

Psicologia

Gestaltismo

O **gestaltismo** é uma corrente que teve um importante contributo para a construção da Psicologia como ciência.

Apesar de também estudar experiências conscientes, opõem-se à ideia associacionista de Wundt, que defendia que a consciência era constituída por elementos simples que se associavam.

Deste modo, o gestaltismo postula que qualquer fenómeno psicológico é uma totalidade organizada, não redutível à soma dos elementos que a compõem, ou seja, a percepção dos objetos é diferente da percepção do somatório dos elementos que o constituem.

A percepção

A **percepção** é um processo cognitivo, que consiste na organização e interpretação da informação sensorial, permitindo-nos identificar objetos e acontecimentos.

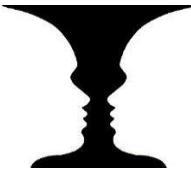

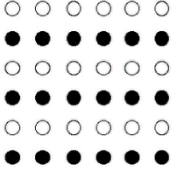

A percepção não é uma cópia da realidade, mas sim a sua construção na nossa mente, ou seja, o cérebro constrói uma representação mental de forma rápida.

Princípios da organização perceptiva de Wertheimer

- ❖ “Percebemos os objetos da mesma maneira como percebemos o movimento aparente, isto é, como **totalidades unificadas e não como aglomerados de percepções individuais**”;
- ❖ “Na percepção, a organização ocorre instantaneamente sempre que vemos ou ouvimos diferentes formas e padrões. **Partes do campo perceptivo combinam-se, unindo-se para formar estruturas que são distintas do fundo**”.

Resumidamente, a forma como percebemos e organizamos a realidade envolve um conjunto de aspetos importantes, como:

- ❖ A distinção entre figura-fundo;
- ❖ Os princípios de agrupamento das unidades perceptivas;
- ❖ A percepção de profundidade;
- ❖ A constância perceptiva.

Leis da percepção	
<p>Figura-fundo</p> <p>Princípio fundamental da percepção dos objetos, segundo o qual não os podemos perceber se não os separarmos do fundo em que se inserem. A percepção capta a figura que sobressai num fundo indistinto.</p> 	<p>Proximidade</p> <p>Tendemos a agrupar elementos, espacial ou temporalmente, próximos da mesma configuração.</p> 
<p>Semelhança</p> <p>Tendemos a agrupar objetos semelhantes na mesma configuração.</p> 	<p>Continuidade</p> <p>Tendemos a perceber formas harmoniosas ou contínuas, em vez de formas descontínuas ou desarticuladas.</p> 

Fechamento

Tendemos a completar perceptivamente os objetos que não estão, de facto, completos, isto é, que apresentam lacunas.



Pregnância

Esta lei defende a observação mais simples possível dos objetos.



Aplicação do gestaltismo na aprendizagem

A **aprendizagem** não foi o foco dos psicólogos da Gestalt, tal como a percepção, à qual se dedicavam intensivamente. No entanto, os princípios da percepção contribuíram para a compreensão da aprendizagem.

Segundo o gestaltismo, especialmente, segundo **Kohler**, a aprendizagem está relacionada com a **resolução de problemas**, que passa pela reestruturação do campo perceptual.

Kohler fez experiências com chimpanzés, dos quais um deles estava com fome, só que não conseguia chegar ao cabo das bananas. Até que, solucionou o seu problema, subindo a uma árvore e alcançando as bananas.

Neste sentido, evidencia-se o conceito de **aprendizagem por insight**, isto é, por intuição, que representa a percepção de relações que levam à solução de um determinado problema de forma súbita e repentina.

Perante isto, Thorndike tornara-se o alvo favorito dos gestaltistas, uma vez que defendia que a aprendizagem era um processo regido pela eliminação de erros, de modo a alcançar a resposta correta.

