

Proposta de Mesa Redonda

1) Título da mesa: Esperança e Otimismo: Interface entre construtos da Psicologia Positiva

2) Coordenador: Juliana Cerentini Pacico (UFRGS) : jucerentini@hotmail.com
(51)3308-5246

3) PSICOLOGIA POSITIVA: OBJETIVOS, PESQUISA E APLICAÇÃO Livia Lopes Lucas

ESPERANÇA: CLASSIFICAÇÃO E INSTRUMENTOS DE MEDIDA. Juliana Cerentini Pacico, Claudio Simon Hutz

O CONCEITO DE OTIMISMO: UMA REVISÃO TEÓRICA. Micheline Roat Bastianello, Claudio Simom Hutz

4) Resumo sobre a mesa: Será feita uma apresentação sobre o contexto em que surgiu Psicologia Positiva e principais pesquisas na área. O segundo apresentador discutirá o conceito de otimismo e trará reflexões sobre as repercussões do otimismo na saúde humana. Por fim, o terceiro apresentador abordará esperança sob a ótica de dois principais autores. Os instrumentos desenvolvidos para avaliação de esperança serão apresentados a fim de que se faça uma análise sobre suas dimensões.

5) Resumo dos trabalhos

Apresentador 1- Livia Lucas

PSICOLOGIA POSITIVA: OBJETIVOS, PESQUISA E APLICAÇÃO. Livia Lopes Lucas (Universidade Federal do Rio Grande do Sul).

Contato: livialucas@yahoo.com.br Fone: (51)81151704.

A psicologia positiva é um movimento idealizado a partir da necessidade de se estudar e trabalhar com a prevenção. Durante um longo período de tempo, a psicologia ocupou-se predominantemente de como tratar transtornos psicológicos, devido à uma grande necessidade deste conhecimento. No entanto, criou-se uma lacuna no estudo das potencialidades do ser humano, não só para se reabilitar desses transtornos, mas para preveni-los, para prosperar e para se desenvolver em todas as suas potencialidades. Neste sentido, a psicologia positiva surgiu como uma resposta à essa necessidade, enfocando o estudo científico e aplicado das qualidades humanas e do seu funcionamento positivo. Este trabalho tem como objetivo introduzir o campo da psicologia positiva e apresentar um panorama das suas aplicações. Segundo Martin Seligman, a psicologia positiva é a ciência da experiência subjetiva positiva, dos traços positivos e das instituições positivas. Esta abordagem promete melhorar a qualidade de vida e prevenir as patologias que surgem quando a vida é estéril e sem sentido.

Pesquisas em prevenção mostram que existem forças humanas que atuam como um amortecedor contra a doença mental: esperança, otimismo, habilidades interpessoais, ética no trabalho, coragem, honestidade, perseverança, para citar alguns. O trabalho exclusivo com as fraquezas pessoais e os transtornos psicológicos tornou a ciência mal equipada para prevenir eficazmente as doenças. A psicologia positiva reconhece que muito do melhor trabalho que já se fez foi ampliar os pontos fortes em vez de reparar as deficiências das pessoas. Por isso, psicólogos que trabalham com famílias, escolas, comunidades religiosas e organizações, podem focar em desenvolver climas que favoreçam os pontos fortes. Além disso, pesquisas em psicologia positiva buscam entender questões como o que permite a felicidade e o bem estar, como o otimismo e a esperança afetam a saúde, o desempenho profissional, os relacionamentos interpessoais e o desenvolvimento humano. As principais aplicações práticas da psicologia positiva dizem respeito a construção de instrumentos de avaliação, modelos de intervenção clínica, organizacional e comunitária, assim como, aplicações no curso do desenvolvimento humano.

Apresentador 2

O CONCEITO DE OTIMISMO: UMA REVISÃO TEÓRICA. Micheline Roat Bastianello, Cláudio Simon Hutz (Universidade Federal do Rio Grande do Sul)

