

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**COMPLEXIDADE E DIFERENCIAÇÃO EMOCIONAL:  
CONCEÇÃO E FUNDAMENTAÇÃO DE UM NOVO  
RACIONAL DE AVALIAÇÃO DE EMOÇÕES**

**David Henrique Ferreira Guedes**

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

**Secção de Psicologia Clínica e da Saúde**

**Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-Comportamental e Integrativa**

2015

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**COMPLEXIDADE E DIFERENCIAÇÃO EMOCIONAL:  
CONCEÇÃO E FUNDAMENTAÇÃO DE UM NOVO  
RACIONAL DE AVALIAÇÃO DE EMOÇÕES**

**David Henrique Ferreira Guedes**

**Dissertação orientada pela Professora Doutora Maria João Rosado de Sousa Afonso**

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

**Secção de Psicologia Clínica e da Saúde**

**Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-Comportamental e Integrativa**

2015

## **Agradecimentos**

Aos meus pais pelo suporte e pela confiança nas minhas escolhas e aspirações, tanto na dúvida quanto na certeza.

À minha orientadora, que muito estimo e admiro, Prof. Dr.<sup>a</sup> Maria João Afonso. Obrigado pela liberdade e pelo apoio, mas, sobretudo, pelo fascínio que me inspirou a querer ir mais longe. Este trabalho é a si dedicado.

À Prof. Dr.<sup>a</sup> Sara Bahia a quem estarei infinitamente grato pela amizade e pela generosidade. Obrigado por acreditar em mim antes dos demais, incluindo eu próprio.

À Prof. Dr.<sup>a</sup> Ana Serôdio pelo cuidado e amizade, bem como por todo o incentivo e compreensão que demonstrou durante o decorrer deste trabalho.

À Prof. Dr.<sup>a</sup> Rute Pires pela enorme sensibilidade e pelas palavras de apoio e encorajamento que teve a bondade de me endereçar nos momentos exatos.

Às minhas colegas e amigas que comigo partilharam muitas das dores de crescimento. Um agradecimento especial a quem me acompanhou de forma mais próxima durante esta morosa travessia: Mónica Carvalho, Neuza Carolino, Inês Reis, Rita Nogueira, Inês Azevedo, Inês Alves, Ana Rita Sousa, Nádia Horta e Inês Simões.

E aos amigos de sempre: André David, Joana Mendes, Joana Polido, Sara Cabral e Susana Santos. Devo um agradecimento especial à Susana pela cedência do seu talento e arte à elaboração dos estímulos visuais da ECDE.

## Resumo

O presente trabalho divide-se em duas unidades fundamentais. A primeira detém-se sobre o estado atual da ciência da emoção e os desafios epistemológicos, teóricos e metodológicos que a investigação enfrenta. Na segunda parte do trabalho, introduz-se o constructo de complexidade emocional e apresenta-se o estudo de conceção e validação de uma escala para o avaliar.

Em função da contenda paradigmática que caracteriza o estado atual da psicologia da emoção, fez-se uma análise das abordagens evolutiva, cognitiva e construtivista, considerando os seus antecedentes dentro do curso da história das ideias. Foram identificados alguns pontos de conflito entre as diferentes escolas teóricas, destacando-se as dificuldades de definir o que é “emoção”. Nesse sentido, endereçaram-se os desafios da delimitação deste constructo e consideram-se as implicações de se assumir que as emoções são sistemas complexos. A ciência da complexidade estimula uma reapreciação da fundamentação epistemológica e ontológica dos atuais modelos teóricos, com consequências para a conceção do constructo de emoção, bem como, para as formas de o avaliar.

Os desafios da complexidade tomam forma na segunda parte do trabalho, em que se introduz o trabalho de conceção de uma nova medida das emoções, concretamente, de uma escala de avaliação das diferenças individuais no constructo de complexidade emocional. A *Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional* (ECDE) é caracterizada e os seus estudos metrológico e de validação são apresentados. Para situar esta nova proposta de avaliação, foi seguida uma lógica de validação convergente e discriminante, em que se analisaram as suas relações com os constructos de repertório e diferenciação emocional, alexitimia e compreensão verbal.

**Palavras-chave:** emoção, complexidade emocional, diferenciação emocional, avaliação psicológica

## Abstract

The present work is twofold. In its first part, the current state of the science of emotion is addressed, along with the epistemological, theoretical and methodological issues faced by researchers in the domain. On the second part of the work, the construct of emotional complexity is introduced and the study for conceiving and validating a new measurement scale is presented.

Given the paradigmatic contention that defines the psychology of emotion, evolutionist, cognitive and constructivist approaches are outlined, according to its antecedents within the history of ideas. Some of the points of disagreement between these schools of thought are identified, with some special emphasis on defining what an “emotion” is. In that sense, the challenges of setting the boundaries for the phenomena of emotion are examined, as well as the implications for stating that emotions are complex systems. The science of complexity offers a new perspective on current theoretical models’ epistemological and ontological grounds, with implications for conceiving and assessing emotion.

The challenges of complexity take shape on the second part of the work, with the introduction of a new measurement instrument for assessing individual differences regarding emotional complexity. The development of the *Emotional Complexity and Differentiation Scale (Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional)* is presented, including the study of its psychometric and validity properties. In order to understand the theoretical place and relevance of this new measurement scale, its relations with other constructs like range and differentiation of emotional experience, alexithymia and verbal comprehension were taken into account, by means of convergent and divergent validation.

**Keywords:** emotion, emotional complexity, emotional differentiation, psychological assessment

## Índice Geral

1. Introdução .....	1
2. Enquadramento teórico .....	5
2.1. Desafios de uma ciência fragmentada.....	5
2.2. O que é uma emoção? .....	9
2.3. Emoção, Caos e Complexidade .....	13
2.4. Genealogia da ciência da emoção.....	17
2.4.1. Antecedentes distais .....	17
2.4.2. Antecedentes proximais.....	21
2.4.2.a. Linhagem evolutiva e as emoções básicas.....	21
2.4.2.b. Linhagem cognitiva.....	23
2.4.2.c. Linhagem construtivista.....	24
2.5. Um segundo sentido para a “complexidade”: o constructo de complexidade emocional .....	26
2.6. Singularidades e desafios na avaliação de emoções .....	31
3. Metodologia.....	35
3.1. Objetivos e Hipóteses .....	35
3.2. Procedimentos e participantes .....	37
3.2.1. Estudo prévio .....	37
3.2.2. Estudo principal .....	38
3.2.3. Desenvolvimento da Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional .....	39
3.3. Bateria de Validação.....	43
3.3.1. Escala de Avaliação do Repertório e Capacidade de Diferenciação Emocional (EARCDE) .....	44
3.3.2. Escala de Alexitimia de Toronto de Vinte Itens (TAS-20) .....	45
3.3.3. Prova de Compreensão Verbal (CV) – Bateria de Avaliação da Realização Cognitiva (PARC) .....	46
4. Análise e Discussão de Resultados.....	48
4.1. Estudo metrológico da Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional.....	48
4.1.a. IMAGENS.....	49
4.1.b. DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES.....	50
4.1.c. FAMÍLIAS DE EMOÇÕES.....	51
4.1.d. ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES.....	51
4.1.e. AUTORRELATO.....	52
4.1.1. Intercorrelações entre subtestes da ECDE.....	53
4.1.2. Estudo de validação da ECDE.....	57

4.1.3. Diferenças entre grupos.....	61
5. A ECDE no quadro da teoria da Complexidade Emocional .....	63
5.1. Diferenças conceptuais e metodológicas na avaliação de um constructo: o exemplo da Inteligência Emocional.....	66
6. Conclusão .....	70
Referências Bibliográficas.....	75
Anexos .....	89

## 1. Introdução

“As paixões não se arrancam pela raiz: é preciso sabê-las dirigir, elevá-las, é preciso que cada um possa satisfazê-las nos limites da virtude, é preciso que lhe forneçamos os meios.”

Lev Tolstoy, *Guerra e Paz* (trad. 1963, vol. 2, p.92)

As emoções são parte integrante da experiência e acompanham-nos desde o começo de tudo. O início da experiência emocional é, na verdade, difícil de definir, mas sabe-se que logo durante o período pré-natal se conhecem as primeiras trocas entre o ser em desenvolvimento e a sua mãe (Van Den Bergh, 1990). Os primeiros indícios da experiência afetiva do recém-nascido são ainda vagos, mas permitem adivinhar a emergência dos estados internos a que convencionamos chamar de emoções. Se, no início, tudo se parece substanciar a diferentes gradações entre o prazer e a dor, mais tarde torna-se possível delimitar, com maior grau de certeza, um conjunto de estados que comumente traduzimos por palavras como “tristeza”, “alegria” ou “medo” (Lewis, 2008). É em articulação com as diferentes aquisições do desenvolvimento que se torna possível conceber que os primeiros rudimentos de emoção, como as primeiras manifestações simples de tristeza de um bebê a quem o rosto da sua mãe se oculta, venham a dar lugar às vivências complexas posteriores como a mistura de desespero excitado e repulsa febril de Raskólnikov em *Crime e Castigo* ou a expressão intrincada e indecifrável da Gioconda. A cada momento no tempo, uma teia complexa de avaliações e significados, comportamentos e expressões corporais, variações na experiência consciente e ativação neurofisiológica opera para possibilitar uma multiplicidade de estados emocionais com relevância para uma dada pessoa, face a um dado contexto.

Esta conceção “caleidoscópica” das emoções, como fenómenos de natureza complexa e imprevisível, pode constituir motivo para assombro numa ciência linear e elementarista. Assim, durante muito tempo, as emoções permaneceram associadas a um tema de caos e desorganização, sendo descritas como “perturbações agudas do indivíduo como um todo”, “respostas desorganizadas resultantes de um ajustamento ineficaz” ou “enfraquecimento ou perda de controlo cerebral” (Leeper, 1948). A imprevisibilidade das emoções parece contrastar, então, com uma ciência que aspira à certeza e à estabilidade. É esta filosofia da ciência, que acredita poder desarmadilhar a complexidade pela sua decomposição aos elementos mais básicos, que inspira a jovem ciência psicológica e lança as bases para o seu desenvolvimento, firmada na solidez de um sistema de conhecimento feito de elementos separados e de fronteiras fixas e bem definidas, independentemente do contexto (e.g.

Afonso, 2008). A herança cartesiana, em particular, suporta a decomposição do todo em elementos mutuamente exclusivos fazendo da complexidade uma “simples complexidade”, na medida em que qualquer totalidade se origina a partir da combinação linear dos seus elementos (Overton, 2006). É neste clima metateórico que se compreende, também, a organização científica em torno de pólos concorrentes de uma dada antinomia, como é exemplo a dicotomia *nature-nurture* que, no caso particular da emoção, se reflete num conflito entre uma perspectiva eminentemente psicobiológica e outra perspectiva eminentemente sociopsicológica (Scherer, 2000). Mais adiante neste trabalho traçam-se os fundamentos desta divisão e exploram-se as implicações do reenquadramento destas dicotomias em binómios, numa nova maneira de encarar a ciência que é complexa, contextualista e sistémica (Afonso, 2008).

No plano teórico, subsiste a dificuldade em definir e operacionalizar “emoção”, o que tem implicações para a sua delimitação face ao universo das variáveis da ciência afetiva (Scherer, 2000). Em função das diferentes perspetivas sobre a natureza da emoção, é possível identificar três principais escolas teóricas, nomeadamente, a) a escola evolucionista, biológica ou darwiniana; b) a escola cognitiva ou dos modelos de *appraisal*; e c) a escola construtivista. A primeira destas deriva do legado de Darwin, muito em particular da sua obra *The Expression of the Emotions in Man and Animals* (1890/2009). Esta linha de investigação ocupa-se essencialmente da função adaptativa das diferentes emoções, identificando alguma continuidade com a expressão emocional de outros animais. As emoções são geralmente concebidas como episódios discretos, com assinaturas expressivas específicas e reconhecíveis, o que permite identificar um conjunto reduzido de emoções primárias que se acreditam universais, na medida em que são partilhadas pela espécie humana, independentemente da cultura. Com a revolução cognitiva, vem a conceção de emoção como intimamente ligada ao pensamento, mais concretamente ao *appraisal*<sup>1</sup>. No seio desta abordagem teórica, uma emoção é desencadeada em função da representação ou do julgamento que se faz de um objeto ou situação. A abordagem cronologicamente mais recente deriva do construtivismo social e nasce de uma conceção de emoção como um produto eminentemente cultural, cujo significado e coerência se deve a regras socialmente veiculadas.

Endereçar as questões que adiam o desenvolvimento do estudo da emoção torna-se particularmente premente numa altura em que se anuncia a emergência de um novo e promissor domínio interdisciplinar em acentuado crescimento, a que se chama de ciência afetiva (Gross & Barrett, 2013). Este movimento científico acompanha o que parece ser um novo clima intelectual,

---

<sup>1</sup> Por *appraisal* entendemos a avaliação ou representação que se faz relativamente ao contexto imediato.

permeável às ideias que socorrem as emoções da penumbra da racionalidade e reconhecem a sua centralidade para vários fenómenos, quer de natureza mental, quer de natureza física. O culto da “cabeça fria” tem vindo a ser contestado, não somente graças ao reconhecimento do valor adaptativo das emoções, mas também pela constatação de que certos aspetos da emoção são indispensáveis para a racionalidade (Damásio, 1994/2009). É nesse sentido que se enquadra a passagem onde se defende que as paixões não se arrancam pela raiz. Como veremos, a doutrina da “temperança” tem origens tão remotas quanto a antiguidade clássica e subsiste até aos dias de hoje, reforçando, as manobras de evitamento experiencial que frequentemente se associam às dificuldades clínicas. A evidência científica vem, pelo contrário, demonstrar que o excesso de controlo, a sobrerregulação e o evitamento das emoções não favorecem o bem-estar e a saúde mental (Greenberg, 2012).

Com o reconhecimento crescente da relevância das emoções para o funcionamento psicológico, e considerando a sua ubiquidade na experiência quotidiana, aumenta o interesse em torno das diferenças individuais quanto à forma como cada indivíduo vive e se relaciona com as suas emoções. O presente trabalho é disso exemplo e toma o constructo de complexidade emocional enquanto capacidade de reconhecer estados emocionais com detalhe e precisão, atender à riqueza e variabilidade da experiência emocional e articular dialeticamente a valência das emoções (Kang & Shaver, 2004; Lindquist & Barrett, 2008; Gröhn, Lumley, Diehl, & Labouvie-Vief, 2013). Os desafios da avaliação do constructo tomam forma com o estudo exploratório para a conceção da *Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional*. Este instrumento de avaliação é composto por um conjunto de indicadores de complexidade emocional diferenciados, desde logo pela forma de avaliação que empregam, podendo ser agrupados em duas unidades fundamentais, consoante a sua proximidade ao formato de desempenho máximo e de comportamento típico, respetivamente. Os resultados do estudo metrológico refletem dois desafios fundamentais para a teoria da complexidade emocional, nomeadamente, a questão da delimitação e operacionalização do constructo e a dificuldade na articulação de diferentes formatos de avaliação. A relação entre os vários indicadores de complexidade emocional parece sugerir uma tendência de agrupamento que privilegia as relações metodológicas entre indicadores, sobrepondo-se às comunalidades conceptuais. Do ponto de vista da validação convergente e discriminante, foram estudadas as relações com medidas de autorrelato da complexidade emocional e alexitimia, bem como uma medida de desempenho da compreensão verbal. No seu conjunto, os resultados parecem sugerir que os vários indicadores medem aspetos diferentes da complexidade emocional, desencorajando uma interpretação da escala em termos globais. As correlações entre os indicadores da ECDE e as medidas da bateria de validação são particularmente elevadas entre a secção de autorrelato e as duas medidas de comportamento típico da complexidade

emocional e alexitimia, reforçando a hipótese de que há um efeito significativo do método sobre os valores de correlação. Por outro lado, alguns dos indicadores de desempenho máximo contrariam esta tendência, motivando a reflexão acerca da sua pertinência e significado face ao constructo de complexidade emocional.

## 2. Enquadramento teórico

### 2.1. Desafios de uma ciência fragmentada

“No que à “psicologia científica” das emoções diz respeito, talvez tenha sido assoberbado por demasiadas leituras clássicas sobre o assunto, pois preferia ler descrições verbais dos formatos de cada rocha de uma quinta em New Hampshire que me sujeitar à sua leitura novamente” (James, 1890, p.448, aspas do autor).

A passagem acima citada foi escrita por William James no ano de 1890, no entanto, poderia facilmente ter sido enunciada nos nossos tempos, ainda que reconhecendo que a “psicologia científica” do tempo de James difere em muitos aspetos daquela que conhecemos hoje, concretamente, no que diz respeito ao estudo das emoções. O desabafo que nos deixou num capítulo do seu *The Principles of Psychology* tem na sua origem a frustração com o estado em que o domínio da emoção se encontrava. James criticava especificamente a abordagem eminentemente descritiva, que trata as emoções como arquétipos sagrados, que importa catalogar e, conseqüentemente, descrever, com tanta minúcia quanto possível, em cada *nuance* e cada contorno de um episódio de raiva, medo ou tristeza.

No novo milénio, Mandler (2003) inicia o capítulo sobre a história da emoção do *Handbook of Psychology* simplesmente afirmando que este domínio é uma selva e não um jardim. À semelhança de uma selva, parece haver uma certa confusão e imprevisibilidade, sem a ordem nem a geometria próprias de um jardim. Mais recentemente, escreveu-se mesmo sobre o que se entende ser a guerra dos cem anos da emoção (Lindquist, Siegel, Quigley & Barrett, 2013). Esta designação reflete o clima de contenda paradigmática que os autores reconhecem existir desde a fundação da própria ciência psicológica. Na verdade, é até possível considerar que uma metáfora tão contundente como a que equipara o trajeto da ciência psicológica da emoção com a guerra que opôs o reino de Inglaterra ao reino de França, peque apenas por defeito, pelo menos no que à antiguidade diz respeito. As fraturas fundamentais quanto à emoção não nasceram com a psicologia, como uma análise mais cuidada dos seus antecedentes distais – tão remotos quanto a antiguidade clássica – poderá demonstrar.

Naturalmente, será igualmente excessivo atribuir toda a responsabilidade da atual disputa de paradigmas aos séculos de filosofia da emoção. A própria ciência psicológica parece ter sido semeada em solo de discórdia, tendo apresentado, desde cedo, alguma dificuldade de definição enquanto disciplina intelectual. Atualmente, contemplam-se ainda alguns embaraços à unidade científica que se alcança com acordo quanto aos problemas a investigar, aos fundamentos epistemológicos, aos

conceitos fundamentais e quanto aos métodos de investigação (Bower, 1993). A falta de consistência interna da disciplina pode ser simplesmente um sintoma de um estado de crise pré-paradigmática (Kuhn, 1962/1996), o que faria da psicologia, uma ciência cuja pulverização poderá ser o prenúncio de uma futura convergência para a maturidade científica. Por outro lado, levanta-se a questão de saber se existe realmente um paradigma à espera de ser encontrado e, mais ainda, se a psicologia enfrenta realmente uma fragmentação ou se, pelo contrário, conhece apenas uma diferenciação que mais não é do que um traço da sua própria identidade científica (Zittoun, Gillespie & Cornish, 2009). O epítome da fragmentação em psicologia existe logo na questão de se existe realmente fragmentação e, se sim, será normativa ou patológica. Concretamente, a opinião divide-se entre os que a consideram um impedimento ao desenvolvimento da disciplina, outros que consideram um obstáculo transitório, embora necessário e desejável, e outros ainda que a consideram parte integrante do carácter da ciência psicológica (Yanchar & Slife, 1997; Zittoun, Gillespie & Cornish, 2009). Estas perspetivas materializam-se em diferentes narrativas, tal como uma primeira que descreve um crescimento em “árvore”, com o despontar de novos ramos dos quais derivam vários outros ramos menores, opondo-se a outra narrativa que concebe a psicologia como um conjunto de ilhéus apartados entre si.

Uma das conceptualizações do movimento de unificação em psicologia entende que se podem desenhar estruturas gerais, com base em aproximações inter-nível e inter-domínio (Staats, 1991). Estas estruturas correspondem aos contornos gerais das possibilidades de unificação, o que, no caso das aproximações inter-nível, corresponde a conceber a ciência como uma hierarquia, cujos níveis diferentes de observação devem ser interligados. Da mesma forma, no caso inter-domínio, as várias abordagens teóricas que partilham um mesmo objeto de estudo, devem convergir. No caso específico da emoção, isto significaria reconhecer e integrar os contributos, por exemplo, das abordagens clínicas, da neurobiologia e/ou da psicologia fundamental. Numa lógica idêntica, Sternberg e Grigorenko (2001) apelam à convergência de métodos e a uma reformulação do “organograma” da disciplina, privilegiando os fenómenos em detrimento das abordagens de estudo.

Apesar das divergências, a consistência que existe dentro da ciência psicológica pode ser equiparada a uma confederação de nações, cuja soberania dos estados constituintes é causadora de tensões e/ou fraturas nas relações externas. Embora se possa considerar haver algum acordo quanto à missão fundamental e aos objetivos do coletivo dos estados, há a carência de uma constituição comum que estabeleça os fundamentos para uma unidade soberana. Assim, uma psicologia unificada substituiria o agregado de estados autónomos – confederação – por uma unidade orgânica, constituída por sub-unidades que comungam dos mesmos princípios ideológicos – federação. No que diz respeito à ciência psicológica, esta constituição não corresponde unicamente à aproximação teórica e

metodológica mas, sobretudo, à clarificação dos fundamentos epistemológicos e ontológicos que subjazem as diferentes orientações.

Os esforços de integração em psicologia não são exatamente uma aspiração quimérica ou uma espécie de quinto império da ciência psicológica. Os seus efeitos são bastante efetivos, por exemplo, no domínio da psicologia clínica, uma área que desde cedo se mostrou bastante cara à divergência. A hegemonia psicodinâmica que marcou os primórdios do domínio conheceu a disputa de várias outras orientações teóricas. As primeiras reações vieram com o movimento humanista, como é exemplo a terapia centrada na pessoa de Carl Rogers (1902-1987) e as terapias baseadas na aprendizagem, oriundas do paradigma behaviorista. Mais tarde, a revolução cognitiva viria a estender o seu domínio ao território psicoterapêutico, muito graças ao contributo de Albert Ellis (1913-2007) e Aaron Beck (1921- ). Mais uma vez, o crescimento desta área da psicologia não seguiu um curso linear, tendo conhecido um longo e tumultuoso período de conflitos entre as diferentes perspetivas, sem que os respetivos contributos viessem a ser partilhados pela totalidade da comunidade psicoterapêutica. A investigação empírica, sobretudo no que concerne as medidas de eficácia terapêutica, viria a mostrar que as várias perspetivas partilhavam mais comunalidades que aquelas que a sua rivalidade fraternal parecia indicar. A insuficiência dos modelos simples, a par de várias contingências contextuais, viriam a ditar o surgimento de um movimento integrativo, com mais expressão a partir da década de 80 do século passado. Esta abordagem tem vindo a revelar-se profícua em várias frentes, sejam elas a do ecletismo técnico, da integração teórica, dos fatores comuns ou da integração assimilativa (Norcross, 2005).