Criticas à Gestalt

- ❖ Tentaram resolver problemas, transformando-os em postulados;
- ❖ Nunca explicaram devidamente as leis do seu sistema;
- ❖ Os princípios gestaltistas eram vagos e os seus conceitos e termos básicos tinham pouco rigor científico;
- ❖ Demasiado focada na teoria em detrimento da pesquisa experimental;
- ❖ Falta de controlo experimental e dados não quantificáveis.

Humanismo, de Maslow e de Carl Rogers

A **Psicologia Humanista** surgiu no início da década de 60, como uma reação às ideias defendidas pelo behaviorismo e pela psicanálise.

A grande divergência com o comportamentalismo passa pelo facto do humanismo não aceitar a redução do ser humano a uma máquina ou a um animal, estando sujeito a processos de condicionamento. Relativamente à psicanálise, a oposição deve-se, sobretudo, ao ênfase dado ao inconsciente.

Contrariando a visão do homem condicionado pelo meio externo, a psicologia humanista procura conhecer o ser humano, tentando humanizar seu aparelho psíquico.

A teoria humanista de Maslow

Um dos principais teóricos da Psicologia Humanista foi **Abraham Maslow**, pai do movimento humanista, que acreditava na tendência individual da pessoa para se tornar autorealizadora, sendo este o nível mais alto da existência humana.

Deste modo, Maslow criou uma hierarquia de necessidades, demonstrando que nem todas têm a mesma importância. Contudo, a cada conquista, apresenta-se uma nova necessidade, que deve, por sua vez, ser satisfeita, até atingir a sua autorrealização.



Esta teoria contribuiu, ainda, para o estudo do papel ativo dos seres humanos nos processos motivacionais, uma vez que a teoria da motivação está intimamente relacionada com a hierarquia das necessidades.

Críticas a Maslow

- ❖ Limitado apoio empírico;
- ❖ Estudo realizado numa amostra de cerca de 20 pessoas, sendo uma quantidade pequena para permitir generalizações.

A teoria humanista de Carl Rogers

Outro grande teórico da Psicologia Humanista foi **Carl Rogers**, que baseou o seu trabalho no indivíduo, sobretudo, aqueles emocionalmente perturbados, ficando a sua abordagem denominada "**Terapia Centrada na Pessoa**" ou "**Terapia Centrada no Cliente**".

Esta conceção confrontou, também, o tratamento terapêutico tradicional, dado que, na sua perspetiva, o profissional deve estimular o indivíduo a resolver os seus próprios problemas.

O processo psicoterapêutico é um trabalho de cooperação entre psicólogo e cliente, cujo objetivo é a libertação desse potencial de crescimento, do qual resultará uma pessoa aberta à experiência.

Há três condições básicas e simultâneas defendidas por Rogers para facilitar o relacionamento entre terapeuta e cliente, de modo, a que este atinja a autorrealização:

- ❖ **Autenticidade e congruência** – partilha de reações autênticas com o paciente;
- ❖ **Consideração positiva incondicional** – postura imparcial e de aceitação;
- ❖ **Empatia** – colocar-se no lugar do outro, sendo sensível ao significado das suas vivências.

Rogers defendeu a ideia de **autoconceito**, sendo um padrão organizado e consciente das características de cada pessoa. Assim sendo, à medida que novas experiências surgem, esses conceitos podem ser substituídos ou reforçados.

Posto isto, existe, no ser humano, uma “**tendência atualizante**”, ou seja, um modo de atualização das suas potencialidades, de fazer, de sentir e de agir, que são regidas pelo facto do ser humano possuir aptidões naturais para aprender.

Neste sentido, a capacidade, consciente e racional, de um indivíduo modifica os seus pensamentos e comportamentos, fornece-lhe a base para a formação de sua personalidade, valorizando-se o desenvolvimento da **autonomia** da pessoa.

Criticas a Rogers

- ❖ Visão de carácter benévolo e inadequado da pessoa, numa realidade tão competitiva, economicista e pouco humanizada;
- ❖ É considerada pelos críticos, uma teoria idealista e conducente à utopia, romântica e irrealizável.