Contato: mbastianello@hotmail.com Fone: (51)82129001

A partir das ideias de filósofos como Spinoza e Leibniz, o otimismo foi entendido como a percepção segundo a qual a realidade é boa por sua própria natureza, conseqüentemente, o “Bem” sempre vence o “Mal”. Considerado o principal adepto dessa tendência, Leibniz afirmava que “este Mundo é o melhor dos Mundos possíveis”, ou seja entre uma infinidade de Mundos possíveis, há o melhor de todos, caso contrário Deus não teria chegado a criá-lo. O otimismo irracional do filósofo alemão recebeu forte crítica de Voltaire em seu livro “Cândido, ou o Otimismo”, no qual ironizou as idéias de Leibniz chegando a rotulá-lo de ingênuo. Nas últimas décadas do século XX, com o advento dos estudos em Psicologia Positiva, o conceito de otimismo novamente suscita interesse e investigações. Neste contexto, o otimismo passa a ser entendido como uma estratégia comportamental que permite às pessoas serem mais felizes e, até mesmo, terem mais sucesso e saúde em suas vidas (Shane & Snyder, 2003). Muitos estudos vêm demonstrando que indivíduos otimistas apresentam níveis melhores de desempenho acadêmico (Aspinwall & Taylor, 1992), e profissional (Long, 1993), melhor recuperação de cirurgias coronarianas (Fitzgerald, Tennen, Affleck & Pransky, 1993) e transplantes de medula óssea (Curbow, Somerfield, Baker, Wingard & Legro, 1993), bem como lidam melhor com doenças crônicas, tipo câncer (Carver, Pozo, Harris, Noriega, Scheier & Robinson, 1993) e AIDS (Taylor, Kemeny, Aspinwall, Schneider, Rodriguez & Herbert, 1992). O presente trabalho visa apresentar duas abordagens teóricas e de investigação empírica sobre o otimismo. A perspectiva de Martin Seligman define o otimismo como aprendido, enquanto Michael Scheier e Charles Carver compreendem o otimismo a partir de uma dimensão disposicional e de personalidade. Salientam-se as diferentes posições teóricas e metodológicas dessas teorias e os estudos que advêm de ambas em diferentes culturas. Também serão

apresentados estudos realizados no Brasil que correlacionam otimismo com esperança, autoestima e personalidade.

Apresentador 3

ESPERANÇA: CLASSIFICAÇÃO E INSTRUMENTOS DE MEDIDA. Juliana Cerentini Pacico, Claudio Simon Hutz (Universidade Federal do Rio Grande do Sul)

Contato: jucerentini@hotmail.com Fone: (51)3308-5246

O construto da Esperança recebe diferentes definições de acordo com o pesquisador o estuda. Existem dois autores, Snyder e Staats, estudam esperança e desenvolveram instrumentos para sua avaliação. O objetivo deste trabalho é apresentar o construto sob a ótica de cada autor e os principais instrumentos de medida construídos por eles. Isso possibilitará analisar se existe sobreposição dos diferentes tipos de esperança descritos através do exame dos instrumentos. Snyder afirma que Esperança é um construto que tem como base avaliações realísticas acerca dos desejos e meios para realizá-los. Ela se fundamenta em três componentes: objetivo, rotas e agenciamento. O objetivo diz respeito à meta a ser alcançada e deve ser suficientemente importante para o indivíduo a fim de que os dois outros componentes possam ser formulados. As rotas referem-se à capacidade de gerar caminhos adequados para obtenção do objetivo desejado. Também podem ser entendidas como os caminhos percebidos para que o objetivo possa ser atingido. A produção de várias rotas é particularmente importante quando barreiras se interpõem entre o sujeito e o objetivo. O agenciamento é o componente motivacional que impulsiona a busca do objetivo, utilizando as rotas. Deve estar presente ao longo de todo o processo para que o sujeito sinta-se constantemente motivado a utilizar as rotas por ele mesmo traçadas. Pessoas altas em agenciamento são caracterizadas por determinação, motivação e energia dirigida à obtenção de resultados. Snyder desenvolveu instrumentos para avaliação de esperança em adultos e crianças. A *Adult Dispositional Hope Scale* é uma escala adequada para sujeitos com 15 anos de idade ou mais e afere esperança disposicional. É composta por quatro itens que mensuram rotas, quatro que medem agenciamento e quatro itens filtro. Uma escala likert de cinco pontos é utilizada para responder aos itens. O resultado final é obtido pela soma dos escores obtidos nos itens, retirados os filtros. Sara Staats definiu esperança como um evento futuro desejado, acompanhado de um afeto positivo e percepção cognitiva da probabilidade de sua ocorrência. Assim, para Staats, esperança tem um componente cognitivo e outro afetivo. O foco desse trabalho está sobre a *The Hope Index*. Este instrumento foi baseado na teoria da depressão de Beck e, embora tenha um componente afetivo associado, seu foco é na dimensão cognitiva da esperança. Esta escala é composta por 16 itens distribuídos em duas subescalas: esperança autocentrada e esperança altruísta. A primeira contém itens autorreferentes e as respostas expressam desejos e expectativas do sujeito com relação a si mesmo. A segunda possui itens que expressam desejos e expectativas relacionados a outros e a circunstâncias globais. Podem ser obtidos escores totais ou referentes a desejos e expectativas separadamente. É importante examinar se existe sobreposição entre os componentes de cada tipo de esperança. Isso pode ser obtido através da análise dos instrumentos, que trazem em suas subescalas a representação das dimensões apresentadas na teoria. Métodos estatísticos podem ser empregados a fim de dirimir essa dúvida.