O conceito de integração aqui introduzido, a propósito da psicoterapia, não deve ser entendido como sendo perfeitamente sobreponível ao de unificação. Segundo Vasco (2001), integração não é sinónimo de unificação ou indiferenciação mas sim de “diferenciação esclarecida”. O conceito de complementaridade paradigmática parte do pressuposto de que, na impossibilidade de sintetizar as diferentes visões do mundo, subjacentes às diferentes orientações teóricas, é possível coordená-las e articulá-las em função dos contextos de aplicação ótima, tendo em vista a maximização da eficácia terapêutica. O raciocínio “complementar” que existe em psicoterapia, emerge em resposta às constrições contextuais próprias da situação terapêutica. Na ausência da pressão para a eficácia ou para a heurística dos modelos, o domínio da emoção conhece um confronto entre torres de marfim que sugerem, cada uma delas, explícita ou implicitamente, serem detentoras da melhor posição epistemológica. A pessoa do cientista, tal como a pessoa do terapeuta no modelo da complementaridade paradigmática, é uma unidade para a qual concorre um processo de tomada de decisão que depende da flexibilidade entre estilos epistémicos, visões do mundo ou características de

pensamento. O estilo de pensamento pós-formal (Kramer, 1983; ver também Vasco, 2001), por exemplo, decorre do reconhecimento da natureza relativa do conhecimento e das construções da realidade (relativismo), o reconhecimento da relação dialética entre opostos (contradição) e a integração desses opostos a diferentes níveis de abstração (integração).

Esta forma de pensamento ecoa o sentimento de Morin (1990/1991) de que verdades profundas, antagónicas face às outras, podem ser complementares sem deixarem de ser antagónicas. Este “pensamento complexo” pode ser entendido por referência a uma metateoria relacional, que pretende superar as limitações de uma metateoria fragmentada (*split metatheory*) na capacidade de responder aos desafios de uma nova forma de pensar a ciência (Overton, 2006; Overton, 2013). A um nível mais fundamental, as metateorias definem o chão ou o contexto a partir do qual emerge a construção teórica e metodológica<sup>2</sup>. A metateoria fragmentada assenta nos princípios da redução, da separação, da decomposição do todo em elementos, em busca da “rocha ou argila” debaixo da “terra movediça e da areia” (Descartes, 1633/2010, terceira parte; ver também Afonso, 2008). A complexidade do mundo seria, então, não mais que uma camada, sob a qual repousa o substrato de elementos imutáveis da realidade<sup>3</sup>, puras formas, que preservam a sua identidade independentemente do contexto<sup>4</sup>. Estes princípios suportam a disjunção da totalidade em elementos mutuamente exclusivos, em que cada categoria exclui necessária e absolutamente a outra (Overton, 2006). A oposição imposta pela metateoria fragmentada sustenta as clássicas antinomias, que no caso da teoria da emoção toma partido na disputa entre uma noção de emoções discretas ou contínuas, categorias naturais ou construções sociais, universais ou específicas.

No quadro de uma metateoria relacional, as clássicas antinomias passam a ser definidas como binómios (Afonso, 2008) ou complementaridades indissociáveis (Overton, 2013). É abandonada a primazia da essência, a favor das relações entre os elementos, num jogo fluído e dinâmico de movimentos entre a exclusão e a identidade. O movimento no sentido da identidade, significa tomar por figura a definição mútua entre os opostos, isto é, reconhecer que cada polo define e é definido pelo seu oposto, da mesma forma como a liberdade se define face à sua relação com a restrição (Hegel, 1807/1977). Assumir que uma emoção é determinada por contingências biológicas e por circunstâncias culturais poderá remeter simplesmente o discurso para o contributo relativo de ambas as partes para o fenómeno em estudo, da mesma forma como o coeficiente de hereditabilidade procura quantificar a proporção das diferenças passível de ser atribuída a fatores genéticos,

---

<sup>2</sup> No caso da metodologia, utiliza-se a expressão metamétodo.

<sup>3</sup> Princípio do Fundacionalismo

<sup>4</sup> Princípio do Atomismo

considerando a proporção remanescente como obra do contexto. Sob o ponto de vista relacional, contudo, a premissa de que a relação entre as polaridades é independente e aditiva é posta em causa, a favor de uma noção de interpenetração, interdefinição ou fusão, sendo 100% biologia e 100% cultura. O movimento no sentido da exclusão retoma a lei da contradição, mas ao negar que essa oposição reflita fundações absolutas, os opostos tornam-se somente perspectivas, pontos de vista ou níveis de análise.<sup>5</sup>

No plano da emoção, preserva-se uma atitude metateórica fragmentada, com os modelos teóricos a definirem-se por referência a diferentes polos de variadas antinomias. A título de exemplo, as perspectivas evolutivas ou biológicas tendem a subscrever uma visão de emoções como discretas, universais e biologicamente determinadas, enquanto a perspectiva construtivista tende a reunir-se em torno do polo cultural, subscrevendo uma visão contínua e específica das emoções. A fragmentação do domínio da emoção permite que se mantenham por resolver questões aparentemente centrais para o seu desenvolvimento, como é exemplo o problema da definição de emoção (Kleinginna & Kleinginna, 1981; Scherer, 2005; Lindquist et al., 2013).

## **2.2. O que é uma emoção?**

Quando James (1884) cunhou o artigo “What is an Emotion?”, a sua interrogação era sobretudo retórica. A sua exposição não tinha como propósito abrir a questão, mas sim a de a fechar com a resposta que se seguia. A sua tese assenta na ideia de que a fisiologia é um fundamento indispensável para catalisar a resposta emocional. Mais especificamente, diz, as mudanças corporais seguem diretamente a perceção de um objeto e o sentimento dessas mudanças é a emoção. A ideia de que ficamos tristes porque choramos e não o contrário foi grosseiramente utilizada até aos dias de hoje e reduziu o contributo de James a uma caricatura daquilo que poderia ter sido a sua teoria<sup>6</sup> (Ellsworth, 1994).

---

<sup>5</sup> Esta explicação fica incompleta sem referência a uma terceira lei que concerne a relação das partes com o todo e que resolve a tensão gerada pela contradição dos opostos. Os dois sistemas em conflito devem, então, ser coordenados por um terceiro, o que no caso da dicotomia biologia-cultura poderá ser a pessoa, enquanto novo nível de estrutura e função que emerge de e coordena biologia e cultura.

<sup>6</sup> A autora salienta que uma leitura superficial das ideias de James poderá sugerir que toda a experiência emocional se resume à ativação fisiológica. A forma como as ideias são colocadas poderá confundir os leitores com a impressão de que o corpo é o todo da emoção. Ellsworth (1994) pretende, então, que a ideia central é de que a perceção da ativação corporal se mistura com a perceção do objeto na consciência, dando um fundo de emocionalidade àquilo que, de outra forma, seria uma apreensão simples e fria desse mesmo objeto. A autora nega ainda a ideia de que a ativação fisiológica sucede imediatamente a apreensão simples do objeto, considerando que por “perceção” James se referia à avaliação do objeto, algo tão óbvio que não mereceu maior atenção da sua parte e, no entanto, foi um dos pontos essenciais para a incompreensão do seu raciocínio.

Apesar da possível desvirtuação das suas ideias, o mérito reflexivo e agitador da exploração jamesiana não é de desprezar. Esta é tratada, aliás, num avultado número de trabalhos científicos, na qualidade de primeira pedra da psicologia da emoção. Já foi dito anteriormente que a questão de James não caiu em desuso. Muito pelo contrário, são frequentes as referências ao não cumprimento desta incumbência até aos dias de hoje. Na década de 80 do século XX, passado exatamente um século desde o artigo de James, Kleinginna e Kleinginna (1981) denunciavam a dispersão de definições de emoção. No seu estudo, consideraram mais de nove dezenas de definições, tendo sido necessárias 11 categorias para que se respeitasse devidamente as diferenças entre si. Intento semelhante foi levado a cabo, já no novo milénio, por Caroll Izard (2010), apenas para confirmar uma nova, e algo dececionante, divergência. Estes resultados levantam a questão de saber se estamos perante o esvaziamento de um conceito, uma “*keyword in crisis*”, nas palavras de Dixon (2012). Apraz recuperar a questão de Bentley (1928): “Será que a emoção é mais do que um cabeçalho para um capítulo?”, isto é, um título indispensável em qualquer compêndio de psicologia, todavia, precedendo conteúdos que, em si mesmos, não justificariam ser reunidos numa mesma unidade lógica? O autor conclui ironicamente “pelo menos é um tópico, algo sobre o qual falar e em torno do qual discordar” (p. 21).

Importa esclarecer que, embora o conceito de emoção tenha emergido relativamente cedo na história da civilização humana, o termo em si mesmo é mais recente e a sua importação para o domínio intelectual ou científico parece ter sido motivada pela necessidade de agrupar um conjunto heterogéneo de conceitos, nomeadamente, sentimentos, paixões, afetos, prazer e dor (Bain, 1859)<sup>7</sup>. Mandler (2003) alega mesmo que a heterogeneidade dos fenómenos associados à emoção sugerem a necessidade de conceber diferentes teorias para diferentes partes do espectro da emoção. Posição semelhante tem Griffiths (1997) que entende que a procura de relações entre emoções por analogia (semelhança funcional) é uma abordagem superficial face à profundidade das relações de homologia (ancestralidade comum), de onde deriva a necessidade de distinguir entre emoções básicas e complexas, ambas erroneamente colocadas sob um mesmo significante de origem coloquial (“emoção”) e tendo por consequência a necessidade de abandonar a pretensa por uma teoria unificada, capaz de explicar os vários tipos de emoção.

Young (citado em Kleinginna & Kleinginna, 1981), numa nota acutilante, refere que toda a gente, exceto o psicólogo, sabe o que é emoção. Mais uma vez se evidencia a dificuldade de encontrar na aplicação científica do termo, a mesma proficuidade que parece existir na aplicação

---

<sup>7</sup> De acordo com Dixon (2012), a palavra “*emotion*” surge na língua inglesa somente por volta do século XVII, importada do francês, para se tornar objeto de estudo sistemático no século XIX.

vernacular. Alega ainda que os processos e estados emocionais são complexos e podem ser analisados de tantos pontos de vista que uma imagem global seria virtualmente impossível. Se em vez de responder à questão “o que é emoção”, procurarmos em alternativa delimitar a classe pelos seus elementos, a tentativa seria igualmente dececionante. Ortony e Turner (1990), analisando um conjunto de teorias de emoções básicas ou primárias, concluem que a concordância é reduzida. Onde alguns veem duas emoções, outros veem dezoito.

De acordo com Scherer (2005), a indefinição conceptual e operacional da emoção dificulta o progresso teórico e investigativo e fomenta a proliferação de debates inconsequentes. Parece ser dada razão a Mandler (2003) e à sua proclamação do estado selvático da teoria da emoção. Podemos sugerir que as palavras têm feito um mau serviço ao estudo da emoção. Como acrescenta Frijda (2008), a forma como a linguagem transforma os fenómenos emocionais é enganadora. Quando nos dizemos tristes, talvez devêssemos considerar-nos em entristecimento, um processo em construção e não um quadro estático e fechado. Da mesma forma, a palavra-chave “emoção” não deve aspirar a designar uma categoria natural, uma classificação que emerge dos ditames da natureza, sendo que a sua retenção na ciência psicológica poderá depender, sobretudo, do seu valor heurístico.

O atual clima intelectual e científico parece favorável à entrada em cena das emoções, conforme se verifica pela intensificação da investigação neste âmbito. Alguns autores anunciam o despontar de uma “ciência afetiva”, um programa interdisciplinar agregador de um conjunto de fenómenos, no qual se incluem emoção, humor, preferências, atitudes, *stress* e valores, cujo estudo apela às mais diversas áreas do saber, tais como, psicologia, neurociência, medicina, ciência da computação, sociologia, antropologia, economia, direito, linguística, entre outras (Davidson, Scherer & Goldsmith, 2003; Gross & Barrett, 2013). O estabelecimento deste novo programa vem responder à necessidade de atribuir unidade e coerência a um domínio até aqui disperso e reunir consenso sobre o arco conceptual mais abrangente e adequado para englobar todos os fenómenos de interesse. No que respeita a emoção, torna-se agora necessário delimitá-la no seio de uma família de fenómenos que partilham um conjunto de atributos. Estes atributos são as coordenadas utilizadas na *design feature approach* (Scherer, 2000, 2005) para situar a emoção, partindo das variações quantitativas em critérios como duração, intensidade, foco num evento, *appraisal*, sincronização da resposta, rapidez da mudança e impacto comportamental. Assim, uma emoção distingue-se, por exemplo, do humor por ser mais intensa e menos duradoura, mais dependente de desencadeadores contextuais (externos ou internos), por envolver uma maior coordenação entre os vários subsistemas e ter maior impacto comportamental.

Esta abordagem de delimitação tem a vantagem de utilizar um conjunto de aspectos relativamente consensuais e transversais às diferentes perspectivas sobre as emoções, num esforço vagamente idêntico ao da estratégia de fatores comuns empregue no plano da teoria integrativa em psicoterapia (Garfield, 1992; Wampold, 2010) quanto tomada no seu sentido mais lato, ou seja, quanto à premissa de que existem comunalidades fundamentais de fundo entre as diferentes orientações teóricas, para além das dissidências que frequentemente emergem como figura. Scherer (2000) nota que, vulgarmente, uma mesma palavra como tristeza, zanga ou culpa pode ser empregue por diferentes autores para significar três fenómenos distintos. Um primeiro poderá referir-se a um programa neurofisiológico, outro a um estado afetivo subjetivo e um terceiro a uma postura interpessoal. Essa constatação é reforçada pelo trabalho de Kleinginna e Kleinginna (1981) que, com base na análise de mais de nove dezenas de definições de emoção, concluem que existe frequentemente uma ênfase primordial em determinadas facetas do processo emocional, o que redundará em definições que salientam diferencialmente os planos cognitivo, afetivo, fisiológico, ou outros. As definições multicomponenciais, por seu turno, são mais transversais, ao colocar a existência de diversos componentes no centro da sua definição.<sup>8</sup>

A abordagem de Scherer (2005) dá grande destaque aos componentes que integram o processo emocional, todavia, acrescenta, como vimos, a possibilidade de diferenciação da emoção face a outras variáveis afetivas. Com base na teoria que subjaz a supra mencionada *design feature approach*, define o processo emocional como “episódio de mudanças interrelacionadas e sincronizadas no estado de todos ou quase todos os cinco subsistemas orgânicos em resposta à avaliação de um estímulo interno ou externo com relevância para o organismo” (p. 697). Os cinco subsistemas referidos dizem respeito à componente cognitiva (*appraisal*), neurofisiológica, motivacional (tendências de ação), expressiva/motora e experiencial/subjetiva. Existe uma semelhança evidente com a tentativa conciliadora de Kleinginna e Kleinginna (1981, p.355) que define emoção como “um conjunto complexo de interações entre fatores objetivos e subjetivos, mediados por um sistema neuro-hormonal, que pode a) promover experiências afetivas como os sentimentos de ativação e valência; b) gerar processos cognitivos, como percepções, julgamentos e processos de rotulagem; c) ativar ajustamentos fisiológicos generalizados às condições elicitoras; d) conduzir a

---

<sup>8</sup> Identificam-se ainda definições de outra natureza, nomeadamente, as que destacam a função organizadora ou desorganizadora das emoções e outras de natureza restritiva, que procuram diferenciar emoção de outras variáveis psicológicas (e.g. motivação).

comportamentos que são frequentemente, mas não sempre, expressivos, dirigidos a objetivos e promotores de adaptação”.

Ambas as definições são sensíveis à necessidade de abrir o espectro das definições para incluir todas as componentes envolvidas no processo emocional. Esta poderá ser, na verdade, uma via de aproximação entre diferentes perspetivas teóricas, considerando que parece haver maior consonância quanto aos elementos que constituem a emoção do que quanto à sua natureza e definição (Izard, 2007). Importa considerar, igualmente, os níveis de explicação das diferentes definições. No caso das propostas mais estritas, existe uma ênfase em um ou mais elementos, a partir dos quais se explica a emoção, geralmente, de forma linear e mecanicista. As definições multicomponenciais acima citadas baseiam-se num nível de explicação diferente, pois ao remeterem para “conjuntos complexos de interações” e “mudanças interrelacionadas e sincronizadas” dão saliência às relações, em detrimento da substância. A análise das definições de emoção manifesta, assim, uma diferença quanto ao procedimento de compreensão que se aproxima, no primeiro caso, de uma postura analítica, em que se dá preferência ao exame de elementos isolados face ao seu contexto, enquanto no segundo se demonstra uma maior comunhão com o procedimento sistémico, onde se privilegiam as relações entre elementos (Reuchlin, 1999/2002).

### **2.3. Emoção, Caos e Complexidade**

De forma mais tácita ou mais explícita, é frequente assumir-se que o aparente “caos” que se vive no seio da psicologia da emoção se deve, pelo menos em parte, à complexidade do fenómeno em causa. Esta afirmação faz-se frequentemente sem clarificar o seu significado e as implicações que daí decorrem. Que a emoção é complexa não deverá surgir como surpresa para ninguém. Os sistemas humanos são, por definição, complexos e os seus subsistemas são igualmente mais imprevisíveis e dinâmicos que os sistemas estáticos e lineares de alguns organismos não vivos. Contudo, se se quer assumir que a emoção é complexa, deve-se considerar as implicações epistemológicas, ontológicas, teóricas e metodológicas que daí resultam.

No final do séc. XX, um conjunto de cientistas de áreas tão díspares quanto a economia, a biologia e a física, depararam-se com uma dificuldade transversal às respetivas disciplinas, nomeadamente, a insuficiência dos seus modelos clássicos – lineares e reducionistas – em darem resposta aos fenómenos mais complexos das suas áreas de estudo, fenómenos esses imprevisíveis e dinâmicos. O epicentro desta revolução intelectual é o *Santa Fe Institute*, onde se fundaram as bases para o estudo da complexidade, com a ambição de construir um quadro teórico unificado, capaz de iluminar os maiores mistérios da humanidade.

A ciência da complexidade oferece, então, uma moldura conceptual aplicável a diferentes disciplinas e a diferentes problemas dentro dessas disciplinas. No caso concreto da emoção, assumir que esta é um sistema complexo implica ir mais longe do que afirmar que se está tratar um sistema complicado, como um *chip* de computador. Trata-se de assumir que estamos perante um sistema auto-organizado, dinâmico, espontâneo e desordeiro, todavia, ordeiro o suficiente para não ser simplesmente caótico (Waldrop, 1992). Num sistema linear, o *output* é proporcional ao *input*, tal como na mecânica clássica, a aceleração de um corpo é proporcional à soma das forças que sobre ele são exercidas. Nos sistemas não lineares, no entanto, não existe uma proporcionalidade entre *input* e *output* e, na verdade, os efeitos do *input* são geralmente imprevisíveis. A noção de equilíbrio estático é abandonada, então, a favor do dinamismo e plasticidade da auto-organização, ou seja, do surgimento espontâneo de ordem através da emergência de padrões de organização reconhecível (Magai & Haviland-Jones, 2004).

A interação entre elementos de um sistema é recíproca e dela resulta a emergência de novas formas a níveis superiores de organização. Estas formas causam determinados padrões de agrupamento entre os elementos de nível inferior e estes padrões, por seu turno, causam a forma de nível superior. Quer isto dizer que à causalidade recíproca já enunciada, entre os elementos de uma mesma ordem, acresce uma causalidade circular, entre elementos de ordem superior e inferior. A organização destes sistemas é uma auto-organização, uma vez que se dispensam explicações em termos de agentes centrais ou programas de instrução responsáveis pela evolução do sistema (Lewis, 2000). Esta conceção inutiliza, de certa forma, os debates centro-periferia, emoção-razão ou até *nature-nurture*. Se tomarmos este último como exemplo, a visão do desenvolvimento como um processo pelo qual o contexto descodifica um conjunto de instruções genéticas, inscritas numa sequência fixa de ADN, é forçosamente abandonada a favor de uma noção epigenética, em que o contexto interage com os genes por forma a multiplicar as leituras possíveis de um mesmo genoma (González-Pardo & Pérez Álvarez, 2013). Sabe-se que a maior parte das variáveis psicológicas são determinadas por uma hereditariedade poligénica ou multifatorial, o que implica que um determinado fenótipo resulta da interação de vários pares de genes alelos, cada um deles com um efeito parcial e interativo. A epigenética acrescenta que a relação entre genes e contexto não é aditiva mas sim multiplicativa. Para além do efeito de regulação dos genes entre si, existe uma interação recíproca entre o genoma e o contexto, mitigando qualquer determinismo *a priori*. Na linguagem dos sistemas complexos considera-se que existe um determinismo “em cascata”, na medida em que um determinado estado atual do sistema influencia o estado que lhe sucede. Existe, complementarmente, uma sensibilidade às condições iniciais do sistema, sendo que condições milimetricamente

dissemelhantes num momento precoce podem originar resultados dramaticamente diferentes num momento posterior (Barton, 1994; Lewis, 2000).

Os princípios aqui reproduzidos a propósito do funcionamento dos sistemas complexos operam quer no plano desenvolvimentista, ou seja, à escala do *life span*, quer no plano processual, ou seja, à escala do episódio emocional. Na construção do episódio emocional é negada a precedência de um qualquer elemento sobre os restantes, de forma que a sua emergência resulta de qualquer flutuação no fluxo integrado da percepção, cognição, ação e emoção. A relação entre cognição e emoção é de co-emergência e a sua relação determina que certos tipos de interpretação da realidade se façam acompanhar de determinadas emoções (por exemplo, a relação entre a interpretação de bloqueio e a zanga ou a interpretação de perigo e o medo). Não quer isto dizer que a interpretação causa a emoção, mas antes que existem determinadas relações cognição-emoção que tendem a co-variarem.

A organização dos sistemas complexos apela a um nível de observação ou de análise estrutural ou sistémico, em que a cada nível hierárquico um sistema possui propriedades funcionais “emergentes”, não previsíveis nos níveis anteriores. Esta perspetiva opõe-se a um nível de análise analítico, que visa a redução dos fenómenos complexos às suas unidades mais fundamentais, negligenciando as relações que lhes dão sentido (Reuchlin, 1999/2002). Nos sistemas complexos, um padrão existe porque existem relações e é impossível deduzir um padrão a partir dos elementos fundamentais. Esta noção apela a uma visão do mundo contextualista (Pepper, 1942), onde se privilegia a “qualidade” e a “textura” dos fenómenos que resultam da interação complexa de múltiplos fatores. Adequa-se a este propósito, a metáfora do caleidoscópio, em que, a cada momento, existe um efeito único e irrepitível que emerge da configuração dos elementos do contexto, ultrapassando a totalidade das propriedades desses componentes (Afonso, 2007).

Os padrões de um sistema não linear emergem espontaneamente como resultado de um conjunto de elementos em interação. As fases de transição constituem períodos de menor estabilidade e menor organização, o que abre caminho à descoberta de novos padrões de organização do sistema (Kelso, 1995). Os padrões de organização possíveis nos organismos vivos são múltiplos, no entanto, as possibilidades sofrem uma restrição sucessiva com o passar do tempo. O *state space* de um sistema funciona como um mapa, uma representação gráfica, dos estados possíveis de serem assumidos por esse sistema. A sua aparência é de uma superfície topográfica de montes e vales, representando repulsores e atratores, respetivamente (Lewis & Granic, 2000). Assim, o emparelhamento frequente entre determinados componentes, que configuram certos padrões

reconhecíveis, faz com que se formem determinados atratores, que por sua vez tornam recorrente a emergência desses padrões, na forma de emoções modais (Lewis & Granic, 1999). Assim, perante regularidades contextuais, o sistema possui regularidades em termos de organização, o que faz com que uma situação de despedida de alguém importante, por exemplo, faça emergir um padrão reconhecido de tristeza, envolvendo uma avaliação cognitiva da situação em termos de perda, bem como, uma expressão e tendência de ação consonantes.