Os sistémicos

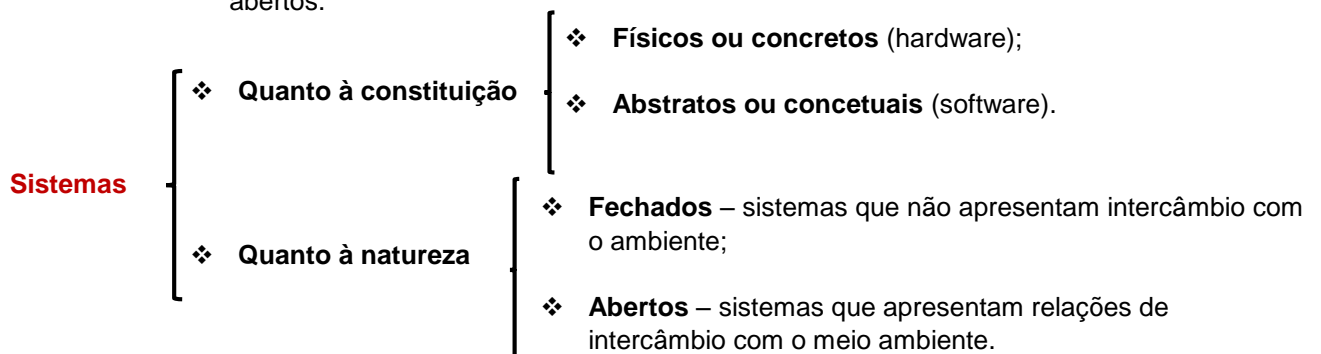
A **teoria geral dos sistemas** teve o seu maior ênfase nos anos 50, dedicando-se à análise da natureza dos sistemas e da inter-relação entre eles e o ambiente, assim com a inter-relação entre eles e os seus subsistemas.

Um sistema é visto como uma totalidade integrada, sendo impossível estudar os seus elementos isoladamente.

Esta teoria surgiu com os trabalhos de **Ludwig Bertalanffy**, que, concomitantemente, possibilitou a operacionalização e a aplicação dos seus conceitos à administração.

Segundo Bertalanffy, um **sistema** é um conjunto de unidades reciprocamente relacionadas, que se rege pela:

- ❖ **Globalidade** – um sistema funciona como um todo, não sendo resultado dos seus elementos constitutivos;
- ❖ **Organização** – é o arranjo das relações entre os componentes do sistema numa unidade;
- ❖ **Abertura** – existe um intercâmbio ou interação com o meio, nos sistemas abertos.



O cognitivismo de Piaget

Piaget centrou a sua investigação nos processos cognitivos, em particular os relativos à inteligência.

Para o psicólogo, o nosso desenvolvimento intelectual não depende exclusivamente do meio, negando, assim, a conceção behaviorista e contrapondo-se, também, à conceção inativista, que defende que a nossa relação com o meio é determinada por estruturas inatas, ou seja, já nasce connosco.

