 – Conforme tempo passa estou cada vez melhor como pessoa
	0,71	03 – Consigo enfrentar com vigor problemas do dia-a-dia (Proprio)
	0,70	12 – Tenho vários motivos para me sentir satisfeito com realizações
	0,63	07 – Qdo. olho para trás e avalio vida, fico feliz que tudo deu certo
	0,58	18 – Acho que ainda tenho muitas coisas para fazer (Sentido de vida)
	0,56	04 – Acho importantes ter novas experiências, ajudam compreender
	0,53	09 – Decido por mim mesmo (Autonomia)
	0,50	02 – Sinto-me dono da minha vida (Domínio)
	0,44	10 – Consigo dar conta várias responsabilidades (Domínio)
	0,43	06 – Outros me descrevem como pessoa generosa, compartilhar... (Rela)
	0,40	11 – Sinto minha vida contínuo processo mudança, ... (Cresc. Pes)
<i>Fator 2</i>		
Produtividade		
	0,76	27 – Outros dizem que tenho contribuições criativas (Criar)
	0,73	26 – Muitos me procuram para orientação (Oferecer)
	0,62	29 – Após morrer gostaria ser lembrado ações/contribuições (C)
	0,61	19 – Outros dizem que sou pessoa produtiva (Criar)
<i>Fator 3</i>		
Cuidado		
	0,66	24 – Sou necessário na vida de vários (Manter)
	0,66	21 – Sinto tenho deixado minha marca nos outros (Oferecer)
	0,50	08 – Gosto de vários aspectos minha personalidade (Auto-Aceita)
<i>Fator 4</i>		
Preocupação com as próximas gerações.		
	0,80	23 – Penso pessoas se preocupam espécies,... não têm nada mais in
	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		
	0,77	22 – Sociedade é responsável destino pessoas carentes (Manter)

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 relatadas pelos participantes se vêem como ajustados, com bom desenvolvimento positivo, ou com boa competência socio-emocional. Freire (2006) discute, com base na literatura, que pessoas de meia-idade de manter visões positivas de si mesmas e de forma eficaz, apesar das adversidades do processo de envelhecimento. São capazes de estabelecer metas para se adequarem à realidade e lidar com sua realidade interna. Tais ajustes são influenciados por experiências anteriores de sucesso e fracasso na vida. A utilização de recursos pessoais para o enfrentamento diante das dificuldades da reestruturação do bem-estar psicológico é considerada tem a sua importância porque está relacionada com a para reconhecer os próprios sentimentos e administrar as próprias emoções e o relacionamento com a automotivação pessoal encontradas no curso de vida.

Neste estudo não ocorreu correlação entre os construtos globais bem-estar psicológico e inteligência emocional, mas sim entre algumas de suas dimensões. As dimensões encontradas destacam-se as relativas à auto-aceitação, propósito na vida, controle sobre o ambiente, criar e oferecer, e Desenvolvimento Pessoal. Ou seja, a capacidade de lidar com as dificuldades da vida real, o elevado senso de crescimento pessoal, o controle sobre o ambiente, além de auto-aceitação. Isto indica que há sobreposição dos dois diferentes construtos e, se assim for, a estruturação interna do indivíduo. Gardner (1994) definiu inteligência emocional como a capacidade de perceber distinções em estados emocionais, especialmente as que concernem a si mesmo, intenções e temperamento. Essa foi a primeira proposição de Goleman (1995) e posteriormente (1999), que acreditam que as dimensões da inteligência emocional são

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 alavanca 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, auto-aceitação 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 fatorial 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 obtêm pontuações elevadas em escalas de auto-relato q 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. Cacho et al. (2006) em um estudo com 102 professores de sete Universidades Idade. Um de seus objetivos foi levantar a influência do desenvolvimento pessoal dos participantes. A avaliação de Desenvolvimento Pessoal (EDEP) e verificou que predominaram auto-relatos positivos sobre o desenvolvimento pessoal, principalmente entre os professores mais jovens. A autora concluiu que a prática da educação proporcionava aos sujeitos trocas pessoais e contribuía para o senso de integridade e de geratividade, e isso favorecia o bem-estar psicológico.

As médias elevadas dos dois grupos de idade sugerem ter relação com a experiência de vida acumulada. Quanto à experiência essa que pode estar contribuindo para a adoção de estratégias de enfrentamento das condições de vida pode ser adversa. O conhecimento de si mesmo é fundamental para o fortalecimento na construção de recursos pessoais que poderão promover o bem-estar na medida que as condições de administrar os próprios sentimentos são melhores. Baltes e Mayer (1999) afirmam que o *self* é um recurso por estruturas de conhecimento de si mesmo que integram funções cognitivas que integram ativamente essas estruturas ao tempo. O *self* permite interpretar experiências e manejar e regular emoções. Tem estreita relação com o bem-estar psicológico e a qualidade de vida percebida. Os recursos favorecem o senso de continuidade. A avaliação do bem-estar psicológico na meia-idade e na velhice (assim como o *self*) depende do *self*, que é mantido ao longo de toda a vida na presença de condições adversas.

Este foi um estudo preliminar, a despeito da importância dos seus objetivos e de suas análises. Novos estudos devem considerar suas lacunas, por exemplo, investindo na validação da EDEP e, depois realizando pesquisas comparativas maiores e casualizadas, envolvendo várias faixas



## 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. 251-251). 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 its implications*. (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Neri, A. L. (1999). *Fundamentos para uma psicologia da terceira idade*. UNICAMP/FAPESP. (Relatório de pesquisa)
- Neri, A. L. (2000). Qualidade de vida no envelhecimento: Evidências de pesquisa. Em A. L. Neri (Org.), *Qualidade de vida no envelhecimento* (pp. 9-55). Campinas, SP: Papirus.
- Neri, A. L. (2002). Bienestar subjetivo e qualidade de vida: A psicologia positiva em la América latina. *Revista de Psicologia*, 55, 55-74.
- Queroz, N. C. (2003). *Bem-estar psicológico e qualidade de vida na meia-idade e velhice*. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Educação, Universidade Federal de Pernambuco.
- Phillips, L. H., Maclean, D. J. & Allen, R. (1995). Emotions: Neuropsychological and clinical implications. *Gerontology. Series B – Psychological Science*, 31, 1-10.
- Ryff, C. D. (1989a). Beyond Ponce de Leon's quest of successful aging. *International Journal of Psychology*, 24, 55-65.
- Ryff, C. D. (1989b). Happiness is everything and its attainment is the goal of psychology of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1081-1088.
- Ryff, C. D. & Essex, M. (1991). Psychological well-being: Descriptive markers and explanatory processes. *Psychiatry*, 54, 144-171.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being: A new perspective. *Psychological Science*, 6, 99-104.
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M. (1995). The role of purpose in life and positive human health: A re-evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 1076-1089.
- Salovey, P., Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Personality*, 9, 185-211.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (1989). Introduction. *American psychology*, 44, 5-14.
- Siqueira, M. M. M., Barbosa, N. C. & Alves, J. (2003). A validade fatorial de uma medida de inteligência emocional. *Psicologia*, 15, 143-152.
- Sternberg, R. J. & Grigorenko, E. L. (2002). A inteligência emocional: Teoria, desenvolvimento (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)