Assim, a teoria dos sistemas complexos pode ter implicações para a própria definição de emoção. Podemos agora olhar para as definições de Scherer (2005) e Kleinginna e Kleinginna (1981) com uma lente de complexidade. Em primeiro lugar, parece justo afirmar que uma caracterização complexa deve dispensar-se a sugerir uma noção de causalidade linear ou a precedência de qualquer um dos elementos sobre os restantes, tal como afirmar que a mudança sincronizada dos subsistemas orgânicos são “resposta à avaliação de um estímulo” (Scherer, 2005). É de salientar que Klaus Scherer não é alheio à teoria dos sistemas não lineares. Na verdade, tentou já uma tradução do seu modelo componencial em termos da linguagem dos sistemas complexos (Scherer, 2000). Definiu emoção como “uma sequência de mudanças de estado” e reteve a tónica já referida na inter-relação e interdependência dos subsistemas. Não obstante, manteve propositadamente a ênfase na componente de *appraisal*, exatamente nos mesmos termos que já conhecemos, o que parece sugerir a precedência da avaliação cognitiva face aos restantes elementos. Este detalhe é bastante típico dos modelos de *appraisal*, dado o seu enquadramento na mundividência da ciência cognitiva, onde a metáfora computacional linear predomina há várias décadas (Lewis & Granic, 2000).

A definição de Kleinginna e Kleinginna (1981), por seu turno, afirma que “emoção é um conjunto complexo de interações entre fatores objetivos e subjetivos, mediados por um sistema neuro-hormonal que pode” - seguindo-se um conjunto de verbos como - “dar origem a”, “gerar”, “ativar” e “levar a”, para nomear as diferentes alterações nos vários componentes da emoção. Não é claro qual é exatamente o sujeito por detrás de todos os verbos, se “o conjunto de interações”, se o “sistema neuro-hormonal” ou se a emoção em si, no entanto, é meritória a ênfase nas interações entre os diversos componentes. Deve reconhecer-se, também, que a horizontalidade da linguagem torna difícil transmitir num parágrafo a natureza circular e recíproca das relações entre componentes tão cara à teoria dos sistemas complexos. Em todo o caso, esta dispõe de um conjunto de conceitos-chave que podem auxiliar numa descrição não reducionista do processo emocional. Nomeadamente, a descrição pode passar a ser feita em termos de um processo auto-organizado, caracterizado pela interação recíproca entre componentes (cognitivos, afetivos, fisiológicos, comportamentais, expressivos e

motivacionais), cuja organização resulta num padrão organizado, em função da interação complexa entre fatores externos e internos.

Ao sugerir que a emoção é um processo auto-organizado, não se despreza o facto de a emoção decorrer numa escala temporal. Salienta-se a fluidez e dinamismo da experiência emocional, embora se reconheça a existência de configurações “segregáveis”, em termos de figura-fundo, que se podem consubstanciar em termos de uma emoção discreta, traduzível numa palavra, por exemplo, tristeza. A auto-organização dispensa explicações centrais ou periféricas, processos *top-down* ou *bottom-up*, modelos de causa-efeito ou modelos que enfatizam a precedência de um qualquer mecanismo necessário e indispensável para “causar” uma emoção. Esta organização não dispensa a enunciação dos elementos ou subsistemas que se agregam para constituir as várias emoções, todavia, a sua interação recíproca e circular faz com que não só o todo seja mais que a soma das partes, mas também seja “diferente da soma das partes”, para utilizar a expressão de Kelso (1995). Em certa medida, é como se a emoção funcionasse como uma orquestra em que cada elemento é simultaneamente músico e maestro de todos os outros. Por fatores externos e internos, compreendem-se todas as variáveis em jogo a cada momento no contexto, o qual inclui o indivíduo, bem como, no indivíduo enquanto contexto. Por outras palavras, importa não somente o *input* do sistema mas também o próprio sistema e os seus estados atual, anterior e potencial.

## **2.4. Genealogia da ciência da emoção**

### **2.4.1. Antecedentes distais**

O interesse pelas emoções parece existir desde que há memória coletiva, todavia, a sua entrada definitiva para a agenda científica é um dado relativamente recente (Lench, Flores & Bench, 2011). O jugo behaviorista que dominou a investigação numa parte substancial do século passado determinou um certo desinteresse pelo estudo das emoções. Durante décadas, quase se contariam pelos dedos as obras científicas de relevo nesta área, pesem embora algumas notáveis exceções<sup>9</sup> (Keltner & Ekman, 2000). De certa forma, a recente proliferação de estudos sobre emoção e outras variáveis da ciência afetiva poderá ser um efeito do movimento do pêndulo intelectual, ora mais tendente à exploração dos aspetos racionais e, como tal, mais envolvido com as questões que concernem a conduta cognitiva, ora mais sensível aos aspetos passionais da vida psicológica e, por conseguinte, mais propenso ao estudo das condutas afetivas ou conativas.

---

<sup>9</sup> Gendron e Barrett (2009) notam que durante o período comportamentalista foram publicados alguns trabalhos com relevância no domínio da emoção, destacando os de Papez (1937) e MacLean (1949), no entanto, note-se que ambos se referem a estudos na área da neurobiologia.

O atual *Zeitgeist* parece oferecer uma oportunidade única de reenquadrar esta dicotomia secular. Cognição e emoção aparecem imiscuídas ao ponto de se considerar haver, por exemplo, uma inteligência emocional (Mayer, Salovey & Caruso, 2004). Não se procura mais uma racionalidade depurada de quaisquer elementos afetivos, da mesma forma que o funcionamento emocional não é concebido como independente de elementos cognitivos (e.g. Damásio, 1999/2000). Neste sentido, a evolução do estudo da emoção quase parece descrever uma trajetória dialética, feita de sucessivos debates onde se vincam as diferenças entre supostas contradições, de cujas tensões, todavia, se procura alcançar uma superação dos opostos (Hegel, 1807/1977). Se na dicotomia racionalidade-emoção se ensaiam formas progressivamente mais astutas de integração de ambas as condutas, permanecem vivas outras dicotomias assentes nas dissidências entre perspectivas discretas ou contínuas, biológicas ou construtivistas e, de forma mais fundamental, o vetusto *nature-nurture*.

Algumas das concepções que ainda hoje moderam o estudo científico da emoção são reminiscentes de períodos recuados da história da humanidade. Na antiguidade clássica, onde convencionalmente a história começa a ser contada, a emoção ainda não existia como tal, não obstante, os principais filósofos já se ocupavam da tentativa de conhecer e situar as “paixões” dentro da alma humana. No seu *Banquete*, Platão (trad. 2003) junta à mesa um painel de ilustres oradores para um elogio a *Eros*. Noite dentro, sucedem-se as dissertações sobre a natureza do amor. É a Pausânias que cabe inaugurar a distinção entre um *Eros* terreno e um *Eros* celeste, isto é, um amor vulgar e dado aos corpos, por um lado, e um amor que transcende a redoma material, por outro. Seria, contudo, à eloquência de Sócrates que caberia a explanação mais aplaudida. Na sua lógica ascendente, introduz o amor pelos corpos belos, formas sensíveis que dão progressivamente lugar ao inteligível, um amor pela beleza das almas mais que pelos corpos. Depois de contempladas as coisas belas numa gradação regular, o homem é capaz de passar do natural para o transcendental e é desta instância de amor que nos fica a ideia de um amor platónico, atualmente entendida como um enamoramento quase ascético.

Para entender a psicologia de Platão, é necessário considerar duas outras obras onde mais se discorre acerca do papel das paixões. São elas *Fédon* (trad. 1975) e a *República* (trad. 2005), ambas com uma visão ligeiramente distinta sobre o papel das paixões. Na primeira obra, o prenúncio da morte de Sócrates é o ponto de partida para o diálogo em que o próprio fundamenta a sua serenidade, através da sua noção sobre a imortalidade da alma. Para o filósofo, a morte representa a separação entre o corpo que desaparece e a alma que fica. No seu entendimento, a morte é, então, libertadora, pois o filósofo leva uma vida que se quer alheia aos desígnios do corpo, aos prazeres e à dor, em favor da procura pela razão pura. O corpo é intrusivo e distrator, pois preenche-nos de desejos,

luxúria, medos e fantasias. Talvez a maior apologia da razão em Fédon seja o próprio facto de, no leito de morte de Sócrates, se encetar um diálogo argumentativo sobre a natureza da alma humana. A perspectiva mais abonatória para as paixões surge com a obra *República*. Aqui, a dualidade corpo-alma é abandonada a favor de uma teoria mais sofisticada, baseada na tripartição da alma. As emoções são, então, incluídas numa estrutura triárquica, formada por um princípio racional, um irracional ou apetitivo e um terceiro princípio dito passional. A este último é dada a devida importância para a harmonia da estrutura, todavia, o princípio racional parece sobranceiro aos restantes, funcionando quase como um proto-ego freudiano, enquanto o princípio passional merece, na melhor das hipóteses, o título de aliado.

Se a ênfase da teoria platónica é colocada na temperança e na restrição das condutas afetivas, Aristóteles defende que as emoções devem ser sentidas na sua forma mais adequada (Leighton, 1995). Ao contrário de Platão, tem uma teoria própria das paixões, onde as define, examina e até enumera, sendo um dos primeiros precursores das listas de emoções. Na *Retórica* (trad.2010), define emoção como o sentimento que altera os homens, causando alterações nos seus julgamentos, e sendo informado pelo prazer e pela dor. O seu rigor na catalogação leva-o não apenas a enumerar sentimentos mas também a elencar um conjunto de situações, contextos e objetos evocadores.

A filosofia estoica é outra fonte profícua de elaboração sobre as emoções. O estoicismo é vulgarmente lembrado pela *apatheia*, um ideal de renúncia à comoção. A interpretação moderna do legado estoico poderá basear-se numa generalização um tanto grosseira do seu pensamento. Margaret Graver (2007) trata esta questão, argumentando que o naturalismo e a teleologia dos estoicos torna difícil aceitar que para eles as emoções sejam artefactos inúteis e indesejados. Exemplo disso é a sua função de sinalização do bem e do mal. Compreender a doutrina estoica sobre as emoções envolve compreender a sua filosofia, o que excede largamente as possibilidades desta breve digressão histórica. Em abono da simplicidade, pode-se afirmar apenas que para os filósofos deste movimento a racionalidade é determinante para a compreensão da emoção e seria com base na reinvenção destes princípios que, séculos mais tarde, se viria a instaurar uma autoproclamada revolução cognitiva. Na descrição estoica, a emoção consiste numa componente fisiológica cujo significado emocional é dado pelo julgamento que lhe é contíguo, ou seja, um coração a palpitar pode ser uma manifestação de zanga ou de alegria, consoante o conteúdo proposicional do julgamento sobre a situação. Como argumenta Epiteto (trad.1888), os homens não são perturbados pelos eventos, mas pela opinião que têm deles. Atualmente diríamos “representação”, “interpretação” ou “avaliação” mas manteríamos tudo o resto. Epiteto argumenta, por exemplo, que a morte não é em si mesma terrível. Se fosse, teria perturbado igualmente Sócrates, algo que, como vimos, não se verificou.

Com o avanço para as “trevas” da idade média, o entendimento da emoção torna-se progressivamente indissociável da teologia. Santo Agostinho foi um dos estudiosos medievais que se ocupou da emoção, no seu caso largamente inspirado pelos antecessores helénicos. Contende-se dos estoicos, pois não se quer jamais o homem desapaixonado. Até Jesus chorou e aos terrenos espera-se que cultivem o temor de Deus, amem os inimigos, desprezem os pecadores e conforjam perante o pecado (King, 2010). Da idade média fica também o legado de S. Tomás de Aquino, cuja alma unificada preserva ainda uma conceção das emoções do lado apetitivo, enfatiza as alterações somáticas associadas à emoção e gera uma taxonomia que se estabeleceu de forma bastante sólida durante a época medieval (King, 2012).

Em Descartes (1649/2010), o extenso e polémico debate dualista é passível de ser colocado em termos bastante simples. Tudo o que sintamos como nosso e que possamos ver pode ser atribuído ao corpo e tudo o que não consigamos conceber como tido de alguma forma por um corpo será pertence da alma. Obviamente que mais tarde ou mais cedo se iria levantar o problema das emoções, dado estas não pertencerem inteiramente a nenhuma das categorias. A resolução deste dilema iria esbarrar na profunda convicção numa “certa glândula muito pequena (...) cujos movimentos mais ínfimos podem alterar grandemente o curso dos espíritos próximos no seu curso pelo cérebro” (parte 1). Estes espíritos animais, uma espécie de micropartículas de sangue, são parte fundamental da definição de emoções. A percepção de um objeto perigoso, por exemplo, provoca a agitação dos espíritos de uma forma que irá provocar um movimento distintivo da glândula pineal, cinzelado por desígnio da natureza, informando a alma de que está na presença de uma paixão de medo. A alma pode agir, então, conduzindo o corpo às ações necessárias para lidar com essa emoção.

Com o advento do iluminismo, mantém-se a valorização da componente cognitiva da emoção. Neste período destaca-se a investida de David Hume sobre a ortodoxia religiosa, o que o leva a colocar a emoção no centro da moralidade. Efetivamente, argumenta, não é contra a razão preferir a destruição de metade do mundo, em vez de arranhar o próprio polegar (Solomon, 2008). Em Kant, a emoção pode cumprir uma função informativa do ponto de vista moral, no entanto, é à razão que cabe a deliberação e tomada de decisão ética. Da mesma forma, mantém que a emoção se faz de uma componente proposicional ou cognitiva, por um lado, e uma componente fisiológica, por outro (Borges, 2004). A viragem para o século XIX conhece uma rotação do pêndulo intelectual a favor das paixões. Nas palavras de Braunstein e Pewzner (1999), o culto da razão e da sociedade que marcou o espírito das luzes dá lugar à celebração do individual e do “irracional”. É um movimento da exterioridade para a interioridade e do racional para o passional que marca este período. Schneider (1998) reconhece as origens reativas do romantismo mas nega que tenha um objetivo de sobreposição à racionalidade.

Entende-o como a tentativa de alargar a abrangência do conhecimento com a informação oriunda do afeto e da intuição.

Assim como a ontogênese humana determina grandemente a formação dos credos que guardamos sobre nós mesmos e o mundo, a história de desenvolvimento de uma disciplina arrasta consigo legados cuja compreensão permite reenquadrar as noções modernas sobre qualquer um dos seus domínios. Tal como um genealogista, podemos ascender pelas ramificações da ciência da emoção, o que acaba por revelar um conjunto de linhagens de carácter muito próprio. Estas linhagens não são mais que uma sucessão de ascendentes definida a partir da filiação a determinados dogmas que perduram até hoje como brasões de uma família. O primado dos juízos sobre o mundo na resposta emocional ou a noção de que a natureza lava emoções a cinzel são ideias que precedem o *appraisal*, as emoções básicas e a própria emoção enquanto conceito. A herança das ideias não termina na descendência científica e influi nas concepções de senso comum que a ciência por vezes procura espelhar. Dos levianos dizemos que são dados a paixões platónicas, aos impassíveis chamamos estoicos e, quando nos entregamos afetivamente a algo, declaramo-nos entregues de corpo e alma.

#### **2.4.2. Antecedentes proximais**

Poderemos considerar o que foi dito até aqui como uma breve epítome de alguns antecedentes distais da psicologia da emoção. No que aos antecedentes proximais diz respeito, importa considerar os contributos que mais diretamente moldaram as três linhagens que se vão tratar de seguida, procurando-se reconstituir a sua genealogia. Em primeiro lugar, caracteriza-se a linhagem evolutiva e as emoções básicas, seguindo-se a família cognitiva e, por fim, a perspectiva construtivista.

##### **2.4.2.a. Linhagem evolutiva e as emoções básicas**

Em 1688, o pintor Charles Le Brun (1619-1690) apresentava-se perante a *Académie Royale de Peinture et de Sculpture* em Paris para apresentar a sua célebre conferência sobre as expressões gerais e particulares das paixões. O seu trabalho em torno da representação gráfica das emoções vai buscar fundamento teórico a Descartes. A filosofia cartesiana destaca a função preservativa das paixões, no sentido de reconhecer no mundo aquilo que nos poderá beneficiar ou magoar e dispor a nossa alma a querer aquilo que a natureza entende ser útil para nós. A providência da natureza determina que a alma humana esteja predisposta a experimentar um conjunto de emoções com utilidade para lidar com os objetos que encontra no seu contexto. Da mesma forma como Descartes prevê seis emoções básicas a partir das quais derivam todas as outras, Le Brun procura para a pintura

um código, um “alfabeto de uma semiótica das expressões” (Cottegnies, 2002). A razão pela qual o pintor Le Brun é trazido ao debate não se deve ao seu papel de precursor das teorias atuais da emoção mas, sobretudo, pela metáfora que a sua arte oferece para descrever as perspectivas que atualmente designamos por evolutivas, neodarwinistas, biológicas ou de emoções básicas. Le Brun determina cinco elementos fundamentais no rosto, que manipula a conveniência para construir as expressões da alma, indiferente às peculiaridades do seu objeto físico. Na sua obra, um nariz afunilado e a circularidade muito perfeita dos olhos proporciona uma gradação entre um ser humano aterrorizado e uma coruja, um homem de feição áspera e severa apresenta-se ao lado de um leão e assim sucessivamente num conjunto de obras que não exploram somente as maleabilidades do fâcies humano, como os seus isomorfismos com as formas animais.

As figuras híbridas de Le Brun, tal como as figuras mitológicas na antiguidade, corporizam a comunhão com a bestialidade e sugerem uma continuidade entre a expressão humana e a animal, que viria a conhecer a sua máxima expressão científica mais tarde com Darwin e a sua obra *The Expression of the Emotions in Man and Animals*. Darwin (1890/2009) reforça a doutrina da universalidade de algumas emoções, argumentando que “sempre que uns mesmos movimentos das feições ou do corpo expressam as mesmas emoções em várias raças distintas da humanidade, podemos inferir com muita probabilidade que essas expressões são verdadeiras, isto é, inatas ou instintivas” (p.16). Já foi referida anteriormente a proposta de James (1890; 1884) sobre a precedência da fisiologia na mecânica da emoção, proposta essa paralela à do dinamarquês Carl Lange (1834-1900). James é aqui referido sobretudo pela sua ênfase na orgânica da emoção, uma vez que o próprio vê pouca relevância em catalogar e descrever as emoções básicas. Tal como afirma, “possuindo o ganso que põe os ovos de ouro, a descrição de cada ovo já posto é da menor importância” (James, 1890, p.449).

Atualmente, as perspectivas que enfatizam o carácter discreto da emoção procuram frequentemente definir um conjunto de critérios que permitam segregar as várias emoções e distingui-las entre si. Por outras palavras, ocupam-se de definir os padrões segundo os quais um certo objeto configura ou não um ovo de ouro. Paul Ekman é, na atualidade, um dos representantes mais puros desta abordagem. Refere que a evidência o obrigou a reconhecer um número determinado de emoções, com base na forma como diferem entre si. Esta possibilidade significa apenas que as emoções podem ser concebidas como sendo discretas. O segundo sentido da palavra “básicas” tem que ver com a sua retenção filogenética, segundo o valor adaptativo que possuem para fazer face aos desafios do contexto (Ekman, 1992a, 1992b, 1999). Os critérios que reúnem maior consenso na literatura caracterizam as emoções básicas como sendo entidades discretas, delimitadas por uma

assinatura neurofisiológica, expressiva, afetiva e motivacional fixa, com origem filogenética e geralmente primitiva, no sentido de se associar predominantemente a estruturas subcorticais. Esta linhagem teórica procura isolar as regularidades da natureza e determinar a universalidade de certas emoções a partir da sua presença em todas as raças da humanidade e em alguns animais (Tracy & Randles, 2011).

A nossa experiência imediata dificilmente comporta a ideia de que toda a nossa vivência emocional se possa resumir a um conjunto de emoções que se contam pelos dedos. Por essa razão, as emoções básicas são muitas vezes vistas como cores primárias, a partir das quais se criam outras amálgamas mais complexas (Plutchik, 2000). Izard (2007), por exemplo, entende que uma emoção discreta ou um padrão constituído por várias destas emoções está sempre presente, mesmo que de forma não articulada. Assim, a percepção de continuidade da experiência emocional é explicada não em termos de um *core affect* ou de dimensões globais de ativação ou valência, mas sim de uma sucessão de emoções simples ou organizadas em padrões, cuja unidade básica é sempre uma emoção discreta. Emoções básicas e emoções discretas não são sinónimos, uma vez que uma emoção pode ser discreta e corresponder não a uma emoção básica mas, por exemplo, a um esquema emocional, uma estrutura afetivo-cognitiva que envolve processos cognitivos superiores e *appraisals* complexos (Izard, 2007, 2009).

#### **2.4.2.b. Linhagem cognitiva**

A linhagem cognitiva não pretende ser uma antítese do paradigma evolutivo. O seu surgimento na teoria da emoção é um efeito da tomada de posse da ciência cognitiva, em reação a uma psicologia onde sobrava pouco espaço para o estudo dos processos psicológicos privados. Relativamente à linhagem evolutiva, é uma abordagem mais antropocêntrica e menos orgânica. Para utilizar a terminologia de Panksepp (2012), funciona sobretudo ao nível dos processos secundários e terciários, enquanto o paradigma evolutivo favorece os primários. Damásio (1994/2009) coloca a mesma questão em termos de emoções primárias e secundárias e Mandler (2003) fala de teorias centrais e periféricas, a primeira delas mais mental/intelectual e com maior ênfase em processos do sistema nervoso central, a segunda mais orgânica ou visceral e com maior relevo para as respostas do sistema nervoso autónomo. Entre os vários argumentos adversos à proposta de James para a emoção, Walter Cannon (1927) apontava a inespecificidade da ativação visceral. Em paralelo, as experiências do médico espanhol Marañón (1924/1985) com injeções de adrenalina mostravam uma ativação fisiológica generalizada, em alguns casos descrita “como se” estivessem a sentir uma emoção. Um número

residual dos casos relatava uma experiência emocional completa, sobretudo, nos casos em que era evocada uma memória afetivamente pungente.

Para fazer sentido de tudo isto, Schachter e Singer, no seu clássico artigo de 1962, postulam que “Dado um estado de ativação fisiológica para o qual o indivíduo não tem uma explicação imediata, este irá rotular este estado e descrever a sua experiência em termos das cognições que lhe estão mais acessíveis” (p. 382). Estavam preparadas as condições para a entrada triunfal da revolução cognitiva, sobretudo, com a introdução do conceito de *appraisal* por Magda Arnold (1963) para significar uma avaliação imediata, inadvertida e quase automática de que algo, uma pessoa ou objeto, seja bom ou mau para nós. Segue-se o trabalho de Richard Lazarus (e.g. 1999) que introduz uma noção mais deliberada de *appraisal* e acrescenta a distinção entre *appraisal* primário e secundário. Assim, Sócrates não se atormentou ao olhar de frente para a morte em função da avaliação que fez relativamente ao seu fim, baseada nos seus valores, objetivos e crenças relativamente a si e ao mundo, o que lhe conferiu uma capacidade única de lidar com uma situação usualmente perturbadora. Os modelos cognitivos procuram, assim, responder não apenas à multiplicidade de respostas a um mesmo estímulo em diferentes pessoas, mas também à forma como a abundância de situações oferecidas pelo contexto se podem condensar num conjunto mais sucinto de emoções (Roseman & Smith, 2001). Neste sentido, alguns autores postulam dimensões de *appraisal* responsáveis pela diferenciação das emoções. Grosso modo, isto quer dizer que é a interpretação em termos de uma dimensão de “obstáculo” que provoca a zanga, independentemente da morfologia objetiva da situação (cf. Smith & Ellsworth, 1985; Scherer, 1982). A relação unívoca estímulo-resposta (S-R) é abandonada a favor da confluência de uma série de estímulos para um número menor de dimensões de interpretação que originam determinadas emoções (um modelo estímulo-organismo-resposta ou S-O-R).