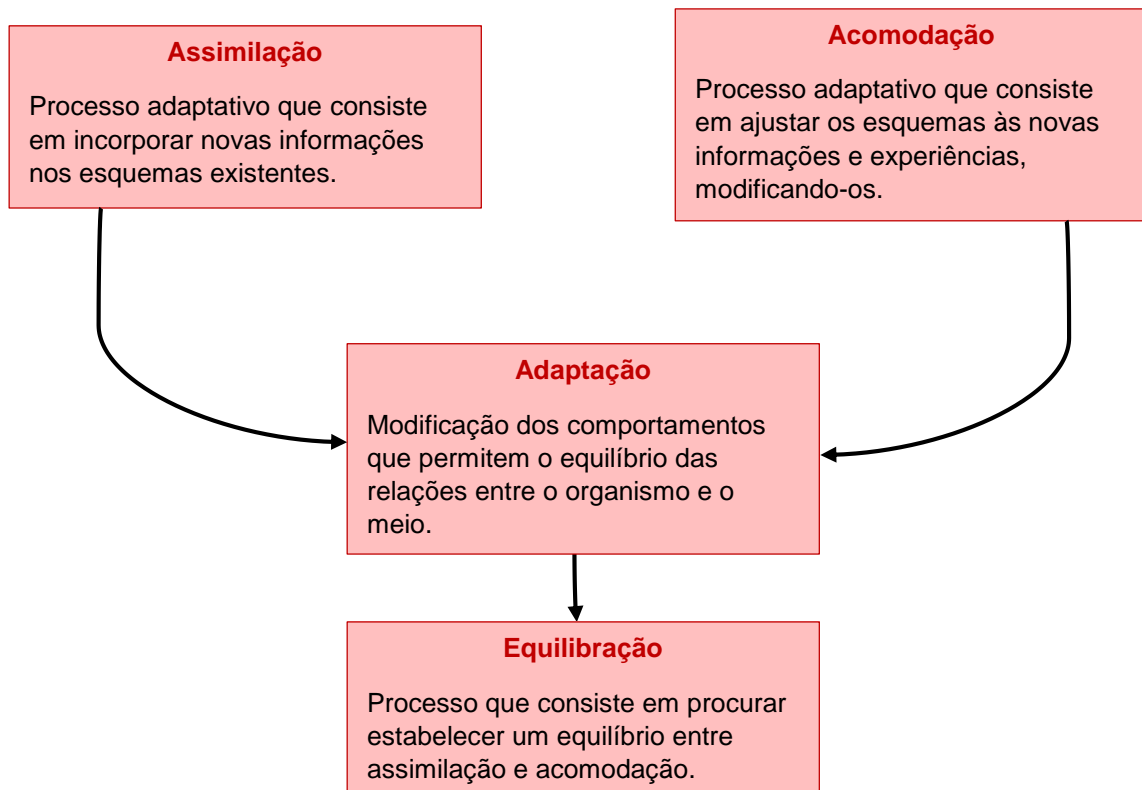
Deste modo, Piaget chegou à conclusão que o conhecimento depende da interação entre estruturas inatas do sujeito e os dados provenientes do meio – **posição interacionista**.

$$R = f (s \leftrightarrow p)$$

(R) é uma resposta que varia em função da interação entre a personalidade do sujeito (P) e a situação (S).

Assim sendo, a construção do conhecimento resulta da adaptação aos desafios do meio e implica três processos: assimilação, acomodação e equilíbrio.

Quando nos confrontamos com uma realidade desconhecida, entramos em desequilíbrio e, por isso, começamos a procurar integrar os estímulos do meio nas estruturas mentais existentes – **assimilação**. Caso não seja possível, ajustamos as estruturas à nova realidade – **acomodação** –, o que permite que nos adaptemos à nova realidade – adaptação. Nesta fase, restabelecemos o equilíbrio – **equilíbrio**.



A abordagem de Piaget é, também, **construtivista**, na medida em que mostra como as estruturas, que nos permitem conhecer e agir sobre a realidade, se formam e desenvolvem na interação com o meio, ou seja, o bebé, a criança ou o adolescente, ao longo do seu desenvolvimento, vai construindo esquemas cognitivos cada vez mais complexos.

A partir da observação naturalista, Piaget dividiu o desenvolvimento cognitivo em quatro grandes estádios:

❖ **Estádio sensório-motor** (do nascimento até aos 2 anos)

Neste estádio, a criança apresenta uma inteligência prática, baseada nas consequências das suas ações, dado que não tem capacidade para se expressar verbalmente, nem de representar mentalmente os objetos. Deste modo, a sua inteligência adapta-se ao meio através de experiências sensoriais e ações físicas.

Nesta fase, aparece, ainda, o conceito de **permanência do objeto**, isto é, o bebé procura um objeto escondido, uma vez que tem a noção de que aquele continua a existir mesmo que não o veja.

Com esta aquisição, termina o estádio sensório-motor, a inteligência prática dá lugar à inteligência representativa, iniciando-se o estádio pré-operatório.