#### **2.4.2.c. Linhagem construtivista**

Como vimos, não existe uma total dissemelhança entre os dois modelos anteriores. A maior agitação surge com a família construtivista, que marca uma clivagem radical com a perspetiva evolutiva e motiva um aceso debate entre defensores de ambas as famílias teóricas (Ortony & Turner, 1990; Ekman, 1992a; Barrett, 2006a; Panksepp, 2007; Lench, Flores & Bench, 2011; Lindquist et al., 2013). O construtivismo, na sua forma mais organizada, tem início a partir da década de 80 com o trabalho de James Averill (1980). A polémica relativa às emoções básicas tem expressão com Ortony & Turner (veja-se o controverso “*What’s basic about emotion?*” de 1990) e, com a viragem do milénio, o debate conhece um renovado vigor com Lisa Feldman Barrett (1998; 2006a). A insatisfação dos

construtivistas lembra o desabafo de James (1890) sobre as “entidades psíquicas eternas e sagradas”, o que os leva a contestar a visão das emoções como entidades e, sobretudo, como categorias naturais (Barrett, 2006a). O argumento oposto à perspectiva discreta das emoções pode ser resumido dizendo que “nem todos os estados mentais referidos pela mesma palavra têm uma aparência semelhante, são sentidos de forma semelhante nem têm uma assinatura fisiológica semelhante” (Barrett, 2009). As singularidades - que são ruído na procura das emoções universais – passam a ser o objeto de interesse da perspectiva construtivista, nomeadamente na procura das variações culturais das diferentes emoções.

Nas perspectivas construtivistas sociais mais radicais, são as contingências culturais que determinam a variabilidade emocional, enquanto as perspectivas construtivistas psicológicas, sendo mais moderadas e menos reducionistas, consideram inútil tomar os episódios discretos (i.e. “raiva” ou “tristeza”), como sendo os blocos básicos ou os átomos da emoção. As categorias discretas serão, estas sim, produtos da aprendizagem e da cultura, enquanto os ingredientes psicológicos básicos que compõem a emoção são visto como produtos da herança evolutiva. O ato conceptual de Barret (2006b; 2009; 2011; 2012) descreve o processo emocional como uma segregação do *core affect* em termos de figura-fundo, por meio da categorização. O *core affect* é definido como o fluxo constante de alterações transitórias no estado neurofisiológico e somatovisceral do organismo em representação da sua relação com a corrente do contexto, ou seja, uma espécie de barómetro neurofisiológico que comporta uma avaliação do mundo, em termos do seu significado para o organismo (e.g. da sua relevância e valor). Nega-se, assim, que as emoções sejam categorias naturais, abatem-se os seus limites e a sua catalogação torna-se secundária. A atenção é virada, então, para outros primitivos psicológicos, nomeadamente, o *core affect*, definido como variando em termos de um contínuo de valência e, em menor grau, de ativação (Yik, Russell & Barrett, 1999; ver também Watson e Tellegen, 1985 para um modelo popular de afeto positivo-negativo). Pelo facto de explicarem as emoções com recurso a grandes “eixos” afetivos, os modelos construtivistas são por vezes classificados como dimensionais, encontrando as suas origens em teorizações anteriores, como é exemplo a de Wundt (1897). A proposta construtivista tem semelhanças reconhecidas com o modelo de Schachter e Singer (1962) e partilha a ideia global de que as emoções dependem de um processo de atribuição de significado à experiência. Por outro lado, demarcam-se dos modelos cognitivos tradicionais por não conceberem a emoção como resultado de uma avaliação direta das situações, mas antes da avaliação de um estado do organismo em relação ao contexto (entenda-se: o *core affect*).

Olhando para o estado atual da teoria da emoção, podemos ver uma selva e simultaneamente um jardim em emergência. Da mesma forma que as emoções em si mesmas podem ser vistas como

uma sucessão entre organização e desorganização, o domínio científico que se ocupa do estudo das emoções, a tal “ciência afetiva”, poderá estar também numa fase de transição do caos para a ordem. Indiscutivelmente, o interesse pelas variáveis afetivas está em expansão e isso traz novas exigências. Nenhum dos paradigmas descritos parece responder na totalidade às necessidades que se levantam, o que faz com que a investigação não se centre nitidamente em torno de uma linha de investigação, da mesma forma como os mercados se “fixam” de maneira auto-organizada num determinado formato audiovisual, seja no conflito entre o *Betamax* e o *VHS* ou, mais tarde, entre o *HD DVD* e o *Blu-ray*. Importa saber se essa ordem é sequer um objetivo viável e legítimo para a psicologia da emoção. Tal como num sistema psicológico, a excessiva ordem significa rigidez, cristalização, inflexibilidade, características indesejáveis para um organismo cuja sobrevivência depende da adaptabilidade. Da mesma forma, um efeito de “*lock-in*” de um determinado paradigma pode não acrescentar muito às capacidades do domínio para dar respostas à emergência de novos dados e novos problemas. A agitação que se verifica com a fricção paradigmática pode ser vista como uma perturbação, no entanto, a comunidade científica é forçada a abandonar o movimento de proliferação aditivo, com base numa única visão do mundo e ganha renovado fulgor o debate aos níveis epistemológico, ontológico, teórico e metodológico. A desorganização não inutiliza necessariamente o conceito de emoção nem a própria ciência afetiva, da mesma forma que a fragmentação não tem de ser vista como manifestação de um domínio esgotado, irremediável ou votado ao fracasso. O caos excessivo origina demasiada imprevisibilidade para que possa ser manejável, da mesma forma que a organização excessiva culmina em esterilidade. A desorganização pode, então, não ser mais que um sintoma de que o domínio da emoção está vivo. Os sistemas dependem das fases de transição para que exista reorganização, flexibilidade e transformação e é neste limbo entre o caos e a ordem que emerge a complexidade.

## **2.5. Um segundo sentido para a “complexidade”: o constructo de complexidade emocional**

Se até aqui foi tratada a forma como as várias orientações teóricas diferenciam as emoções entre si, importa agora tomar a pessoa como unidade de análise e compreender de que forma cada um faz a diferenciação das suas próprias emoções. Este é um segundo sentido para a palavra “complexidade” aplicada às emoções. Uma pessoa “emocionalmente complexa” é descrita como envolvida numa experiência emocional vasta e variada, abrangendo uma ampla gama de emoções que é capaz de distinguir com precisão, atende às *nuances* que diferenciam emoções próximas entre si e consegue articular emoções agradáveis e desagradáveis de forma complementar (Kang & Shaver, 2004; Lindquist & Barrett, 2008).

É possível conceber as emoções como um sistema de resposta às regularidades do contexto e que nos permite responder às exigências colocadas, tanto pelas circunstâncias relativas à preservação da vida, como as relativas à adaptação social. Do ponto de vista individual, a complexidade emocional pode ser pensada como um sistema de mapeamento da paisagem emocional, de forma análoga ao que o sistema visual faz relativamente à percepção do mundo. Importará, portanto, ao psicólogo determinar em que consiste uma experiência emocional complexa ou bem diferenciada, da mesma forma que importa ao oftalmologista definir o que é uma boa visão.

A diferenciação emocional poderá ser equiparada à acuidade visual, esta última definida como o reconhecimento da separação angular entre dois pontos no espaço, do qual resulta a nitidez e a resolução da imagem percebida. O método mais clássico para avaliar a acuidade visual é a conhecida tabela de Snellen, onde figuram caracteres de dimensão decrescente, cujo reconhecimento depende da capacidade de perceber como distintos, dois pontos muito próximos entre si. Apreender uma imagem nítida é uma condição necessária mas não suficiente para distinguir objetos. Uma pessoa com discromatopsia (e.g. daltonismo) pode nomear todas as cores de uma caixa de lápis, atendendo apenas à gradação de outras variáveis como o brilho ou a saturação. Apesar disso, a percepção da cor não apenas acrescenta beleza, como permite utilizar a informação cromática para segregar facilmente um objeto relativamente a um fundo. Basta ver a forma como a natureza faz uso deste princípio na coloração críptica de alguns seres palatáveis. Nas suas várias formas, a discromatopsia impossibilita a percepção de algumas zonas do espectro de luz visível ou, no caso mais severo da acromatopsia, toda a percepção visual se resume a variações numa escala de cinzentos.

A problemática da experiência emocional tem contornos semelhantes. Pessoas com elevada granularidade emocional são capazes de relatar a sua experiência em termos discretos, traduzindo-a em termos qualitativamente diferentes. A baixa granularidade emocional, por seu turno, manifesta-se numa menor precisão na utilização desses mesmos termos, o que em alguns casos corresponde a uma descrição em termos afetivos globais, variando apenas em grau (e.g. valência) e não em qualidade. Do ponto de vista do vocabulário, a granularidade subentende a utilização de termos tão específicos quanto possível, discriminando a “zanga” de outros estados semelhantes ou mais específicos, como raiva, ira, frustração ou irritação (Lindquist & Barrett, 2008). De um ponto de vista desenvolvimentista, é frequente considerar-se que as experiências emocionais mais precoces partem de uma qualidade global de prazer e desagrado para uma diferenciação progressiva com contornos hierárquicos, isto é, com níveis consecutivamente mais específicos de emoções (Widen & Russell, 2008). A complexidade emocional depende, como vimos, da definição clara dos contornos da experiência emocional, mas também da amplitude do espectro da emoção “visível” à pessoa. Assim,

para Kang e Shaver (2004), a complexidade emocional depende da capacidade de fazer distinções subtis entre emoções semelhantes e da amplitude ou vastidão da experiência emocional.

A constatação da variabilidade intraindividual em termos da experiência emocional é importante porque mostra que quando tomada a pessoa como unidade de análise, a utilidade de um modelo predominantemente discreto ou predominantemente dimensional depende da estrutura afetiva que emerge do ponto de vista idiográfico e não somente de estruturas afetivas nomotéticas generalizáveis nos mesmos termos para toda a espécie humana (Barrett, 1998). Os primeiros estudos em torno do constructo de complexidade afetiva ou de complexidade emocional, consoante a designação escolhida, surgiram por volta da década de 60 (e.g. Wessman & Rick, citado em Kang & Shaver, 2004). O carácter idiográfico desses trabalhos pioneiros reflete-se nas opções metodológicas tomadas, inicialmente com recurso aos planos fatoriais P descritos por Raymond Cattell (1952), uma metodologia que assenta na aplicação dos princípios de análise fatorial a um conjunto de ocasiões numa série temporal relativa a um indivíduo numa amostra.

Ao longo do tempo, as formas de avaliar a complexidade emocional foram-se diversificando e atualmente os indicadores longitudinais mais comuns com base no *self-report* da experiência emocional podem ser agrupados em quatro indicadores principais (Grühn et al., 2013), a saber, a) *índice de covariação* baseado na correlação intraindividual relativa a grandes dimensões de afeto positivo e negativo, em que uma correlação igual a zero indica independência das duas dimensões (nível mais complexo/adaptativo) e uma correlação de -1 indicaria a experiência em termos de uma mesma dimensão bipolar (nível menos adaptativo)<sup>10</sup>; b) *índice de componentes* baseado na análise em componentes principais, em que a complexidade será tanto maior quanto maior o número de fatores extraídos, considerando-se ainda a magnitude da variância não explicada pelo primeiro fator; c) *índice de granularidade* correspondente às correlações intra-classe para as várias emoções, em que uma elevada correlação entre pares de termos emocionais poderá corresponder a uma baixa diferenciação; e d) índice de variabilidade que pode ser calculado a partir do desvio padrão dos vários termos emocionais referentes ao afeto “positivo” e “negativo”.

Para além desta perspetiva mais disposicional, distingue-se uma abordagem mais cognitiva, onde a complexidade emocional resulta de sucessivos movimentos de diferenciação e integração para representações de nível ascendente de complexidade. Exemplo desta abordagem é o modelo

---

<sup>10</sup> Esta noção é equivalente à de “dialética” emocional (Lindquist & Barrett, 2008) que subentende integração dos opostos e tolerância à contradição. O mau não é visto como a antítese do bom, como no caso mais típico dos países ocidentais. Pelo contrário, todo o bom integra algo do mau e vice-versa.

desenvolvimentista de inspiração piagetiana de Lane e Schwartz (citado em Lane, Quinlan, Schwartz, Walker & Zeitlin, 1990). Neste modelo, existe uma hierarquia de estádios de desenvolvimento consecutivamente mais complexos, desde um primeiro estágio focado nas sensações corporais, seguindo-se outro focado nas tendências de ação, até ao surgimento das emoções simples e, posteriormente, amálgamas de emoções e combinações de amálgamas de emoções reconhecidas quer no próprio, quer no outro. A escala de avaliação dos níveis de atenção emocional (*Levels of Emotional Awareness Scale – LEAS*) utiliza um conjunto de cenários interpessoais, em função dos quais se endereçam duas questões abertas, nomeadamente, “como se sentiria?” e “como acha que a outra pessoa se sentiria?”. É com base na cotação qualitativa das respostas que se localiza a pessoa relativamente à hierarquia acima descrita.

Em Lindquist e Barrett (2008), a complexidade reflete as diferenças individuais em termos da estrutura e conteúdos do sistema conceptual, isto é, do repertório de representações mentais das emoções. Essas representações não são simbólicas e amodais, mas sim simulações mentais com referência às modalidades sensoriais da experiência, por outras palavras, o conhecimento sobre as emoções não é descritivo, mas sim experiencial<sup>11</sup>. O efeito multiplicativo entre um sistema de representações altamente flexível, as circunstâncias variáveis da situação presente e as oscilações ao nível do sistema afetivo (*core affect*) resultam numa experiência emocional altamente complexa. A avaliação desta construção comporta sempre um grau considerável de simplificação, pelo que - e apesar das limitações e de alguma incoerência conceptual - os estudos centrados nos conceitos emocionais tendem a depender sobretudo do repertório lexical das pessoas.

Pese embora a diversidade conceptual e metodológica subjacente aos diferentes modelos de complexidade emocional, importa reconhecer que níveis mais elevados de complexidade emocional se revestem de alguma vantagem adaptativa para a pessoa. Os indicadores temporais de complexidade parecem estar associados à regulação emocional, sobretudo os indicadores de diferenciação da experiência emocional mais intensa e desagradável (Barrett, Gross, Christensen & Benvenuto, 2001). Da mesma forma, parece haver alguma evidência no sentido de uma granularidade diminuída na perturbação de personalidade *borderline*, privilegiando as variações em termos de uma dimensão de valência e não tanto em termos da ativação (Suvak et al., 2011). Nos estudos com adultos mais velhos, uma menor diferenciação emocional parece associar-se a níveis superiores de neuroticismo (Ready, Åkerstedt & Mroczek, 2011) e a maior stresse percebido, enquanto a uma maior diferenciação emocional se associa uma maior disposição para a resiliência (Ong & Bergeman, 2004). Da mesma

---

<sup>11</sup> Para uma revisão da “*embodied-simulation theory*” aplicada aos conceitos emocionais ver Niedenthal (2008)

forma, a complexidade emocional avaliada a partir da RDEES (*The Range and Differentiation of Emotional Experience Scale* - Kang & Shaver, 2004) parece estar relacionada com menores níveis de alexitimia e maiores níveis de adaptação interpessoal.

Um estudo mais recente (Grühn et al., 2013) não só falhou em encontrar relação entre alguns indicadores temporais de complexidade emocional e algumas medidas de funcionamento adaptativo, como a própria relação entre os vários indicadores parece ser melhor explicada por uma solução fatorial em quatro componentes principais não correlacionados entre si. Em particular, as medidas mais associadas à variabilidade emocional parecem associar-se a menores níveis de bem-estar subjetivo, enquanto os indicadores de granularidade para as emoções desagradáveis e a variabilidade de emoções agradáveis se associam a algumas dimensões de funcionamento adaptativo como autoaceitação, crescimento pessoal e menor neuroticismo. A heterogeneidade assinalada neste estudo levanta importantes questões metodológicas. Não só os diferentes índices baseados em séries temporais têm significados muito diferentes em termos do funcionamento psicológico, como a relação com outras medidas transversais do constructo parece acusar alguma dispersão. A escala de complexidade emocional RDEES apresenta correlações modestas com a escala de níveis de atenção emocional LEAS (.30) e com medidas de variabilidade (.24) e diversidade emocional (.27) com base em registos diários (Kang & Shaver, 2004). De acordo com Lindquist e Barrett (2008), medidas longitudinais relativas à granularidade emocional parecem não estar relacionadas nem com os resultados da RDEES nem com os resultados da LEAS.

Para compreender este quadro de divergência devem desenhar-se possíveis explicações, entre as quais surge como mais imediata a já implicitamente aludida questão da variância de método que se introduz quando as formas de avaliação são tão diversificadas. Naturalmente, as diferentes opções a este nível não são caprichos metodológicos e procuram, antes, espelhar a conceptualização teórica que lhes serve de base. Em última análise, está em causa o isomorfismo entre a atribuição de números e as transformações matemáticas que sobre eles se operam e as propriedades do objeto de estudo no mundo empírico (e.g. Stevens, 1946). No domínio da inteligência emocional, por exemplo, vigoram duas fações com posições conceptuais e metodológicas distintas. A uma visão de inteligência emocional como um traço, definida como uma constelação de autopercepções situadas nos níveis mais baixos da hierarquia da personalidade, corresponde uma abordagem de avaliação baseada no formato de comportamento típico (Petrides, 2011). Uma definição de inteligência emocional como envolvendo a) capacidade de perceber, julgar e expressar emoções adequadamente; b) aceder e gerar pensamentos para facilitar pensamento; c) conhecer e compreender emoções; e d) regular emoções para promover o crescimento emocional e intelectual (Mayer & Salovey, 1997), revela uma conceção

de inteligência emocional como uma aptidão de charneira entre emoção e cognição, sendo melhor avaliada por uma medida de desempenho máximo (Mayer, Salovey, Caruso & Sitarenios, 2003; Papadogiannis, Logan & Sitarenios, 2009).

A questão da classificação das técnicas de avaliação das emoções comporta também alguma diversidade, sendo que alguns autores distinguem entre medidas de autorrelato da personalidade (e.g. “com que frequência experienciou raiva?”) e medidas de autorrelato de aptidão (e.g. “sinto-me frequentemente confuso em relação a que emoção estou a sentir”), para além das medidas de desempenho máximo (Ciarrochi, Caputi & Mayer, 2003). Num estudo com um conjunto de diferentes medidas relacionadas com competências emocionais, as medidas de comportamento típico mostraram-se bastante correlacionadas entre si (entre  $|.40|$  e  $|.60|$ ), sendo que no caso da alexitimia, por exemplo, são maiores as correlações entre a TAS-20 e outras medidas de comportamento típico (e.g. *Trait Meta Mood Scale*) do que com outras medidas de avaliação de alexitimia por hétero-relato ou por entrevista clínica (Lumley, Gustavson, Partridge & Labouvie-Vief, 2005). Neste caso, existe uma variabilidade acrescida pelo facto de se introduzirem juízos de terceiros, no entanto, a polémica da inteligência emocional subsiste pelo facto de não se verificar convergência entre dois formatos de avaliação de um mesmo constructo aplicados a uma mesma pessoa num mesmo momento no tempo (Petrides, 2011; Davis & Humphrey, 2014).

No caso particular da complexidade emocional, há ainda muito por descobrir relativamente à complementaridade dos diferentes métodos de avaliação. Lindquist e Barrett (2008) exploram algumas hipóteses para a falta de convergência, que tanto pode sinalizar insuficiência ao nível dos instrumentos de avaliação, como da conceptualização do constructo. Uma das explicações alternativas avançadas supõe que as diferentes medidas podem ser meramente indicadores causais da complexidade emocional, de maneira que o constructo emergiria das várias partes medidas não correlacionadas entre si.

## **2.6. Singularidades e desafios na avaliação de emoções**

Na secção anterior, introduziram-se algumas das dificuldades inerentes ao estudo da complexidade e diferenciação emocional. Tratando-se de um constructo na órbita das variáveis emocionais, importa discorrer brevemente sobre alguns dos desafios que se colocam globalmente na avaliação de emoções. Para alguns autores, uma das dificuldades a montante de qualquer tentativa de avaliação é a da sua definição, algo que, como vimos, permanece aberto a discussão (Scherer, 2005). Recuperando o que já foi dito a propósito da conceção de emoções como sistemas complexos, foi proposto que se deve contemplar a relação interativa entre os diferentes componentes que são

chamados a compor o processo emocional. Se os padrões com significado para o observador (e.g. uma emoção de zanga) só são providos de sentido quando apreendidas as relações entre os elementos, então, a avaliação da zanga deveria acompanhar as variações dos subsistemas fisiológico, cognitivo, afetivo, comportamental ou motivacional ao longo do desenrolar do episódio emocional. Uma avaliação desta natureza requer um dispositivo experimental altamente complexo, razão pela qual a unidade de observação se situa, na maior parte das vezes, ao nível dos subcomponentes da emoção (e.g. a expressão facial de zanga). Nesse sentido, parece existir um hiato considerável entre a sofisticação das conceptualizações teóricas e os recursos disponíveis para sua implementação no plano empírico.

A mais bem-intencionada das teorias componenciais da emoção acaba por esbarrar na impossibilidade de apreender o todo e parece ter de se contentar somente com a parte. Acresce ainda que os vários subsistemas da emoção têm naturezas e ritmos diferentes e não são peças exclusivas da emoção, mas elencam igualmente outros sistemas<sup>12</sup>. A avaliação destes diferentes “canais” da emoção requer, portanto, o emprego de uma multiplicidade de métodos, consoante a sua adequação à natureza do objeto que se pretende medir. Nesse sentido, a investigação desdobra-se em medidas subjetivas (e.g. técnicas de autorrelato para avaliação da experiência subjetiva), objetivas (e.g. medidas autonómicas para avaliação da componente psicofisiológica da emoção), por observação (e.g. no caso da avaliação por observação e codificação da expressão facial), entre outras (para uma revisão, ver Larsen & Fredrickson, 1999).

Uma emoção tem sempre um tempo e um espaço. As definições processuais de emoção implicam que representar as emoções como pontos isolados numa cadeia temporal é necessariamente um artificialismo, pois são as variações no tempo que dão sentido à emoção. Da mesma forma, uma emoção não pode ser isolada de um espaço, por outras palavras, de um contexto. Tradicionalmente, essa dificuldade é circundada através da introdução de procedimentos para a elicitación de emoções, através de estímulos visuais, auditivos, olfativos, recuperação mnésica, *priming* e manipulações contextuais, apenas para citar alguns exemplos (para uma revisão ver Lench et al., 2011), o que, em todo o caso, está longe da riqueza da realidade quotidiana. Alguns estudos com séries temporais optam por tentar transportar a avaliação para o contexto vivido (*experience sampling*), em vez do seu inverso, algo que se consegue através da prática de autorregistos, atualmente facilitada pelas

---

<sup>12</sup> O sistema nervoso autónomo, por exemplo, ocupa-se da manutenção da homeostase, assim como a experiência consciente acompanha tanto o processamento emocional como o cognitivo.

tecnologias que permitem o registo imediato dos dados, à distância, em dispositivos portáteis (e.g. Eaton & Funder, 2001).

A transposição dos modelos teóricos para o terreno empírico comporta, por vezes, uma certa desvirtuação epistemológica. No caso particular da emoção, a conceptualização em termos da teoria dos sistemas complexos, anteriormente mencionada, apela a uma visão do mundo contextualista, alicerçada em princípios sistémicos, cuja aplicação comporta diversas limitações. Uma primeira já foi mencionada a propósito da imposição do reducionismo, na medida em que as totalidades ou configurações que dão sentido à emoção são reduzidas a elementos ou subconjuntos de elementos. Para além dessa dificuldade, o contextualismo levanta outros desafios à avaliação psicológica. Em particular, Afonso (2013) argumenta que o respeito que esta visão do mundo deve à complexidade dos fenómenos inflaciona a complexidade metodológica e, nesse sentido, não compete com a parcimónia descritiva de outras visões do mundo. Em causa está a dificuldade de apreender a miríade de fatores que confluem para determinado fenómeno, as relações entre esses fenómenos a diversos níveis e, ainda, a dimensão temporal que lhe está inerente. A esta primeira tradução para uma linguagem metodológica, segue-se uma tradução em termos de análise ou do sentido a atribuir aos dados recolhidos, isto é, a linguagem estatística. Na sua forma tradicional, as técnicas de análise estatística radicam em abordagens predominantemente aditivas enquanto os fenómenos na aceção contextualista se afiguram como multiplicativos. O conjunto de transduções que se infligem aos objetos de estudo não podem deixar de levantar interrogações quanto à legitimidade de tais operações, vulnerabilizando o investigador a uma certa “agonia epistemológica”.

O presente trabalho, aliás, revê-se nessas dificuldades, ao reconhecer a insuficiência das técnicas tradicionais para responder aos desafios do contextualismo que são, no fundo, os desafios da complexidade. No caso concreto da complexidade emocional, o constructo que deu origem a uma nova escala de avaliação (*Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional*) a ser apresentada a seguir, não se levantam exatamente os mesmos problemas da avaliação das emoções na sua totalidade. De entre todos os componentes da emoção, a complexidade emocional envolve, sobretudo, a dimensão da experiência consciente da emoção, ou antes, o sentimento da emoção. Neste caso, a avaliação dessa dimensão faz-se de forma indireta, recorrendo, sobretudo, à linguagem, não obstante a simplificação que isso comporta. Naturalmente, esta não é uma limitação exclusiva da avaliação deste constructo e, em rigor, grande parte dos instrumentos de avaliação psicológica dependem largamente da linguagem. Esta é, na verdade, outra das limitações da aplicação do contextualismo aplicado à avaliação psicológica (Afonso, 2013), uma vez que a linguagem é, por natureza, linear e isso dificulta, à partida, o esforço de tradução de realidades complexas.

Embora sem a pretensão de apreender a totalidade do processo emocional, o constructo de complexidade emocional não está imune aos desafios da elicitação de emoções. Pretendeu-se que assim fosse na construção da ECDE, pois de outra forma a avaliação remeteria unicamente para processos cognitivos, o que parece contrariar a própria definição de base do constructo. Na verdade, a pluralidade de conceptualizações a respeito da complexidade emocional, colocam-na num ponto de intersecção entre os planos emocional, cognitivo e de personalidade. Neste sentido, nenhum formato de avaliação em isolado se poderá assumir como inteiramente legítimo para a medição deste constructo. Foi já referido o caso da inteligência emocional, em que as hostes se parecem dividir em torno de um formato de comportamento típico ou de um outro de desempenho máximo, consoante a conceptualização que lhe está subjacente. Da mesma forma, se quisermos assumir que a complexidade emocional não é cognição, não é emoção, não é personalidade, mas sim, tudo isso em simultâneo, as opções metodológicas devem ser consonantes. Do ponto de vista dos sistemas complexos, o encapsulamento em redomas cognitivas, emocionais e afins é também um artificialismo, pois todos estes sistemas interagem entre si de formas complexas, proporcionando configurações que são compostas por elementos oriundos desses vários sistemas (Lewis, 2000). Mais uma vez, nenhuma destas categorizações é tão pura quanto a nossa linguagem poderá fazer acreditar. Em todo o caso, se, conceptualmente, pretendemos uma representação nítida de todos esses componentes do constructo, então, metodologicamente, deve-se assegurar que existem condições para cobrir todos esses aspetos. Na microscopia, a utilização de um determinado corante isoladamente pode revelar determinadas estruturas ou organelos de uma célula. Para conhecer o remanescente da realidade citológica, terá de se combinar diferentes técnicas de coloração que permitam observar outros dos seus subcomponentes. No caso da avaliação psicológica e, em particular no caso da avaliação da complexidade emocional, deve-se assegurar que a metodologia empregue permite tornar “visíveis” todos esses aspetos com relevância para a observação. Por esse motivo, a ECDE procura integrar itens numa lógica de desempenho máximo e outros de comportamento típico, para representar as interações entre os aspetos cognitivos e emocionais, no primeiro caso, e as interações entre as diferentes escalas temporais da emoção com implicação para os aspetos mais estáveis do funcionamento psicológico, no segundo.

### 3. Metodologia

#### 3.1. Objetivos e Hipóteses

Será que existem pessoas emocionalmente complexas? Na perspectiva de um leigo, a resposta poderá ser afirmativa. Intuitivamente, compreende-se que as pessoas variam entre si na complexidade da sua experiência emocional. Da mesma forma que somos capazes de reconhecer o prodígio cognitivo, podemos aceitar igualmente a ideia de que alguns de nós possuem características de exceção emocional (Averill, 2011). O termo “complexidade” pode sugerir essa interpretação de virtuosidade, como se a uma maior complexidade correspondesse maior exceção e, eventualmente, maior vantagem adaptativa. Na transposição para o plano científico, contudo, esta observação não é óbvia. A delimitação da complexidade emocional não é pacífica, como vimos, e a vantagem da utilização científica do termo dependerá da sua capacidade de acrescentar valor ao que já é estudado no âmbito das emoções. Assim, importa, por um lado, estudar a robustez do constructo em si mesmo e, por outro, situá-lo face a um universo de variáveis psicológicas relevantes. Esse intento é indissociável das questões da medida, pelo que, neste trabalho, nos ocupamos do desenvolvimento de um instrumento para a sua avaliação: a *Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional*.

Conforme já foi referido, existe uma dificuldade quanto à convergência das diferentes formas de avaliação da complexidade emocional, não somente pela baixa afinidade entre os vários indicadores do constructo, como pelo seu significado, conforme se denota nas suas relações com diferentes variáveis. A ECDE procura articular diferentes formas de avaliação da complexidade emocional num mesmo instrumento, onde se distinguem dois grandes eixos essenciais do ponto de vista das técnicas, nomeadamente, um eixo de desempenho máximo e um outro de comportamento típico. Dentro do eixo de desempenho máximo, assinalam-se ainda diferentes estratégias de cotação passíveis de terem impacto nos resultados. Uma das questões que se levanta é, então, a de observar o impacto desta heterogeneidade metodológica sobre os resultados da escala, quer ao nível interno, nas intercorrelações entre subtestes, quer ao nível externo, nas correlações com as diferentes variáveis da bateria de validação. No que diz respeito a estas últimas, é esperado que a secção de comportamento típico da ECDE apresente correlações mais elevadas com as escalas de alexitimia e complexidade emocional, também elas no formato de comportamento típico, relativamente aos indicadores de desempenho máximo da ECDE, para os quais se esperam correlações menores (Lumley et al., 2005; Joseph & Newman, 2010).

No que diz respeito às relações com variáveis externas, podem desenhar-se três grandes hipóteses, consoante os instrumentos incluídos no estudo de validação, a saber:

Hipótese 1: A correlação entre a ECDE e a medida de Alexitimia é elevada no sentido negativo

Hipótese 2: A correlação entre a ECDE e outra medida de Complexidade Emocional é elevada no sentido positivo

Hipótese 3: A correlação entre a ECDE e a medida de Compreensão Verbal é moderada ou baixa no sentido positivo

É possível colocar, igualmente, algumas questões no plano das relações com as variáveis sociodemográficas. De acordo com a teoria da Seletividade Socio-Emocional, a percepção da finitude da vida promove uma reorientação para os objetivos emocionais (Carstensen, Isaacowitz, & Charles, 1999; Carstensen, 2006), o que terá por consequência uma qualidade da experiência emocional melhorada na idade avançada em relação aos grupos etários mais jovens (Carstensen et al., 2011). No caso concreto da complexidade emocional, existe algum apoio para esta tese (e.g. Carstensen, Pasupathi, Mayr, & Nesselroade, 2000), no entanto, as evidências são mistas e parece haver uma grande dependência dos métodos de avaliação utilizados (Ready, Carvalho, & Weinberger, 2008; Hay & Diehl, 2011). Considerando estas inconsistências, não se considera adequado delinear uma hipótese global, mantendo-se, assim, em aberto averiguar como a complexidade emocional, conforme avaliada com a ECDE, se relaciona com a idade.

No que ao género diz respeito, o cenário é idêntico. Culturalmente, parece subsistir a ideia de que o sexo feminino é mais “emocional” e, por conseguinte, as mulheres tendem a ser consideradas como mais competentes emocionalmente (Barrett, Robin, Pietromonaco, & Eyssell, 1998). Os estudos sobre a complexidade do conhecimento emocional, conforme avaliado pela escala LEAS, favorecem consistentemente as mulheres (Barrett, Lane, Sechrest, & Schwartz, 2000), e mesmo na versão infantil da escala, parece haver uma tendência para resultados superiores no grupo das raparigas, mesmo quando a competência verbal é controlada (Bajgar, Ciarrochi, Lane, & Deane, 2005). Quando avaliada segundo o número de fatores necessários para organizar a estrutura afetiva intraindividual, não se verificam diferenças entre géneros (Larsen & Cutler, 1996), da mesma forma como quando avaliada com a escala de comportamento típico, RDEES (Kang & Shaver, 2004). A dialética emocional, por seu turno, parece depender, em larga medida, das culturas a partir das quais se compõem as amostras. Bagozzi, Wong e Yi (1999) sugerem que as mulheres tendem a extremar a posição assumida pelo seu grupo cultural, com as mulheres ocidentais a apresentarem um padrão bipolar mais acentuado que os homens da sua cultura e as mulheres orientais a apresentarem um padrão dialético mais acentuado que os homens da sua cultura. Tal como no caso da idade, verificar-se-á a existência de possíveis

diferenças entre géneros no caso da complexidade emocional avaliada pela ECDE, sem delinear nenhuma hipótese de partida.

### **3.2. Procedimentos e participantes**

#### **3.2.1. Estudo prévio**

Como já foi referido, o presente trabalho assenta grandemente sobre a conceção de uma escala para avaliação da complexidade emocional. Embora alguns autores situem a diferenciação emocional como uma componente da complexidade emocional (e.g. Kang & Shaver, 2004), considerou-se que o peso relativo da diferenciação nesta escala justifica o seu destaque no título. Os primeiros esforços deste trabalho centraram-se, então, na reunião de elementos necessários à construção da escala. A elaboração dos itens requereu a recolha de um conjunto de palavras relativas a emoções adequado para o efeito. Neste sentido, foi feita uma revisão bibliográfica, no sentido de tomar conhecimento de algumas listas de emoções existentes na literatura internacional (Scherer, 2005; Parrot, 2001; Izard, 2007; Tomkins, 2005; Ekman, 1992a; Plutchik, 2000; Panksepp, 2007; Watson & Clark, 1994). Apesar de seguirem diferentes trâmites metodológicos e de utilizarem diferentes critérios para a inclusão das emoções que elencam as várias listas, incluíram-se contributos de autores de diferentes latitudes teóricas. Os vários termos foram traduzidos, tentando-se, num primeiro momento, incluir todas as traduções possíveis e, num segundo momento, reduzir a redundância.

Paralelamente à recolha teórica, procurou-se introduzir uma seleção empírica, baseada no reportório de sujeitos cuja língua materna é a portuguesa. A uma amostra de 19 pessoas (F = 17; M = 2), com idades compreendidas entre os 21 e os 26 anos ( $\bar{x} = 23$ ), foi pedido que listassem as dez primeiras emoções que conseguissem evocar. A amostra foi recolhida *online* com apoio das redes sociais, o que determinou alguma homogeneidade em termos da sua composição. Para além da hegemonia feminina já assinalada, os participantes são predominantemente licenciados, havendo dois alunos de doutoramento e nenhum participante sem grau académico superior. O cruzamento entre as vias teórica e empírica revelou um grau bastante razoável de concordância. Por motivos de extensão, foi feita uma síntese inicial que culminou em 221 termos emocionais, por conveniência uniformizados como adjetivos (cf. Anexo A). Posteriormente, esta lista foi analisada por três juízes “especialistas”, com o objetivo de as classificar em termos dos critérios de “emocionalidade” (em que medida o adjetivo representa uma emoção ou, por outro lado, apela a outros estados psicológicos ou traços de personalidade) e “granularidade” (em que medida o adjetivo é específico e de elevada resolução ou, por outro lado, representa um estado global ou inespecífico). Esta avaliação foi feita com recurso a

uma escala de três pontos e foi solicitada a duas docentes universitárias com trabalho publicado na área da emoção e da avaliação psicológica, respetivamente, assim como pelo autor do estudo. A este último acresce, posteriormente, a análise e resolução dos conflitos encontrados entre as várias respostas. A opção de desenvolver uma lista de emoções foi entendida como uma etapa desejável para garantir uma conceção mais fundamentada dos itens, procurando reduzir o juízo subjetivo a favor de uma tomada de decisão mais informada teórica e empiricamente. Apesar disso, reconhecem-se as limitações da utilização de uma amostra reduzida, tanto no caso dos avaliadores especialistas, como no caso da amostra de sujeitos que listaram as dez emoções.

### 3.2.2. Estudo principal

O estudo principal divide-se em dois momentos essenciais. No primeiro momento, foi colocada *online* uma versão preliminar da *Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional* com recurso à plataforma de questionários da *Google*. Esta primeira aplicação recolheu um total de 21 respostas válidas entre os 17 e os 65 anos ( $\bar{x} = 33$ ) e motivou uma primeira reflexão em torno das condições de aplicação e das opções de análise e interpretação dos dados. Mediante as dificuldades oferecidas pelo *software* que suportava a aplicação da prova, optou-se pela adaptação para a plataforma *Qualtrics*, já com a introdução dos instrumentos que compõem a bateria de validação. Tendo em conta a reduzida dimensão desta primeira amostra, não se procedeu a nenhuma análise preliminar dos itens, tendo sido mantida a totalidade da prova. Os melhoramentos verificaram-se, sobretudo, ao nível do interface que a nova plataforma oferece, facilitando significativamente a experiência de resposta, assim como nas alterações cirúrgicas ao nível das instruções.

Neste segundo momento, a bateria de instrumentos de avaliação foi colocada *online* e a sua divulgação feita a partir de correio eletrónico, redes sociais e também com apoio de um vídeo de divulgação<sup>13</sup>. Os participantes tomaram conhecimento das condições e termos aplicáveis à sua colaboração, tendo sido disponibilizada toda a informação prévia exigida, assim como o contacto de *email* para esclarecimentos adicionais (cf. Anexo B). No total, este estudo angariou 117 respostas (M = 20,5%; F = 79,5%), sendo que 27 (23%) desses casos são dados parciais, ou seja, sujeitos que não tendo completado a totalidade da bateria de testes, foram mantidos para a análise de subtestes ou testes isolados. A média de idades da amostra ronda os 30,5 anos (d.p. = 12,4) e o nível de

---

<sup>13</sup> Para divulgação do estudo e angariação de participantes, foi feito um vídeo promocional através do programa *Powtoon*. Com cerca de 1 min e 19 s de extensão, o vídeo de animação resume o objetivo do estudo, de uma forma geral, e remete para o *link* da plataforma *Qualtrics*, a partir do qual é possível obter toda a informação pertinente acerca do estudo, permitindo aos participantes decidir se desejam colaborar na investigação. O vídeo pode ser visualizado a partir do *link*: <https://www.powtoon.com/show/flrTJOXdwsx/estudo-sobre-diferenciacao-emocional-ii/>

escolaridade é elevado, notando-se um predomínio de sujeitos com grau de licenciatura (47,9%) e de mestrado (20,5%), seguindo-se os sujeitos com ensino secundário completo (19,7%).

### 3.2.3. Desenvolvimento da Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional

A *Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional* divide-se em duas partes, consoante o formato de avaliação. A primeira parte, composta por 4 subtestes (A - IMAGENS; B - DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES; C - FAMÍLIAS DE EMOÇÕES; D - ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES), engloba todos os itens cuja modalidade de resposta segue uma lógica de desempenho máximo, enquanto a segunda parte corresponde a um formato de avaliação de comportamento típico, composto por 34 itens de autorrelato.<sup>14</sup>

No primeiro subteste da prova A - IMAGENS, apresenta-se um conjunto de imagens que pretendem eliciar emoções. Os estímulos foram criados por uma *designer*, sobretudo com base em estudos de cor ou de traço que se adequaram aos propósitos do subteste. Tentou-se que os estímulos fossem variados nos objetos que representam, nas formas e tons utilizados, bem como no grau de concretude dos objetos. De um modo geral, a seleção dos estímulos pretendeu contornar processos de resposta excessivamente convergentes, dado não se pretender instituir uma lógica de cotação em termos de resposta correta, como acontece no caso da avaliação da inteligência emocional (Mayer, Salovey, & Caruso, 2004). Neste caso, o participante “acerta” num dado item, na medida em que a sua resposta converge para o consenso de uma maioria ou de um grupo de especialistas. No caso do subteste IMAGENS, a questão assemelha-se mais ao que acontece na avaliação da criatividade, em que importa, sobretudo, identificar um maior ou menor grau de adequação das respostas (Bahia, 2007).

Assim, as imagens incluem paisagens, esboços de expressões faciais, contornos de objetos e formas livres. Para cada imagem apresentada, pede-se que os sujeitos identifiquem as emoções que são por ela evocadas, pedindo-se um mínimo de uma emoção e um máximo de cinco. Para evitar efeitos de sugestão e para garantir que não existe uma convergência artificial das respostas, optou-se pela utilização de um formato de resposta aberta. Para cada emoção identificada, pede-se aos participantes que a classifiquem em termos de valência (quão agradável vs. desagradável é a emoção) e ativação (quão excitante vs. tranquilizante é a emoção) numa escala de 1 a 7. A escolha dessas duas dimensões não pretende sugerir que valência e ativação sejam as únicas ou as melhores dimensões para descrever a estrutura afetiva, no entanto, existe evidência empírica que suporta a

---

<sup>14</sup> Para consultar as instruções e exemplos de itens da ECDE, ver anexo C e para consultar o histórico de transformações de dados envolvidas no desenvolvimento dos indicadores da ECDE ver anexo D.

utilização deste modelo, sendo um dos mais frequentemente utilizados na literatura (e.g. Feldman, 1995; Yik, Russel & Barrett, 1999; Barrett & Bliss-Moreau, 2009).

A utilização de um circumplexo determinado pelas dimensões de valência e ativação tem também valor heurístico, pois ao colocar as emoções num espaço determinado por dois eixos cartesianos, é possível obter uma representação gráfica da diferenciação entre emoções. Seria de esperar que, no caso de uma diferenciação adequada, as emoções se distribuíssem de forma aproximadamente circular, ocupando os diferentes quadrantes do circumplexo. Uma aproximação excessiva aos eixos representaria um recurso excessivo a uma das duas dimensões afetivas para representar emoções (e.g. diferenciar emoções apenas pela variação em termos de valência). Assim, um dos critérios utilizados para a cotação deste subteste utiliza a informação da distância aos eixos, através da fórmula do teorema de Pitágoras. A escala de 1 a 7 foi transformada para variar entre -3 e 3 e, seguidamente, calculou-se, para cada emoção, um valor de hipotenusa, com base na soma dos quadrados dos valores de valência e ativação. Complementarmente, calculou-se um indicador de amplitude<sup>15</sup> da experiência emocional, com base no número de emoções evocadas em cada uma das imagens. Naturalmente, estes indicadores quantitativos ganham maior significado quando considerada a informação qualitativa extraída das emoções identificadas. Interessa, nomeadamente, compreender a adequação das respostas relativamente a uma população de referência. Neste caso, os dados de comparação resumem-se à amostra do estudo, cuja dimensão não permite fazer considerações com o grau de legitimidade que seria desejável, pelo que se abdicou de incluir um critério de adequação neste estudo.

O segundo subteste da prova, B - DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES, contrasta uma “emoção-alvo” com um conjunto de oito adjetivos emocionais que o participante deve classificar quanto à semelhança numa escala de sete pontos (sendo 1 “totalmente inverso” e 7 “totalmente semelhante”). Cada uma das quatro grelhas de comparação está pensada de forma que existam palavras da mesma família emocional (e.g. zanga e ira), palavras de diferentes famílias emocionais mas de valência semelhante (e.g. triste e apavorado), palavras de diferentes famílias emocionais e de valência inversa (e.g. triste e animado) e uma palavra não emocional (e.g. nauseado). Para avaliar a precisão e adequação das respostas, foi calculada a distância da classificação de cada emoção ao valor da mediana da amostra. Quanto mais afastada estiver relativamente a esse valor, menos adequada e precisa se entende ser a

---

<sup>15</sup> Outra forma de pensar este indicador poderia passar por classificá-lo de “fluência”, o que talvez fosse mais exato, uma vez que o que está em causa é o número de emoções em absoluto. A noção de amplitude remete para a ideia de distância, no entanto, está mais próxima do termo em inglês *range*, utilizado por Kang & Shaver (2004) para operacionalizar o constructo de complexidade emocional.

resposta. De forma indireta e implícita, as respostas mais adequadas poderão estar associadas a uma noção dialética da valência positiva e negativa, visto se considerarem mais adequadas as respostas de grau moderado de semelhança e evitando-se respostas que diferenciam as emoções somente com base na informação de valência, isto é, considerar como semelhantes as emoções “positivas”, independentemente das diferenças qualitativas entre estas.

O terceiro subtteste C - FAMÍLIAS DE EMOÇÕES pede aos participantes que agrupem um conjunto de 27 emoções em famílias, de acordo com a sua semelhança. Este procedimento funciona como uma espécie de análise fatorial subjetiva, em que os participantes decidem o número de grupos necessários para organizar um conjunto de emoções. Espera-se que o número de famílias seja tanto maior quanto maior for a resolução emocional da pessoa, isto é, para fazer discriminações mais finas entre emoções, espera-se que utilizem um maior número de categorias.

Por fim, o subtteste D - ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES, coloca os participantes perante um conjunto de cenários emocionalmente pungentes, aos quais se segue um conjunto de 5 emoções. De forma diferente dos formatos de escolha múltipla tradicional, em que existe uma resposta correta e um conjunto de distratores, neste caso, todas as emoções são eventualmente adequadas à situação, variando apenas em termos de granularidade e emocionalidade. Por outras palavras, alguns dos adjetivos emocionais parecem encerrar uma maior resolução ou um maior detalhe relativamente a outros (dimensão de granularidade) e, para além disso, alguns desses termos representam estados psicológicos mais comumente considerados emocionais, enquanto outros se referem a estados afetivos mais pervasivos ou a traços de personalidade (dimensão de emocionalidade). A inspiração para o formato de ordenação vem da noção de vicariância (Reuchlin, 1999/2002; Afonso, 2007), em que se concebe a existência de uma pluralidade de processos passíveis de serem mobilizados para responder a cada determinada situação. A ordenação das emoções é uma representação um tanto grosseira da “hierarquia de evocabilidade” que cada participante dispõe para responder, no plano hipotético, ao cenário que lhe é colocado. Assim, embora os processos (emoções) sejam estandardizados e, portanto, iguais para todos os sujeitos, a tarefa ganha sentido idiógráfico com a ordenação desses mesmos processos, em função da interação entre as características da situação e as características da pessoa. Para a cotação deste subtteste, considerou-se a proximidade da posição de ordem de cada emoção relativamente à mediana da amostra, por forma a ter um indicador de adequação das escolhas com base num consenso de grupo. Para além disso, calculou-se um indicador resultante da multiplicação da posição de ordem invertida (de forma a que à primeira emoção escolhida corresponda um número superior ao da segunda e assim sucessivamente) pelo valor dessa emoção em termos de granularidade. O valor da granularidade varia entre 1 e 3, consoante o grau de

especificidade e resolução desse termo para representar um estado emocional. A classificação dessas emoções foi feita *a priori*, tendo por base a classificação de 3 juízes, conforme descrito anteriormente (cf. p. 45). Os valores de correlação item-total e os valores de alfa com omissão de cada item determinaram a renúncia a 3 dos itens, terminando com um total de 6 cenários.