❖ **Estádio pré-operatório** (dos 2 aos 7 anos)

Este estádio de desenvolvimento cognitivo caracteriza-se pelo crescente uso do **pensamento simbólico**, isto é, a capacidade de representar mentalmente objetos ou acontecimentos que não ocorrem no presente, através de símbolos ou palavras.

Embora a criança já pense, ainda, não é capaz de fazer operações mentais, por isso, utiliza um **pensamento intuitivo**, baseado na perceção dos dados sensoriais, imaginários e intuitivos. Assim, a criança responde com base naquilo que vê.

A partir disto, o pensamento infantil apresenta certas características:

- **Egocentrismo** – a criança é incapaz de perceber que existe outra realidade para além da sua;
- **Centralização** – a criança concentra-se apenas num aspeto de um problema ou de uma situação, ignorando todos os outros;
- **Realismo nominal** – a criança pensa que o nome faz parte do objeto, sendo uma propriedade do objeto que ele representa;
- **Classificação** – as crianças não usam um critério definido para fazer a tarefa, por isso, agrupam as coisas ao acaso;
- **Inclusão de classe** – embora aos 5 anos a criança já consiga classificar os objetos, ainda tem dificuldade de entender que uma coisa possa pertencer, ao mesmo tempo, a duas classes diferentes;
- **Seriação** – as crianças são incapazes de lidar com problemas de ordenação ou seriação;
- **Conservação do número** – as crianças pré-operacionais, mesmo que já saiba, contar verbalmente, ainda não construíram o conceito de número;
- **Animismo** – a criança atribui vida ao objeto.

❖ **Estádio operatório concreto** (dos 7 aos 11 anos)

Neste estádio cognitivo, a criança vai desenvolvendo o **pensamento lógico** e o raciocínio, sendo capaz de realizar operações mentais, mas não de forma abstrata, ou seja, só conseguem resolver os problemas se estiverem na presença dos objetos e das situações,

Deste modo, a criança adquire o conceito de **conservação**, isto é, a capacidade de reconhecer que determinadas propriedades das coisas permanecem constantes independentemente de alterações de forma, comprimento ou posição. Assim, já está apta a perceber que apesar da forma dos copos ser diferente, a quantidade de líquido é a mesma.

❖ **Estádio operatório formal** (dos 11 aos 15 anos)

Nesta fase, a criança evidencia a capacidade de raciocinar, a partir de **conceitos abstratos**, ou seja, a partir de situações hipotéticas ou possíveis. Assim, o adolescente confronta o real com o possível, colocando mentalmente as hipóteses e, conseqüentemente, deduzindo conclusões – **raciocínio hipotético-dedutivo**.

Os modelos de desenvolvimento baseados em estádios, como é o caso de Piaget, valoriza a **descontinuidade e a mudança**, uma vez que são marcadamente diferentes, dando-se por saltos qualitativos, dado que as aquisições de cada estágio comportam modos de perceber o mundo radicalmente diversos.

O desenvolvimento humano

O **desenvolvimento humano** representa o conjunto de processos de transformação que afetam quer organismos vivos, quer instituições humanas, quer, ainda, as suas diferentes propriedades.

Características do desenvolvimento humano

- ❖ **Contínuo** – processo ininterrupto ao longo da vida do ser humano;
- ❖ **Cumulativo**;
- ❖ **Direcional**;
- ❖ **Diferenciado** – diferente de pessoa para pessoa;
- ❖ **Organizado**;
- ❖ **Holístico** – compreende globalmente os fenômenos.

É, ainda, de salientar que os humanos desenvolvem várias dimensões, ao longo da vida:

- ❖ **Física** – maturação das várias estruturas corporais;
- ❖ **Motora** – progressiva consecução das várias competências motoras;
- ❖ **Cognitiva** – crescimento do funcionamento intelectual;
- ❖ **Afetiva e emocional** – capacidade do indivíduo integrar as suas experiências e sentimentos;
- ❖ **Social** – mudanças no modo como o indivíduo percebe e se relaciona com os outros;
- ❖ **Moral** – interiorização das regras da sociedade e da conduta, valores e princípios éticos.