O segundo segmento da ECDE diz respeito ao subtteste de AUTORRELATO, para o qual foram concebidos 34 itens com pretensão de cobrir diferentes aspetos sugeridos na literatura como estando relacionados com a complexidade emocional, nomeadamente, a diferenciação entre emoções (e.g. Kang & Shaver, 2004; Grühn et al., 2013), a granularidade emocional (e.g. Lindquist & Barrett, 2008), a dialética emocional (e.g. Lindquist & Barrett, 2008; Hay & Diehl, 2011), a amplitude emocional (e.g. Kang & Shaver, 2004) e a diferenciação dos componentes da emoção (e.g. Lane et al., 1990). Os 34 itens foram submetidos a uma primeira análise em componentes principais ( $n = 110$ ) com rotação Varimax. Dessa análise, extraíram-se 9 componentes com uma variância explicada de valor superior à unidade. Com base nessa primeira análise, consideraram-se os índices de correlação item-total, o valor de alfa com omissão de cada item, os valores da medida de adequação da amostragem (MSA), bem como o comportamento de cada item na matriz de componentes. A partir dessa análise, excluíram-se 6 itens que revelaram pouca afinidade com a escala total e/ou que se mostraram fatorialmente inadequados. Repetiu-se a análise, desta feita com 28 itens, o que provocou a redução do número de componentes para sete. A partir daqui, repetiu-se a análise da matriz de componentes e foi feita uma análise qualitativa da adequação dos itens relativamente aos diferentes componentes. Tendo em conta o valor reduzido da variância explicada pelos dois últimos fatores, tentaram-se novas soluções de 5 e de 4 componentes. Embora o conjunto dos seus componentes explique uma menor proporção de variância, a solução de 4 componentes revelou-se mais parcimoniosa e logicamente mais escoreita. Considerando o facto deste segmento de autorrelato da ECDE estar pensado para ser aplicado em conjunto com os restantes subttestes da escala, considerou-se que seria oportuno chegar a uma versão de dimensão reduzida, por forma a aligeirar a experiência de resposta. Neste sentido, estudou-se uma versão de 20 itens, o que apresentou claras vantagens em termos da coerência lógica dos itens dentro das diferentes escalas e, para além disso, permitiu uniformizar a dimensão das escalas.

A versão final da subescala AUTORRELATO da ECDE é composta, assim, por 20 itens, organizados em 4 componentes com 5 itens classificáveis de acordo com uma escala de *Likert* com 5 pontos (sendo 1 = Discordo totalmente e 5 = Concordo totalmente). O primeiro componente, designado de *Sensibilidade Emocional*, diz respeito à atenção e envolvimento com a experiência emocional (e.g. “Sou atento às subtilezas e variações das emoções”). O segundo componente, *Reconhecimento*

*Emocional*, reflete uma relação com as emoções de uma natureza diferente, envolvendo processos de natureza mais cognitiva, enquanto o primeiro componente poderá envolver processos mais experienciais. Os itens que elencam esta escala dizem, sobretudo, respeito à capacidade de identificar, nomear e distinguir emoções (e.g. “Tenho dificuldade em dar nomes àquilo que sinto” – item inverso). O terceiro componente, *Integração Emocional*, envolve a capacidade de integrar opostos e tolerar a incongruência relativa às emoções. Esta subescala envolve um raciocínio dialético relativo às emoções, evitando a sua divisão em duas categorias mutuamente exclusivas, emoções boas e más ou emoções positivas e negativas (e.g. “Para mim há dois tipos de emoções: boas e más” – item inverso). Por fim, o componente *Amplitude Emocional* concerne a extensão e diversidade da vivência emocional, incluindo itens como “O dicionário é curto demais para a riqueza da vida emocional”.

Em suma, o presente estudo permitiu desenvolver a versão preliminar de uma escala destinada a avaliar a complexidade e diferenciação emocional. Os indicadores descritos são, portanto, formas provisórias de dar sentido aos dados recolhidos e requerem maior desenvolvimento e investigação. Na ausência de um solo teórico pré-existente, a ECDE procura assimilar contributos de diferentes conceptualizações sobre complexidade emocional que tendem a situar o constructo quer a um nível predominantemente disposicional, como sendo uma característica relativamente estável e relacionada com características de personalidade, quer a um nível predominantemente cognitivo-emocional, em que surge como uma capacidade resultante da interação entre aspetos de cognição e emoção. Por esse motivo, os formatos de avaliação são também diferenciados, destacando-se, tal como já foi referido, um segmento de desempenho máximo e outro de comportamento típico. O estudo de validação que de seguida se apresenta pretende contribuir para situar e enriquecer esta proposta de medida da complexidade emocional.

### **3.3. Bateria de Validação**

Messick (1990) define validação como um processo de legitimação da interpretação de uma determinada medida de um determinado constructo. A “medida” refere-se a qualquer síntese ou codificação de consistências ou regularidades num comportamento observado com recurso a qualquer procedimento de avaliação. A adequação dessas inferências deve ser sustentada, quer por um racional teórico, quer por evidência empírica. Para Campbell e Fiske (1959), a validação distingue-se da precisão na medida em que a segunda se ocupa da concordância entre diferentes tentativas de medição com métodos tão idênticos quanto possível, enquanto a primeira se ocupa da concordância entre diferentes tentativas de medição com métodos tão distintos quanto possível. Daqui resulta não apenas a tentativa de atestar a legitimidade de determinada inferência a partir da confluência de fontes

independentes de observação (validação convergente), mas também a partir do demérito de inferências alternativas (validação discriminante).

O estudo de validação que aqui se ensaia tem por objetivo conhecer a rede de relações entre significados dos elementos que integram o constructo de complexidade e diferenciação emocional, isto é, validação intra-conceito, bem como entre outras variáveis psicológicas relevantes, isto é, validação inter-conceitos (Dickes, Tournois, Flieller & Kop, 1994). A bateria de validação utilizada no presente estudo inclui uma prova de comportamento típico destinada a medir a complexidade emocional (*The Range and Differentiation of Emotional Experience Scale* - Kang & Shaver, 2004), assim como um outro constructo bastante próximo, o de alexitimia, que se define pela ausência de competências de identificação e descrição de sentimentos (*Toronto Alexithymia Scale* – Bagby, Parker & Taylor 1994). Tendo em conta o elevado peso que a ECDE, à semelhança de outras medidas das emoções, coloca sobre a utilização da linguagem para designar e expressar emoções e, por inerência, sobre as competências verbais, entendeu-se desejável inserir uma prova que cobrisse a qualidade do repertório semântico e a habilidade para funcionar com estímulos verbais. No sentido de clarificar a natureza da sua relação com o constructo sob estudo, utilizou-se a *Prova de Compreensão Verbal* da bateria PARC (*Provas de Avaliação da Realização Cognitiva*; Ribeiro e colaboradores, 1994).

### **3.3.1. Escala de Avaliação do Repertório e Capacidade de Diferenciação Emocional (EARCDE)**

Originalmente designada como *The Range and Differentiation of Emotional Experience Scale* (RDEES) a escala, da autoria de Kang e Shaver (2004), surgiu da necessidade de estabelecer uma medida de diferenças individuais ao nível da chamada complexidade emocional. Tal como a sua designação denuncia, o constructo é definido por duas facetas principais, a saber, a amplitude da experiência emocional e a capacidade para fazer distinções subtis dentro de categorias emocionais.

A RDEES foi sucessivamente refinada até chegar à sua versão mais recente, composta por 14 itens. A escala segue um formato de autorrelato e utiliza uma escala de 7 pontos. A consistência interna (N = 615; M = 20%, F = 80%) apresenta um valor de .85, com uma correlação média entre itens de .30 (.05 - .64). O valor de consistência é de .82 para a subescala de Amplitude (*Range*) e .79 para a subescala de Diferenciação (*Differentiation*). Os vários estudos com a escala confirmam a estrutura fatorial em dois fatores que, no seu conjunto, explicam 41% da variância.

A adaptação portuguesa da RDEES (Vaz, Martins, & Martins, 2008; Vaz, 2009) passou a ser designada por *Escala de Avaliação do Repertório e de Capacidade de Diferenciação Emocional* (EARCDE). O estudo psicométrico da versão portuguesa da escala (N = 851) viria a ditar a

manutenção da estrutura fatorial com um fator designado por *Repertório Emocional* (RE) e outro de *Diferenciação Emocional* (DE), contudo, a composição das duas subescalas sofreu uma ligeira alteração com a migração de um item (3) da primeira para a segunda (Vaz, 2009).

A escala total da EARCDE obteve um valor de .80 para a consistência interna, com um valor de .82 na subescala de *Diferenciação Emocional* e .63 para a subescala *Repertório Emocional*. Os valores encontrados, embora ligeiramente mais modestos que os originais, apresentam níveis razoáveis de homogeneidade. O valor de teste-reteste (n = 238) com 6 semanas de intervalo é de .56 para a totalidade da escala ( $p < 0.001$ )

### **3.3.2. Escala de Alexitimia de Toronto de Vinte Itens (TAS-20)**

Na década de 70, assomavam as observações clínicas que davam conta de que pacientes com perturbações do foro psicossomático apresentavam maior dificuldade em descrever e diferenciar emoções e pareciam ter um estilo cognitivo orientado para o exterior (Parker, Bagby, Taylor, Endler & Schmitz, 1993). O interesse crescente pelo conceito de alexitimia viria a resultar na procura de formas de o avaliar, entre as quais se celebrou a *Toronto Alexithymia Scale*, uma escala de autorrelato atualmente designada por TAS-20 (Bagby, Parker & Taylor, 1994).

Os itens foram concebidos a partir de métodos racionais e empíricos e, atualmente, sobejam 20 itens face aos 26 da escala original (TAS). Na primeira revisão da escala, TAS-R, foram acrescentados 17 novos itens face aos 26 itens da escala original. Do total de itens retiveram-se 23, no entanto, a estrutura fatorial passou de quatro para apenas dois fatores. O esforço mais recente de revisão da escala resultou na TAS-20 e baseou-se da extração de um novo conjunto de itens a partir da TAS-R, à qual foram acrescentados novos itens que deveriam cobrir os 4 fatores originais. O primeiro ensaio da escala, com uma amostra de 965 estudantes canadianos (M = 40%, F = 60%), apontou para uma solução fatorial de 3 componentes, após eliminados os vários itens que compunham a subescala de atividade imaginativa. Estes itens foram descartados depois de se constatar que apresentavam correlações elevadas com uma medida de desejabilidade social. Assim, sobejaram os fatores I) capacidade de identificar sentimentos e distinguir entre estes e sensações corporais; II) incapacidade para comunicar sentimentos aos outros e III) pensamento orientado para o exterior. No seu conjunto estes fatores explicam 31% da variância total.

Para a versão final da escala mantiveram-se os itens que saturam razoavelmente num dos 3 fatores identificados e os que cumprem o critério de uma correlação item-total superior a .20. O valor de consistência interna situa-se em .81 para a escala total, com .78 para o fator I, .75 para o fator II e

.66 para o fator III. A correlação teste-reteste ( $n = 72$ ) com 3 semanas de intervalo corresponde a .77 ( $p < 0.001$ ). A estrutura fatorial e a consistência interna da TAS-20 parecem encontrar suporte em estudos com amostras de diferentes países (e.g. Parker et al., 1993; Taylor, Bagby & Parker, 2003) e não parecem ser afetados pela administração *online* (Bagby, Ayearst, Morariu, Watters & Taylor, 2014).

Os estudos de adaptação da versão portuguesa da TAS-20 (Prazeres, Taylor & Parker, 2008) decorreram entre 1994 e 1996 e incluíram uma amostra de 133 adultos ( $M = 47,37\%$ ,  $F = 52,63\%$ ) da região de Lisboa com idade média de 35,6 anos e uma amostra de 298 universitários ( $M = 46,7\%$ ,  $F = 53,3\%$ ) com uma idade média de 24,4 anos. Em ambas as amostras, o valor de consistência interna fixou-se em .79. Na primeira amostra, o fator III foi o que obteve um valor de alfa mais modesto com .44, seguindo-se o fator II com .64 e o fator I com .80. Na amostra 2 os coeficientes foram, respetivamente, .60, .65 e .83. O coeficiente de correlação teste-reteste foi de .90 ( $p < 0.001$ ) com 3 semanas de intervalo ( $n = 55$ ) e .86 ( $p < 0.001$ ) após 6 semanas ( $n = 34$ ).

### **3.3.3. Prova de Compreensão Verbal (CV) – Bateria de Avaliação da Realização Cognitiva (PARC)**

A PARC (Ribeiro e colaboradores, 1994) é uma bateria que se ocupa da avaliação cognitiva de jovens adultos e adultos. Classifica-se como uma tentativa de integração de elementos derivados da perspectiva psicométrica clássica e elementos da abordagem cognitivista. As doze provas da PARC cruzam quatro conteúdos (Verbal, Numérico, Abstrato e Espacial) com três operações mentais (Compreensão, Raciocínio e Pensamento divergente).

Uma vez que, neste estudo, apenas nos ocupamos da prova de *Compreensão Verbal* (CV), prescinde-se a apresentação detalhada das restantes provas. As provas de Compreensão, à semelhança das de Raciocínio, são constituídas por 25 itens de dificuldade crescente. No caso da CV, cada item é constituído por uma palavra, seguida de 5 alternativas de resposta, entre as quais o sujeito deverá escolher a semanticamente mais próxima. Os autores recomendam um tempo máximo de aplicação de 3 minutos para a prova, todavia, no presente estudo cuja aplicação é feita *online*, os tempos de aplicação não foram considerados.

Os dados aqui apresentados, que remetem para o estudo de Ribeiro e colaboradores (1994), resultam de sucessivas reformulações das diferentes provas, com recurso a diferentes amostras. Neste sentido, os autores dispensam-se de caracterizar detalhadamente as diferentes amostras em causa, indicando apenas que a média de participantes ronda os 150, sendo esse valor mais elevado nas provas verbais, e faz-se constituir sobretudo por alunos do ensino secundário de diferentes

secções e estudantes do ensino superior de diferentes áreas do saber. Os dados apresentados reportam na totalidade a aplicações não cronometradas. No que à CV diz respeito, os valores do Índice de Dificuldade dos itens variam entre .27 e .95 e o Poder Discriminativo entre .38 e .77. O valor da consistência interna foi calculado com base na fórmula de Kuder-Richardson-20, que para a prova de CV obteve o valor de .88.

## 4. Análise e Discussão de Resultados

### 4.1. Estudo metrológico da Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional

Tabela 1

Estatísticas Descritivas e teste de Kolmogorov-Smirnov para os subtestes da *Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional* (n = 89)

Subtestes ECDE	Média	Mediana	Desvio-padrão	Erro padrão média	Assimetria	Curtose	Sig. (K-S)
A. Num	1,8315	1,6667	0,7707	0,082	1,682	3,842	0,000
A. Dif.Em	2,3051	2,3093	0,7026	0,074	0,041	-0,408	0,200*
B. Dif	5,1682	5,3438	0,4725	0,050	-2,156	6,589	0,000
C. Fam	7,84	8	1,705	0,181	-0,424	-0,568	0,000
D. Dif	3,064	3,1000	0,3022	0,032	-1,003	0,446	0,000
D. Gran	6,9749	7	0,1989	0,0211	-0,669	-0,057	0,002
AR. Total	71,01	71	9,914	1,051	-0,338	0,391	0,082
AR. SE.	18,88	19	3,454	0,366	-0,806	0,506	0,000
AR. RE.	16,20	16	4,536	0,481	-0,205	-0,804	0,007
AR. IE	16,11	16	4,225	0,448	-0,352	-0,083	0,005
AR. AE	19,82	20	3,168	0,336	-0,531	-0,357	0,001

\* Limite inferior da significância verdadeira  
 K-S = Teste de Kolmogorov-Smirnov  
 A = Subteste IMAGENS  
 B = Subteste DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES  
 C = Subteste FAMÍLIAS DE EMOÇÕES  
 D = Subteste ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES  
 AR = Secção de AUTORRELATO

Num = Número de Emoções  
 Dif.Em = Diferenciação de Emoções (teorema de Pitágoras)  
 Dif = Diferenciação de Emoções (distância à mediana)  
 Gran = Granularidade Emocional  
 SE = *Sensibilidade Emocional*  
 RE = *Reconhecimento Emocional*  
 IE = *Integração Emocional*  
 AE = *Amplitude Emocional*

No capítulo anterior, descreveu-se o processo de conceção dos subtestes da ECDE e as formas de cotação pensadas para dar sentido aos dados recolhidos, de forma a respeitar o isomorfismo das expressões matemáticas escolhidas para representar as propriedades dos fenómenos sob análise. A natureza exploratória e tentativa do presente estudo determina que haja alguma diversidade de formatos de avaliação, bem como de sentidos a dar aos dados que daí derivam. Na Tabela 1 apresentam-se sumariamente as estatísticas descritivas dos vários subtestes e, de seguida, descreve-se com maior detalhe o comportamento dos diferentes subtestes no estudo de precisão.

#### 4.1.a. IMAGENS

O primeiro subteste, IMAGENS, deu origem a dois indicadores passíveis de terem significado para a medida da complexidade emocional. O primeiro indicador com base no número de emoções evocadas para cada uma das nove imagens obteve um valor de alfa de Cronbach de .90, sugerindo uma grande consistência em termos da fluência emocional dos participantes. Os índices de discriminação dos itens variaram entre .43 e .79. O índice de diferenciação com base na fórmula do teorema de Pitágoras obteve um valor de precisão de .80, com os índices de discriminação a variar entre .31 e .59.

Enquanto o primeiro indicador utiliza a informação relativa às emoções evocadas (i.e. o seu número), este segundo indicador baseia-se na informação extraída da classificação de cada uma dessas emoções em termos de valência e ativação. O indicador final de diferenciação baseia-se no valor médio desta fórmula para as várias emoções em cada uma das nove imagens. Parece, assim, que os participantes são consistentes na forma como classificam os seus estados afetivos em termos das dimensões de valência e ativação, perante as diversas situações (i.e. imagens). Naturalmente, este indicador quantitativo poderia ser enriquecido ao olhar para a distribuição das várias emoções no espaço cartesiano, o que ofereceria uma compreensão qualitativa da forma como cada sujeito diferencia as emoções em termos das duas dimensões afetivas propostas. Este aspeto tem, contudo, uma limitação decorrente da dimensão reduzida da escala (que, após transformação, varia entre -3 e 3), o que resulta numa visão de baixa definição da distribuição das emoções no espaço. A um nível de análise mais qualitativo, importaria igualmente considerar os conteúdos das respostas, isto é, quais são exatamente as emoções a serem evocadas por cada uma das imagens. Este ponto é da máxima importância, pois levanta uma questão essencial quanto à aplicação dos formatos de resposta aberta no contexto do reconhecimento e identificação de emoções. Nesse sentido, foi pensado um critério de avaliação da adequação das respostas, ou seja, em que medida as palavras utilizadas representam estados emocionais. Foi feita uma análise da frequência das diferentes emoções, a partir da qual se fez uma lista com a ordenação das respostas.

Tendo em conta a dimensão reduzida da amostra, considerou-se que seria excessivo tentar extrair daqui conclusões, com um grau razoável de certeza, quanto à maior ou menor adequação das respostas. Mesmo uma solução mais grosseira como a de atribuir um ponto de adequação a cada emoção com um valor de frequência absoluta superior à unidade mostra-se também inadequada. Concluiu-se que existe uma proporção avultada de casos em que palavras desadequadas aos olhos do construtor da escala conseguem níveis consideráveis de aceitação entre os sujeitos da amostra. Subir o ponto de corte para a adequação significa, por outro lado, perder algumas respostas altamente

granulares, que pela sua infreqüência estatística poderiam passar a ser desconsideradas. Entra-se, assim, numa área cinzenta em que se levanta a necessidade de depurar as respostas que a) correspondem a estados emocionais e não são melhor explicadas por outros fenómenos psicológicos (e.g. traços de personalidade, sensações ou processos cognitivos); e b) são adequadas à situação em questão, conforme indicado pela tendência da maioria; tendo, por outro lado, o dever de não apelar a uma excessiva convergência ou acomodação a um consenso de grupo que pode esbater as respostas infrequentes, mas altamente granulares. Complementarmente à adequação da escolha de palavras de emoções, a análise seria bastante enriquecida com um critério de granularidade, privilegiando as respostas mais precisas e específicas. Este objetivo requereria, no entanto, a constituição de um sistema de cotação com base numa lista exaustiva de emoções constituída *a priori* e classificada de acordo com o critério de granularidade para as diferentes imagens.

#### 4.1.b. DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES

No segundo subteste, DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES, o critério de cotação escolhido assenta numa noção de consenso com base nas estatísticas da amostra. É feito o cálculo da distância entre cada resposta e a mediana amostral, assumindo-se que uma maior proximidade indica maior adequação da resposta. A favor desta interpretação, o padrão de respostas da amostra tende a confirmar a estrutura de construção dos itens. Para a generalidade das emoções-alvo, as palavras da mesma família de emoções obtiveram uma mediana de semelhança a variar entre 6 e 7, enquanto as emoções de valência aproximada mas de famílias diferentes variaram entre 4 e 5, exceto no caso da emoção “Alegre”, em que esses valores variaram entre 5 (Apaixonado) e 6 (Agradado). As emoções de valência contrária obtiveram valores de semelhança a variar entre 1 e 2, exceto para o caso da emoção “Surpreso(a)” que assinala alguma ambigüidade a esta parte, razão pela qual apresentou valores de mediana idênticos tanto na comparação com emoções agradáveis, como com emoções desagradáveis, rondando o valor de 4. Esse valor central foi também o mais escolhido para classificar a semelhança entre cada palavra-alvo e as palavras não emocionais (e.g. Cobarde).

Embora se reconheçam as limitações de utilizar um valor como o da mediana, tendo por base uma amostra de pequena dimensão, considerou-se ser uma opção viável para uma versão experimental da prova e na ausência de critérios mais sólidos. A consistência interna foi calculada para cada palavra-alvo, ou seja, para o valor médio de todas as diferenças entre uma dada emoção-alvo e todas as alternativas de comparação. O valor de alfa, assim calculado, rondou o valor de .85, enquanto os índices de discriminação variaram entre .61 e .82.

#### 4.1.c. FAMÍLIAS DE EMOÇÕES

FAMÍLIAS DE EMOÇÕES é, pela sua extensão e complexidade, um dos subtestes mais exigentes para os participantes. A sua pertinência não parece, contudo, ser justificada pela informação que dele se retira. Um dos critérios pensados para a cotação deste subteste foi o do número de famílias necessárias para diferenciar devidamente as várias emoções que são dadas. Essa apreciação carece, por outro lado, de um complemento quanto à adequação dos agrupamentos que são feitos, avaliação que requer um estudo exaustivo dos emparelhamentos entre as várias emoções para posteriormente estipular uma forma de classificação da adequação. Foi tentado um cálculo desta natureza com base na frequência de emparelhamento entre todas as combinações possíveis de duas emoções, num universo de 27 diferentes. Dada a dificuldade de implementação de uma estratégia de cotação com base neste procedimento, manteve-se somente a informação do número de famílias utilizadas, o que não permite recorrer às estatísticas de precisão. A relação com outros subtestes da ECDE e com as outras escalas utilizadas para o estudo de validação, não são animadoras. Assim, considerada a baixa afinidade deste subteste com outras medidas do constructo, optou-se pela sua exclusão da versão final da escala.

#### 4.1.d. ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES

No subteste ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES, cada participante ordena cinco emoções passíveis de serem elicitadas pelos diferentes cenários criados. Mais uma vez, o valor da mediana da amostra foi utilizado como “âncora” para a cotação da adequação. Assim, foi calculada a distância entre a posição de ordem de cada emoção e a mediana das posições de ordem da amostra para essa mesma emoção. Esse indicador apresenta um valor de consistência interna de .71 e índices de discriminação a variar entre .35 e .53. Mais uma vez se devem salientar as limitações de recorrer ao valor da mediana da amostra. A utilização exclusiva deste critério significaria que a análise do subteste se limita a captar a convergência para uma dada tendência central. Pensou-se que esta leitura poderia ser enriquecida com um critério suplementar, em função de um juízo prévio sobre o valor das diferentes opções de resposta. Neste caso, recorreu-se à avaliação feita por juízes quanto às várias palavras emocionais utilizadas. A classificação destas palavras fez-se em duas dimensões, a saber, emocionalidade e granularidade. Enquanto a primeira se viria a revelar pouco informativa no quadro do que se pretende avaliar, a informação sobre a granularidade veio dar origem a um critério de cotação baseado na multiplicação do valor da posição de ordem de cada emoção, invertido, pelo valor de granularidade dessa mesma emoção. Apesar de implicar operações algo complexas, o indicador mostrou ter uma consistência interna moderada para este primeiro ensaio, situando-se em .61, e valores de discriminação modestos, a variar entre .12 e .46.

#### 4.1.e. AUTORRELATO

Após o processo de desenvolvimento descrito na secção anterior, a subescala AUTORRELATO chegou a uma versão final de 20 itens, cuja matriz de saturação fatorial pode ser consultada em anexo (cf. anexo E). No que diz respeito à consistência interna, a versão final da escala completa apresenta um valor de .80. Valor igual é apresentado pelo primeiro componente, *Sensibilidade Emocional*, seguindo-se o segundo componente *Reconhecimento Emocional* com .81. No que respeita ao poder discriminativo dos itens, o componente *Sensibilidade Emocional* variou entre .47 e .68, enquanto o componente *Reconhecimento Emocional* variou entre .52 e .64. Os componentes *Integração Emocional* e *Amplitude Emocional* apresentam valores de consistência interna inferiores, encontrando-se ao nível de .69 e .65, respetivamente. O item menos discriminativo do componente *Integração Emocional* apresenta um valor de correlação item-total de .41 e nenhum dos outros excede o valor de .50. No caso da *Amplitude Emocional*, estas correlações variam entre .30 e .55.

Tabela 2

Médias, desvios-padrão e valores de consistência interna do subtteste de autorrelato da ECDE (n = 110)

	Número de itens	Média	Desvio-padrão	Consistência interna <sup>1</sup>
ECDE-AR	20	70,39	10,06	.80
Fator I	5	18,76	3,56	.80
Fator II	5	15,92	4,58	.81
Fator III	5	16,01	4,27	.69
Fator IV	5	19,70	3,14	.65

ECDE-AR: Subteste de autorrelato da *Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional*; Subteste de Fator I: *Sensibilidade Emocional*; Fator II: *Reconhecimento Emocional*; Fator III: *Integração Emocional*; Fator IV: *Amplitude Emocional*

<sup>1</sup> Alfa de Cronbach baseado em itens padronizados

#### 4.1.1. Intercorrelações entre subtestes da ECDE

Tabela 3

Matriz de intercorrelações entre os subtestes da *Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional* (n = 89)

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
1. A. Num										
2. A. Dif.Em	<b>,329**</b>									
3. B. Dif	-,098	-,081								
4. C. Fam	-,069	-,005	,070							
5. D. Dif	,041	-,100	,102	,085						
6. D. Gran	,138	-,058	,078	,046	<b>,831**</b>					
7. AR.Total	,205	,110	-,007	<b>-,252*</b>	,126	,053				
8. AR.SE	<b>,235*</b>	,103	-,094	-,132	-,070	-,079	<b>,380**</b>			
9. AR.RE	-,033	,036	,010	-,109	,067	-,050	<b>,382**</b>	<b>,515**</b>		
10. AR.IE	<b>,287**</b>	,002	,101	<b>-,215*</b>	<b>,234*</b>	<b>,217*</b>	<b>,312**</b>	<b>,210*</b>	<b>,285**</b>	
11. AR.AE	,198	<b>,247*</b>	<b>-,253*</b>	-,137	,015	-,029	,071	<b>,260*</b>	-,009	,080

\* Correlações (Spearman) significativas a 5% de significância ( $p < .05$ ); \*\* Correlações significativas a 1% de significância ( $p \leq .001$ );

Nota: Valores a negrito indicam correlações significativas;

A = Subteste *Imagens*

B = Subteste *Diferenciação de Emoções*

C = Subteste *Famílias de Emoções*

D = Subteste *Ordenação de Emoções*

AR = Autorrelato da ECDE

Num = Número de Emoções

Dif.Em = Diferenciação de Emoções (teorema de Pitágoras)

Dif = Diferenciação de Emoções (distância à mediana)

Gran = Granularidade Emocional

SE = *Sensibilidade Emocional*

RE = *Reconhecimento Emocional*

IE = *Integração Emocional*

AE = *Amplitude Emocional*

A análise das intercorrelações entre subtestes da ECDE, apresentada na tabela 3, apoia a previsão de que o comportamento dos diferentes indicadores da escala seria muito diverso. Os resultados variam entre correlações negativas significativas (a mais expressiva entre o subteste DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES e a subescala de AUTORRELATO, *Amplitude Emocional*,  $r_s = -.25$ ) até correlações positivas significativas (a mais expressiva,  $r_s = .83$ , entre os dois indicadores do subteste ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES). Parece haver uma tendência para obter valores de correlação mais elevados quando é também maior a comunhão de métodos. Salientam-se duas correlações significativas nos casos em que se derivam dois indicadores de um só subteste, nomeadamente, nos casos dos subtestes IMAGENS ( $r_s = .33$ ) e ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES ( $r_s = .83$ ). Situação idêntica é aquela que se verifica entre as diferentes subescalas de AUTORRELATO, com a correlação mais expressiva entre as subescalas *Sensibilidade Emocional* e *Reconhecimento Emocional* ( $r_s = .52$ ).

O número de emoções identificadas no subtteste IMAGENS correlaciona-se com o indicador de diferenciação do mesmo subtteste, indicando alguma relação entre a fluência na identificação de emoções e a sua diferenciação com recurso às dimensões de valência e ativação. Curiosamente, este primeiro indicador relaciona-se com dois dos fatores do subtteste de AUTORRELATO, *Sensibilidade Emocional* e *Integração Emocional*, mas não com a *Amplitude Emocional*, cujos itens pretendem representar a quantidade e diversidade de emoções. Neste caso, parece haver alguma diferença entre as percepções que cada um tem relativamente à sua experiência emocional e aquilo que é realmente capaz de fazer num contexto “simulado”. Por seu turno, o segundo indicador do subtteste IMAGENS, referente à diferenciação de emoções, tem com a escala *Amplitude Emocional* a única correlação significativa face ao conjunto de subttestes da ECDE ( $r_s = .25$ ). Este resultado poderá ser compreendido, mas apenas se considerarmos que a diversidade e riqueza da experiência emocional depende, em parte, da integração das dimensões de valência e ativação e, assim, a tendência para reportar uma grande diversidade de emoções estaria associada a um maior amplitude na utilização do espaço definido por estas dimensões. De resto, os itens que compõem esta subescala do AUTORRELATO fazem menção a expressões como “riqueza da vida emocional” ou à vida emocional como um “quadro muito colorido” e um dos itens inverso diz mesmo “na maior parte do tempo sinto-me simplesmente normal”. Estes itens parecem apelar não apenas ao número de emoções, mas também à diversidade e intensidade dessas emoções. O fator *Amplitude Emocional* aparece também associado ao subtteste de desempenho DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES, desta feita de forma negativa ( $r_s = -.25$ ). O subtteste DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES pretende avaliar a capacidade de diferenciar emoções, ou palavras de emoções, com precisão e adequação e sem depender unicamente da semelhança em termos de valência. Este resultado é inesperado, visto nada fazer prever a relação negativa entre estas dimensões de complexidade emocional. A definição de Kang & Shaver (2004), aliás, concebe complexidade emocional com base somente nestes dois aspetos (amplitude e diferenciação). O que parece divergir neste caso, para além da dissidência de método, é que a diferenciação, conforme concebida por estes autores, depende da capacidade de fazer distinções subtis entre emoções próximas entre si e, no caso do subtteste DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES, essa capacidade poderá tornar-se secundária, visto a estratégia de cotação privilegiar a convergência para um valor de mediana amostral. Ao atribuir maior pontuação a respostas que se conformam a este valor, poderá estar a avaliar-se, sobretudo, a adequação da diferenciação, significativamente apoiada pelas competências verbais como, aliás, se verá adiante com os resultados de correlação com a PARC-CV. Os resultados do estudo de validação mostram também que a definição de amplitude emocional da ECDE não é totalmente sobreponível à de Kang & Shaver (2004), pelo que não será de esperar um comportamento idêntico das subescalas homónimas.

O subteste mais controverso da ECDE, FAMÍLIAS DE EMOÇÕES, não se relaciona com a generalidade dos subtestes da prova, excetuando-se apenas duas correlações negativas significativas com a escala completa do subteste AUTORRELATO e uma das suas subescalas, a saber, *Integração Emocional*. Considerando este desencaixe face aos restantes subtestes da prova, optou-se pela sua exclusão da versão final da ECDE. Acresce ainda que é um dos exercícios mais morosos e, por ventura, mais exigentes para os participantes, pelo que não se justificaria a sua manutenção em versões posteriores da prova.

Como já foi referido, no subteste ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES, a proximidade das posições de ordem face aos valores da mediana da amostra fornece um indicador da adequação das escolhas dos participantes, o que é reforçado por outro indicador que resulta da multiplicação entre a posição de ordem e a granularidade de cada emoção, consoante avaliada por juízes externos. Estes dois indicadores têm uma correlação bastante expressiva, a mais alta da matriz, possivelmente devido à convergência entre o consenso da amostra, representado pela mediana, e a avaliação da granularidade das diferentes palavras. Apesar de elevada ( $r_s = .83$ ), esta correlação não significa que os indicadores sejam conceptualmente redundantes. Note-se que a classificação dos juízes quanto às palavras de emoção é feita no “vazio”, isto é, sem um contexto que lhes dê sentido. A adequação é, então, uma adequação global relativamente a uma dimensão de granularidade, que pretende apenas identificar quais as palavras mais específicas, de maior resolução para descrever um estado emocional. O indicador que se baseia na mediana da amostra cobre outro tipo de adequação, isto é, a adequação a um cenário particular, inferido a partir do comportamento de uma maioria dentro da amostra. Na sua relação com os restantes subtestes, ambos os indicadores se correlacionam de forma significativa com o fator *Integração Emocional* da parte AUTORRELATO. Este último diz respeito à integração dialética das dimensões de valência positiva e negativa. Itens como “Se tivesse que resumir a minha vida emocional diria que ou me sinto bem ou me sinto mal” (item 9 - inverso), apelam a uma vida emocional indiferenciada, sem gradações, opondo-se a um mapeamento emocional detalhado e preciso. Essa elevada granularidade é um elemento necessário para obter um bom desempenho em ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES e esse poderá ser um dos elementos partilhados por ambas as variáveis.

No que respeita à parte de AUTORRELATO, as correlações foram corrigidas para excluir inflações artificiais na relação da parte com o todo (através da aplicação da fórmula de McNemar). Regra geral, os diferentes fatores apresentam correlações significativas entre si, bem como, com o total da escala. A exceção é feita com o quarto fator, *Amplitude Emocional*, que falha em correlacionar-se com o total do AUTORRELATO e apenas mostra uma correlação significativa com o fator *Sensibilidade Emocional*. Efetivamente, *Amplitude Emocional* parece ser o fator mais vulnerável da escala. Explica

menos de 8% da variância total e obtém os índices de correlação item-total mais baixos, a variar entre .30 e .55. A sua dificuldade em alinhar com os restantes fatores da escala pode indicar uma menor dependência da extensão da experiência emocional relativamente aos restantes descritores da complexidade emocional. Quer isto dizer que pessoas que reportam ter uma vida emocionalmente rica e variada poderão tender a ser mais envolvidas e atentas face à sua experiência emocional (*Sensibilidade Emocional*), mas isso não implica que tenham o mesmo grau de experiência dialética e a mesma clareza na identificação de estados emocionais.

A matriz de intercorrelações entre os diferentes subtestes da ECDE denota uma grande heterogeneidade de comportamento, algo que se poderá supor estar relacionado com a diversidade de estímulos, tarefas, formatos de resposta e estratégias de cotação. Essa opção é justificada, neste contexto, pelos objetivos exploratórios do trabalho de conceção da escala. Não obstante o ruído introduzido pela metodologia diversa, poderíamos esperar encontrar pontos de contacto entre subtestes que pretendem estudar aspetos conceptualmente semelhantes do constructo, algo que nem sempre se verifica. Exemplo disso é a baixa correlação entre o número de emoções evocadas em IMAGENS e o fator *Amplitude Emocional* em AUTORRELATO ( $r_s = .20$ ). Por outro lado, a baixa coerência demonstrada impede que se tome por referência um valor global para a ECDE, forçando uma interpretação em termos dos subtestes e/ou indicadores em isolado. A tentativa de aplicar uma análise em componentes principais sobre os vários indicadores da prova resultou numa medida Kaiser-Meyer-Olkin a rondar .50, sugerindo inadequação da aplicação de um procedimento desta natureza e deu origem a numa matriz de componentes pouco esclarecedora. Grosso modo, os diferentes subtestes tendem a isolar-se em componentes, com exceção do AUTORRELATO que se dispersou por três componentes diferentes, emparelhando *Sensibilidade Emocional* com *Reconhecimento Emocional*, *Integração Emocional* (sinal negativo) com o subteste FAMÍLIAS e a *Amplitude Emocional* (sinal negativo) com o subteste DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES.

#### 4.1.2. Estudo de validação da ECDE

Tabela 4

Matriz de correlações (Spearman) entre os subtestes da *Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional* (ECDE) e a *Escala de Alexitimia de Toronto de 20 itens* (TAS-20), *Escala de Avaliação do Repertório e de Capacidade de Diferenciação Emocional* (EARCDE) e *Prova de Compreensão Verbal da bateria PARC* (PARC CV) (n = 88)

Subtestes ECDE	TAS-20	EARCDE Total	EARCDE RE	EARCDE DE	PARC CV
A - Imagens					
a. Número	-0.048	<b>0.259*</b>	<b>0.269*</b>	0.145	0.072
b. Diferenciação	-0.026	0.142	<b>0.239*</b>	0,069	-0.117
B – Diferenciação de Emoções	-0.077	-0.045	0.036	-0.119	<b>0.348**</b>
C – Famílias de Emoções	0.146	-0.139	-0.082	-0.171	-0.024
D – Ordenação de Emoções					
a. Diferenciação	-0.090	0.191	<b>0.241*</b>	0.019	<b>0,219*</b>
b. Granularidade	0.004	0.026	0.104	-0.076	0.163
AR – Total	<b>-0.735**</b>	<b>0.605**</b>	<b>0.530**</b>	<b>0.483**</b>	<b>0,222*</b>
AR – Sensibilidade	<b>-0.467**</b>	<b>0.514**</b>	<b>0.373**</b>	<b>0.477**</b>	0,140
AR – Reconhecimento	<b>-0.734**</b>	<b>0.397**</b>	<b>0.235*</b>	<b>0.442**</b>	0,162
AR – Integração	<b>-0.509**</b>	<b>0.255*</b>	<b>0.253*</b>	0.197	<b>0,255*</b>
AR – Amplitude	-0.029	<b>0.546**</b>	<b>0.646**</b>	<b>0.241*</b>	-0,063

\* Correlações significativas a 5% de significância ( $p < .05$ ); \*\* Correlações significativas a 1% de significância ( $p \leq .001$ );

Nota: Valores a negrito indicam correlações significativas

EARCDE RE = Subescala de *Repertório Emocional* da EARCDE

EARCDE DE = Subescala de *Diferenciação Emocional* da EARCDE

AR = Autorrelato da ECDE

Considerando a inadequação de uma interpretação da ECDE em termos de escala completa, consideram-se aqui os resultados obtidos com o cálculo das correlações (Spearman) entre os diferentes indicadores da ECDE em isolado e os diferentes instrumentos pensados para o estudo de validação, a saber, a *Escala de Alexitimia de Toronto de 20 itens*, TAS-20, *Escala de Avaliação do Repertório e de Capacidade de Diferenciação Emocional*, EARCDE, e a *Prova de Compreensão Verbal da bateria PARC*, PARC-CV. As duas medidas de autorrelato, TAS-20 e EARCDE, possuem uma estrutura fatorial em três e dois fatores, respetivamente, no entanto, para esta análise apenas se

fez uso dos dois fatores da EARCDE, uma vez que nesta amostra não foi possível replicar a estrutura fatorial proposta pelos autores da TAS-20 (Prazeres, Taylor & Parker, 2008).

Considerando o valor total da TAS-20, a alexitimia parece independente de todos os indicadores de complexidade emocional conforme avaliados pelos subtestes de desempenho máximo, com correlações a rondar o valor zero. Em contraste, a secção de comportamento típico da ECDE comporta-se como esperado, correlacionando-se negativamente com a alexitimia, com exceção da subescala de *Amplitude Emocional*. O valor total da escala AUTORRELATO da ECDE apresenta uma correlação de  $-.74$  com a TAS-20, sugerindo que pessoas mais complexas emocionalmente parecem ter menos dificuldades em identificar e reconhecer sentimentos, estão mais atentas à ativação emocional e são mais capazes de descrever esses sentimentos aos outros.

Partindo para as subescalas de AUTORRELATO, destaca-se uma correlação próxima de zero no caso da subescala de *Amplitude Emocional*, sugerindo independência entre a riqueza e extensão da experiência emocional e as dificuldades associadas à alexitimia. Este valor não seria de prever, considerando que no estudo de validação da RDEES, a subescala de *Repertório Emocional*, que diz respeito a uma ampla gama de experiências emocionais, apresenta correlações negativas com a TAS-20 (Kang & Shaver, 2004). As restantes correlações entre as subescalas de AUTORRELATO e a TAS-20 variam entre  $-.47$  e  $-.73$ ., correspondendo a *Sensibilidade Emocional* e *Reconhecimento Emocional*, respetivamente. Os resultados relativos a estas duas subescalas eram expectáveis, dado cobrirem aspetos que dizem respeito ao envolvimento e atenção dados à experiência emocional e a capacidade de reconhecer emoções. Menos óbvio é o resultado da subescala *Integração Emocional* ( $r_s = -.51$ ), que embora não tendo sido previsto, faz sentido, considerando que alguns dos itens dizem respeito a perplexidades face a atitudes e comportamentos, previsivelmente em função de uma certa alienação quanto à experiência emocional. É natural que, por conseguinte, esse desligamento experiencial se associe a uma conceção de emoções mais rudimentar, tendo por resultado, nomeadamente, uma visão polarizada das emoções, sem resolver as tensões entre a valência agradável e desagradável.

Se a alexitimia representa um caso extremo de restrição e indiferenciação da vida emocional, Kang e Shaver (2004) propõem-se a considerar todo o espetro das diferenças individuais ao nível da extensão da experiência emocional e a capacidade para fazer distinções subtis entre emoções. Esta definição de complexidade emocional, avaliada pela *Escala de Avaliação do Repertório e Capacidade de Diferenciação Emocional*, divide-se fatorialmente nas duas dimensões de *Repertório Emocional* e *Diferenciação Emocional*. Tal como esperado, toda a secção de autorrelato da ECDE apresenta correlações significativas com a EARCDE, variando entre  $.26$  (*Integração Emocional*) e  $.61$  (Escala

completa AUTORRELATO). Efetivamente, a definição de Kang & Shaver (2004) abstém-se de fazer considerações acerca da relação entre afeto “positivo” e “negativo”, à exceção de um item da escala (11 - “Sentir-me bem ou mal – estes termos são suficientes para descrever a maioria dos meus sentimentos no dia-a-dia”), o que se reflete num valor de correlação mais reduzido com a escala de *Integração Emocional*. Como já foi referido, a análise da matriz de correlações entre subtestes da ECDE parece pouco esclarecedora quanto ao significado dos diferentes indicadores escolhidos para avaliar a complexidade emocional. Nesse sentido, o estudo de validação é essencial para melhor enquadrar estas estratégias de avaliação. As diferenças metodológicas que poderão ter estado na raiz da divergência entre as diferentes partes da ECDE persistem no estudo de validação, no entanto, a EARCDE traz algumas animadoras exceções, nomeadamente, uma correlação moderada mas significativa entre a escala completa da EARCDE e o número de emoções identificadas no subteste IMAGENS ( $r_s = .26$ ). Verificou-se, ainda, que esse indicador de número de emoções se correlaciona significativamente com a subescala *Reportório Emocional* ( $r_s = .27$ ) da EARCDE, mas não com a subescala *Diferenciação Emocional* ( $r_s = .14$ ), sugerindo alguma convergência entre a caracterização que os participantes fazem do seu repertório emocional e a sua fluência na nomeação de emoções a partir de estímulos visuais.

O indicador de diferenciação emocional do subteste IMAGENS, baseado na distribuição das emoções no espaço cartesiano, apresenta também uma correlação significativa ( $r_s = .24$ ) com o *Reportório Emocional* da EARCDE. Este indicador é calculado a partir de um somatório dos valores de diferenciação para cada imagem, valor esse que é depois dividido pelo número de emoções, por forma a garantir que a quantidade de emoções identificadas não influi sobre o indicador de diferenciação. Ao utilizar a informação de valência e ativação para as várias emoções em cada cenário, expressa-se uma relativa independência de cada um dos eixos afetivos em isolado para descrever um estado emocional. Objetivamente, este critério trata os valores de distância à origem, o que significa que pontuações mais elevadas neste indicador refletem uma tendência para utilizar valores mais extremados de valência e ativação, no seu conjunto. Essa integração das dimensões afetivas para caracterizar a experiência emocional surge, assim, relacionada com o *Reportório Emocional*, cujos itens apelam à variedade de estados emocionais e a uma experiência mais rica e diversificada. A sensibilidade a esta variedade emocional poderá, então, relacionar-se com uma maior atenção às dimensões de ativação e de valência, dimensões essas essenciais para enquadrar e descrever os estados emocionais face às variações afetivas, na ausência das quais a experiência terá, previsivelmente, um tom monótono. Curiosamente, também o indicador de diferenciação com base na distância à mediana no subteste ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES da ECDE se correlaciona com o fator

*Reportório Emocional* da EARCDE, mas não com o fator *Diferenciação Emocional*, como seria de esperar. Conforme já foi descrito, o referido indicador de diferenciação avalia a adequação da ordenação das respostas com base num consenso amostral e é complementado por outro indicador que privilegia as respostas mais granulares. Curiosamente, ambos os indicadores são independentes da caracterização que as pessoas fazem de si próprias como sendo capazes de atender às *nuances* e sutilezas das diferenças entre emoções (*Diferenciação Emocional* da EARCDE).

No que diz respeito à secção AUTORRELATO da ECDE, importa salientar a correlação da subescala de *Amplitude Emocional*, com *Reportório Emocional*, na ordem de .65, sendo a mais elevada do conjunto de correlações entre este fator da EARCDE e as várias subescalas de comportamento típico da ECDE. Este resultado era esperado, considerando que ambas as subescalas se destinam a medir aspetos idênticos da complexidade emocional, isto é, uma experiência caracterizada por um espectro vasto e diverso de emoções. A subescala de *Diferenciação Emocional* da EARCDE, não tendo nenhuma exatamente homóloga na ECDE, demonstra uma maior proximidade com *Sensibilidade Emocional* ( $r_s = .48$ ) e *Reconhecimento Emocional* ( $r_s = .44$ ) que, efetivamente, parecem ser conceptualmente mais próximas.