Teoria de desenvolvimento de Erik Erikson

A formulação da teoria de Erikson fundamenta-se no conceito de **epigénese**. O **princípio epigenético** sustenta que o desenvolvimento ocorre em estádios sequenciais e claramente definidos, sendo que cada um desses estádios deve ser satisfatoriamente resolvido, para que o desenvolvimento avance sem problemas.

De acordo com o modelo epigenético, caso não ocorra a resolução eficaz de um determinado estágio, todos os estádios subsequentes refletirão essa falha, na forma de um desajuste físico, cognitivo, social ou emocional.

Além disso, Erikson defende que a energia ativadora do comportamento é a natureza **psicossocial**, integrando não apenas fatores pulsionais biológicos e inatos, mas também fatores sociais e emocionais.

O desenvolvimento psicossocial é sinónimo de desenvolvimento da personalidade, que decorre ao longo de **oito idades**, que, no seu conjunto, constituem o ciclo da vida. Cada estado corresponde à formação de um aspeto particular da personalidade.

Contudo, um dos conceitos fundamentais nesta teoria é o de **crise ou conflito**, uma vez que é, nos estádios mencionados, que o indivíduo o resolve, **positiva ou negativamente**.

1ª idade – Confiança vs. Desconfiança (0-18 meses)

2ª idade – Autonomia vs. Dúvida e Vergonha (18 meses-3 anos)

3ª idade – Iniciativa vs. Culpa (3 -6 anos)

4ª idade – Indústria/Mestria vs. Inferioridade (6 -12 anos)

5ª idade – Identidade vs. Difusão/Confusão (12 -18/20 anos)

Neste estado, dá-se a construção da **identidade**. O adolescente é um ser único, com identidade própria, inserido num meio social, no qual desempenha vários papéis que contribuem para integrar diversas autoimagens: jovem, amigo, estudante, seguidor, líder, trabalhador, homem ou mulher numa única imagem e é a partir dela que escolhe uma carreira profissional e um estilo de vida.

Caso contrário, vivem situações difíceis de **confusão** e **indecisão**.

Vertente positiva: formação de uma identidade pessoal, reconhecimento de papéis a seguir.

Vertente negativa: incapacidade de definir papéis a seguir, indecisão, confusão de papéis.

6ª idade – Intimidade vs. Isolamento (18/20-30 anos)

O jovem adulto, com uma identidade já construída, está preparado para estabelecer laços sociais caracterizados pelo bem-estar, amizade, partilha e confiança. As dificuldades em estabelecer relacionamentos íntimos contribuem para que as pessoas se fechem em si mesmas e permaneçam no **isolamento**.

Vertente positiva: desenvolvimento das relações de intimidade

Vertente negativa: receio de estabelecimento de relações com os outros evitando compromissos.

7ª idade – Generatividade vs. Estagnação (30-65 anos)

Comprometimento do adulto em relação ao futuro e à nova geração. A afirmação pessoal do adulto é desenvolvida através das preocupações com os jovens, o seu bem-estar e o desejo de contribuir para um mundo melhor. Se o adulto se preocupa apenas consigo próprio, a sua vida caracteriza-se pela **estagnação**.

Vertente positiva: contributo como membro ativo da sociedade.

Vertente negativa: desinteresse pelos outros e interesse em si próprio.

8ª idade – Integridade vs. Desespero (depois dos 65 anos)

A pessoa reflete e faz um balanço da sua vida. Quando a pessoa se sente satisfeita por considerar que a sua vida teve mérito, surge de **integridade**. Caso a pessoa sinta que o que fez não teve sentido e já é demasiado tarde para começar de novo, surge o **desespero**.

Vertente positiva: sentimento de realização face ao passado.

Vertente negativa: sentimento de que se perderam oportunidades importantes.