Por fim, a prova de *Compreensão Verbal* da bateria PARC pretende esclarecer quanto ao peso dos diferentes subtestes da ECDE nas competências verbais. Acima de tudo, importa demonstrar que aquilo que se pretende designar por complexidade emocional não se confunde com complexidade verbal. A verbalização, isto é, a tradução de uma atividade mental interna para um sistema de símbolos que permitem comunicar aspetos dessa atividade mental, é uma possibilidade humana da qual a avaliação psicológica veio a depender em grande medida. De acordo com os construtivistas, a categorização, na qual a linguagem participa, permite organizar a nossa experiência emocional e o conhecimento conceptual do qual dependemos para dar sentido à nossa ativação emocional (Barrett, 2011). Levanta-se, assim, a questão de saber se um reportório mais vasto de palavras se traduz numa capacidade superior para traduzir as diferentes texturas da experiência.

Os resultados obtidos com a utilização da PARC não desencorajam a utilização das estratégias de avaliação com base no reportório semântico relativo à emoção. Há dois indicadores da parte de desempenho máximo que obtêm correlações significativas com a prova de *Compreensão Verbal*, no entanto, tanto a escala completa de AUTORRELATO, como uma das suas subescalas, *Integração Emocional*, se associam também a maiores níveis de compreensão verbal. Este primeiro ponto é relevante, pois mostra que tanto a secção de desempenho máximo como a de comportamento típico dependem razoavelmente da linguagem.

É de assinalar, no entanto, que as correlações que atingem a significância estatística são moderadas e, globalmente, de valor inferior às obtidas com os instrumentos de avaliação no espectro das variáveis emocionais. Significa isto que a compreensão verbal, e em particular o conhecimento das relações de significado entre palavras, pode ser uma condição necessária mas não suficiente para garantir um “fenótipo” emocional complexo. Importa tomar com especial atenção o exemplo do subteste DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES, em que se pede aos participantes que classifiquem a semelhança entre diferentes palavras emocionais. O exercício é semelhante ao exigido na prova de *Compreensão Verbal*, em que se deve identificar o melhor sinónimo para uma determinada palavra. Dada a semelhança dos processos evocados, a correlação entre estes dois elementos é a maior do conjunto das correlações para ambas as variáveis ( $r_s = .35$ ). A magnitude da correlação sugere, no entanto, que certos indivíduos podem ter um repertório verbal rico e variado, sem que isso implique, necessariamente, que são capazes de nomear emoções com a mesma proficiência.

#### 4.1.3. Diferenças entre grupos

Tendo em conta a distribuição de idades, foram constituídos três grupos etários, designadamente, participantes menores de 25 anos ( $n = 44$ ), participantes com idades compreendidas entre 26 e 35 ( $n = 19$ ) e participantes maiores de 36 anos ( $n = 26$ ). Os resultados do teste de Kolmogorov-Smirnov sugerem que existe um número significativo de variáveis para as quais não se verifica uma distribuição do tipo normal, no entanto, a conformidade ao pressuposto de homocedasticidade para a generalidade das variáveis<sup>16</sup>, a par das correlações entre algumas das variáveis sob análise, encorajam a aplicação de uma MANOVA paramétrica. O mesmo raciocínio se aplica na comparação entre género masculino ( $n = 20$ ) e feminino ( $n = 69$ ), optando-se igualmente pela estatística paramétrica.

No que ao género diz respeito, confirma-se o pressuposto da homogeneidade de variâncias-covariâncias (M de Box = 87.74;  $F(55,4120.416) = 1,265$ ;  $p = 0.091$ ). A potência das diferentes estatísticas de teste geradas pelo *software* estatístico<sup>17</sup> é equivalente ( $\pi = 0.511$ ) e, de acordo com os resultados obtidos, não se assinalam diferenças no comportamento dos grupos masculino e feminino quanto aos indicadores de complexidade emocional da ECDE (Maior raiz de Roy = 0.409;  $F(10,78) = 1.052$ ;  $p = 0.409$ ).

Relativamente aos grupos etários, atestou-se igualmente o pressuposto da homogeneidade de variâncias-covariâncias (M de Box = 140.330;  $F(110,9953.708) = 1,024$ ;  $p = 0.412$ ) e entendeu-se ser

---

<sup>16</sup> Exceção feita para o indicador de distância à mediana do subteste ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES (Levene).

<sup>17</sup> IBM SPSS Statistics 22

mais adequado trabalhar com o valor da Maior raiz de Roy, dado não só ser aquela que apresenta maior potência observada ( $\pi = 0.990$ ), mas também por ser particularmente adequada para casos em que as variáveis dependentes são fortemente correlacionadas entre si (Marôco, 2011). Assim, verificou-se haver diferenças entre os grupos etários (Maior raiz de Roy = 0,467;  $F(10,78) = 3,640$ ;  $p = 0.001$ ). A realização de uma ANOVA para cada uma das variáveis dependentes, seguida do teste HSD de Tukey, sugere a presença de diferenças significativas ( $p < 0.05$ ) no indicador de *Integração Emocional* extraído do subteste AUTORRELATO ( $F(2,86) = 4,391$ ,  $p = 0.015$ ,  $\eta_p^2 = 0.093$ ), com os menores de 25 anos a obterem resultados superiores ( $M = 17,36$ ) na capacidade de articular dialeticamente emoções de valência agradável e desagradável, relativamente ao grupo de maiores de 36 anos ( $M = 14,50$ ). A ANOVA sugere igualmente a presença de diferenças no indicador da distância à mediana no subteste ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES, bem como no fator *Reconhecimento Emocional* em AUTORRELATO ( $p < 0.05$ ), no entanto, o ajustamento do valor de significância para reduzir a probabilidade de incorrer num erro de tipo I e a análise dos testes de *Post-hoc* desencorajam a rejeição da hipótese nula.

A interpretação destes resultados deve ser feita com precaução, considerando que a magnitude da diferença entre os grupos etários na *Integração Emocional* é moderada. Na verdade, a literatura está bastante familiarizada com resultados mistos quando está em causa a comparação entre grupos etários na dialética emocional. Embora não se conheça nenhum indicador de comportamento típico análogo a *Integração Emocional*, estudos com base noutros tipos de indicadores<sup>18</sup>, constituídos a partir da relação entre valência agradável e desagradável, não são consistentes no favorecimento de um grupo etário relativamente aos restantes (cf. Ready, Carvalho, & Weinberger, 2008; Carstensen et al., 2011; Gröhn et al., 2013).

---

<sup>18</sup> Predominantemente, com base em estudos de *experience sampling*.

## 5. A ECDE no quadro da teoria da Complexidade Emocional

A *Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional* que aqui se apresenta é um primeiro esforço de desenhar uma escala de avaliação que procura olhar para os múltiplos “rostos” da complexidade emocional. Os dados que esta escala produziu são ainda de difícil leitura, em grande medida, devido ao seu descomprometimento com uma teoria de base que guie a sua interpretação. A apreciação da pertinência da ECDE no quadro do atual conhecimento sobre complexidade emocional é dificultado também pela dispersão do domínio e os resultados mistos que apresenta e, complementarmente, pela multitude de métodos de avaliação que alimentam as assinaladas disparidades.

Construir o significado dos diferentes indicadores concebidos para avaliar a complexidade emocional a partir da sua relação com outras variáveis conhecidas é um processo virtualmente ilimitado. Fora deste estudo ficaram alguns importantes indicadores de complexidade emocional que poderiam enriquecer a interpretação dos resultados, numa ótica de validação convergente, nomeadamente, os diferentes indicadores longitudinais de complexidade emocional descritos na literatura (e.g. Grün et al., 2013) ou a abordagem cognitiva de Lane e colaboradores (1990) com a *Levels of Emotional Awareness Scale*. Complementarmente, importa conhecer como se caracterizam as pessoas complexas do ponto de vista emocional, nomeadamente, no que toca à forma como regulam as suas emoções, quanto ao seu bem-estar, personalidade ou saúde mental, o que, como vimos, varia consoante a forma de avaliação em causa (Grün et al., 2013).

Estas questões ganham particular relevância no domínio clínico, em que as emoções assumem um papel cada vez mais preponderante no trabalho terapêutico. Neste sentido, a investigação deve ocupar-se dos aspetos relativos à função, disfunção e mudança no plano emocional. Por outras palavras, importa compreender o funcionamento emocional normal, aquilo que o perturba e como se pode melhorar, ou seja, como desenvolver um funcionamento emocional mais adaptativo (Elliot, Watson, Goldman, & Greenberg, 2004). Um funcionamento emocional ajustado e harmonioso orienta-nos no mundo, facilita a comunicação connosco e com os outros, previne a exacerbação, sinaliza o grau de satisfação das necessidades psicológicas e prepara-nos para ações de regulação (Vasco, 2013). Sabe-se que o evitamento experiencial é central na perturbação e, nesse sentido, a tomada de contacto com a experiência emocional é um ingrediente essencial em diversos modelos de intervenção (e.g. Hayes, 2004). A sensibilidade e o envolvimento com a experiência e a capacidade de diferenciar emoções são, portanto, aspetos da complexidade emocional que se associam aos objetivos de completude da experiência e que parecem facilitar o cumprimento das funções de orientação,

sinalização e comunicação das emoções. Mais uma vez, está em causa um mapeamento mais rico e detalhado do mundo vivido com potenciais vantagens adaptativas. Também os indicadores de dialética emocional merecem atenção, pois a subsistência da metáfora de sinal positivo e negativo aplicada às emoções, poderá favorecer esforços no sentido de ampliar a experiência de prazer e refrear a dor, substituindo-se perigosamente à conjugação dos critérios de valência e adaptabilidade (Vasco, 2013)<sup>19</sup>. Conforme já foi referido, não é consensual que todos os indicadores de complexidade sejam igualmente vantajosos, pelo que mais uma vez se reforça a necessidade de estudar o seu contributo de forma diferenciada.

Ajuizar sobre a relevância da ECDE para o propósito de melhor conhecer a complexidade emocional requer que se reflita criticamente sobre a escala e que se considerem as suas limitações e virtudes. Do ponto de vista da aplicabilidade, a ECDE tem algumas vantagens face aos indicadores longitudinais, considerando-se a economia que permitem as aplicações de uma ocasião. A análise intraindividual é, por outro lado, reduzida à comparação do comportamento dos participantes face aos diferentes subtestes ou face aos diferentes cenários dentro de um dado subteste, bem como, quando possível, a uma análise de forma qualitativa. A ECDE não concorre, por outro lado, com a simplicidade dos instrumentos de avaliação de comportamento típico tradicionais, como a RDEES (Kang & Shaver, 2004). Tal como referido no capítulo da metodologia, os indicadores da ECDE resultam de variadas transformações dos dados (cf. anexo D), acrescentando dificuldade e morosidade ao processo de análise e dificultando a replicabilidade desses procedimentos por terceiros. Uma possível forma de contornar esta dificuldade passaria por criar um programa de cotação assistido por computador capaz de implementar automaticamente todos os cálculos necessários e, eventualmente, permitir incluir novas estratégias de cotação que superam as possibilidades humanas, nomeadamente, na cotação das respostas abertas. Importa reconhecer também que as limitações que decorrem da complexidade da cotação não são exclusivas da ECDE. Estima-se que treinar um avaliador para a cotação da *Levels of Emotional Awareness Scale* pode levar até 10 horas e, se este avaliador atingir um nível elevado de eficiência na tarefa, a cotação manual de um protocolo individual poderá, ainda assim, consumir entre 10 a 20 minutos (Barchard, Bajgar, Leaf, & Lane, 2010).

As intenções iniciais de apostar de forma mais consistente na avaliação qualitativa na ECDE foram abandonadas nesta versão preliminar, por forma a não adensar em demasia a análise de dados

---

<sup>19</sup> Por outras palavras, uma dada emoção pode ser agradável ou desagradável, adaptativa ou não adaptativa. A dicotomia positivo-negativo é enganadora, ao sugerir que o que é agradável é bom e o desagradável é mau, desprezando a real complexidade do funcionamento emocional. Vasco (2013) exemplifica com o prazer associado aos consumos excessivos e a experiência desagradável mas adaptativa da tristeza associada a uma perda significativa.

e tornar mais complexo o processo de cotação da prova. A desvantagem desta opção é clara, por exemplo, ao nível da avaliação da adequação das respostas, conforme foi já referido a propósito do subteste IMAGENS. Esta análise permitiria, à semelhança do que acontece em ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES, triar as emoções, ou palavras emocionais, quanto à sua adequação (em que medida determinada palavra representa adequadamente um estado emocional) e quanto à sua granularidade (quão específico e detalhado é o vocabulário empregue para descrever a experiência). Esta análise é dificultada, ainda, pela ausência de listas de palavras relativas a emoções previamente validadas na língua portuguesa. Esta limitação obrigou a um levantamento prévio desses termos, que não se pretende exaustivo, e a uma posterior classificação com uma amostra muito limitada de especialistas, algo que tem implicações para a validade dos resultados. Também a amostra do estudo principal se afigura reduzida, não encorajando a utilização de medidas de tendência central com base na amostra (neste caso recorreu-se à mediana amostral) para a elaboração dos indicadores da ECDE. O tamanho reduzido da amostra, bem como a sua homogeneidade, não favorecem a robustez dos resultados e constituem uma das principais limitações a considerar na interpretação dos resultados do presente estudo, sugerindo a utilização de amostras representativas e de maior dimensão em ocasiões futuras.

O comportamento dos participantes e, em particular, a taxa de respostas incompletas poderá ser um sintoma da dificuldade que alguns dos subtestes colocam. Responder à totalidade da bateria de testes do estudo de validação pode ser um processo moroso. É difícil determinar o tempo exato de resposta dos participantes, visto o *software Qualtrics* determinar a data e hora de início e de finalização do questionário, mas, simultaneamente, permitir a interrupção da prova para prossecução posterior. Fica, igualmente, por determinar o efeito do não controlo das condições de aplicação nos resultados, bem como, da aplicação em computador. Esta última é especialmente premente no caso dos restantes instrumentos de avaliação incluídos na bateria de validação, cujos índices metrológicos reportam geralmente a estudos com aplicações em “papel e lápis”.<sup>20</sup>

Tal como a generalidade das formas de avaliação da complexidade emocional, a ECDE não se demarca da ubiquidade da linguagem. É frequente assumir-se que a linguagem faz uma representação fiel da estrutura do sistema conceptual, no entanto, alguns autores consideram que as palavras não são sinónimos dos conceitos emocionais, o que significa que avaliar a forma como as pessoas usam e pensam sobre palavras emocionais pode não informar verdadeiramente sobre a estrutura e conteúdos do sistema conceptual para as emoções (Lindquist & Barrett, 2008). O foco sobre as relações estruturais, que serve de base à avaliação das respostas quanto à sua precisão e granularidade,

---

<sup>20</sup> No caso da alexitimia, a aplicação da TAS-20 no formato *online* parece equivalente à versão tradicional (Bagby, Ayearst, Morariu, Watters, & Taylor, 2014), no entanto, não se conhecem dados a respeito dos restantes instrumentos.

ignora os conteúdos dos conceitos emocionais, o que força uma caracterização nomotética da experiência individual. Desta forma, uma palavra como “tristeza” é tida como um conceito estático, um arquétipo com significado generalizável a todas as pessoas, independentemente da variabilidade em termos de conteúdo para cada uma delas.

As limitações deste estudo, em particular, assim como da versão ainda preliminar da ECDE que aqui se apresenta, exigem precaução na interpretação dos resultados. A conceção da escala tem um objetivo fortemente exploratório e, como tal, as opções tomadas tanto ao nível da conceção da escala como ao nível do tratamento dos dados são necessariamente provisórias. O presente trabalho não deve ser encarado como mais que uma primeira pedra na tentativa de construir um novo instrumento de avaliação de um constructo que, ele próprio, aguarda por mais investigação. O carácter tentativo deste projeto estimulou a procura de estratégias de avaliação muito diversas, o que contraria a lógica de construção tradicional de instrumentos de avaliação, onde um certo grau de homogeneidade favorece a obtenção de estruturas de organização mais claras e limpas. O ruído que a variabilidade metodológica introduz pode complicar a interpretação dos resultados mas, por outro lado, é uma dificuldade que merece ser assumida como sendo parte integrante da avaliação psicológica. Na secção seguinte, abordar-se-á o problema da não convergência de métodos que poderá facilitar o entendimento dos desafios que se levantam com o desenvolvimento da ECDE.

### **5.1. Diferenças conceptuais e metodológicas na avaliação de um constructo: o exemplo da Inteligência Emocional**

Na secção de enquadramento teórico, vimos que existem diferentes linhas de investigação no domínio da complexidade emocional que diferem na forma como situam o constructo, em alguns casos enfatizando um sistema cognitivo ou um sistema conceptual e, noutros casos, inscrevendo as diferenças individuais como reflexo de aspetos relativamente estáveis e relativos à personalidade do indivíduo. No contexto dos sistemas complexos, considera-se legítimo admitir que a experiência emocional se constrói a partir da interação complexa entre estes diferentes sistemas, operando em duas escalas temporais que se determinam reciprocamente, isto é, a escala do episódio emocional que influencia os aspetos estáveis do funcionamento e esses aspetos estáveis, por seu turno, exercem a sua influência sobre o desenrolar dos episódios emocionais (Lewis & Granic, 1999)<sup>21</sup>. Esta noção de experiência emocional a dois tempos sugeriu, por um lado, a inclusão de formas de avaliação momentâneas com base em estímulos elicitadores de emoções e respetiva cotação com base em

---

<sup>21</sup> A metáfora aqui é a de uma linha de costa ou o leito de um rio cuja configuração macroscópica depende dos microprocessos de erosão a nível local e estes por sua vez são influenciados pela configuração da totalidade da linha de costa.

critérios de desempenho máximo e, por outro, formas de avaliação com base numa autocaracterização quanto a aspetos estáveis do funcionamento, tais como, capacidades, comportamentos, crenças e traços relativos à complexidade emocional.

A distinção entre comportamento típico e desempenho máximo começa com Cronbach para distinguir testes que avaliam aquilo que a pessoa faz de testes que avaliam aquilo que a pessoa pode fazer. No primeiro grupo entram medidas de atitudes, personalidade e interesses, enquanto no segundo entram medidas de aptidões, conhecimentos, capacidades e inteligência (Lennon, 1951). Esta classificação tornou-se particularmente popular na literatura organizacional, sobretudo, a partir do final da década de 80 (Sackett, Zedeck, & Fogli, 1988) e, mais recentemente, passou a tomar uma parte essencial na diferenciação de duas linhas de investigação da inteligência emocional em que se opõem, por um lado, os modelos de capacidade ou aptidão (Mayer & Salovey, 1997) e os modelos de traço ou mistos (Petrides, 2011; Bar-on, 2004), por outro. A primeira viria a dar origem a instrumentos baseados em tarefas de desempenho, avaliadas por referência a padrões de cotação predeterminados, enquanto a segunda viria a dar origem a instrumentos baseados no autorrelato. Da mesma forma, a validação da primeira linha de modelos depende da sua relação moderada com um conjunto de inteligências, enquanto na segunda linha de modelos importa situar o constructo por referência a diferentes dimensões de personalidade (Freudenthaler & Neubauer, 2005).

A grande popularidade que o conceito veio a reunir, quer no meio académico, quer junto da sociedade, tem por consequência uma grande abundância de conceptualizações que redundam, por vezes, na colocação da inteligência emocional sob um grande guarda-chuva que cobre tudo quanto não seja cognitivo (Joseph & Newman, 2010). Esta percepção leva alguns autores a considerarem o conceito de inteligência emocional como inválido, em larga medida, por ser definido de tantas formas distintas que se terá tornado ininteligível (Locke, 2005). A baixa correlação entre as duas formas de inteligência emocional (e.g. Brannick et al., 2009; Brackett, Rivers, Shiffman, Lerner, & Salovey, 2006) poderá, então, relacionar-se com as diferentes operacionalizações de base, que tratam por inteligência emocional aspetos bastante distintos da conduta psicológica, às quais acrescem diferenças metodológicas importantes. Conforme argumentam os representantes dos modelos de capacidade (Mayer, Salovey, & Caruso, 2008), os modelos mistos ou de traço recorrem a auto percepções que são mediadas pelo autoconceito de cada um, tornando-se, como tal, suscetíveis à interferência de outros fatores que não operam (ou operam de forma diferente) nos formatos de avaliação de desempenho (e.g. desejabilidade social). Brackett e colaboradores (2006) encontram, igualmente, dificuldades no autorrelato da inteligência emocional, sobretudo, pelos vieses a que os participantes estão sujeitos e a dificuldade que poderá acompanhar uma autoavaliação quanto a um critério tão complexo quanto este.

Um estudo de meta-análise (Joseph & Newman, 2010) que cruzou medidas de desempenho máximo e comportamento típico do modelo de capacidade de inteligência emocional e medidas de comportamento típico do modelo misto ou de traço<sup>22</sup>, não encontra evidência de validade convergente para o modelo de capacidade, chegando a um valor de correlação de apenas .12 entre ambas, muito inferior à correlação entre as medidas de comportamento típico dos diferentes modelos (.52).

A investigação no âmbito da inteligência emocional tem vindo, em alguns casos, a procurar superar a conceção dos modelos como mutuamente exclusivos, arquitetando formas de integração no quadro das suas relações com variáveis externas. Nesta ótica, os dois principais modelos de inteligência emocional podem ser considerados como complementares, interagindo de maneira diferencial com variáveis como o *coping* ou a saúde mental. Os resultados de alguns estudos neste âmbito (Davis & Humphrey, 2012a; Davis & Humphrey, 2012b) revelam, por exemplo, que a inteligência emocional traço aparece associada, sobretudo, a sintomas de internalização, a um maior uso de estratégias ativas e de procura de suporte e menos a estratégias de evitamento, enquanto a inteligência emocional enquanto capacidade está mais associada a sintomas de externalização e estratégias de *coping* ativas e menos à procura de suporte. Outra forma de integração de ambos os modelos passa por considerar a inteligência emocional traço como mediador da relação entre a inteligência emocional de capacidade e um determinado critério externo (e.g. consumo de substâncias alcoólicas). De acordo com este sistema, a alta capacidade é um potencial que fomenta um sentimento de autoeficácia emocional e a seleção de comportamentos emocionalmente mais inteligentes, o que resulta, por sua vez, na elevação da inteligência emocional enquanto traço (Schutte, Malouff & Hine, 2011).

A inteligência emocional serve aqui como exemplo de um domínio onde se levantam questões conceptuais e metodológicas análogas às que se identificam a respeito da complexidade emocional, sendo que a forte expansão da investigação científica em torno do primeiro supera largamente a que se verifica no segundo. Por este motivo, a inteligência emocional tem conhecido esforços assinaláveis no sentido de promover o contacto entre diferentes perspetivas, enquanto na complexidade emocional raros são os estudos que cruzam mais de uma forma de avaliação do constructo. Como vimos, as formas de avaliação da complexidade emocional são extremamente diversas, não só na distinção entre desempenho máximo e comportamento típico, mas também entre formatos quantitativos ou qualitativos, transversais ou longitudinais. Não só se conhecem diferenças entre formatos de avaliação marcadamente diferentes, como também existem dificuldades em articular indicadores

---

<sup>22</sup> Até à data não são conhecidas medidas de desempenho máximo para os modelos mistos ou de traço.

metodologicamente semelhantes entre si (e.g. Ready, Carvalho, & Weinberger, 2008). A principal consequência da não convergência entre indicadores de complexidade emocional parece ser, então, o abandono da pretensão por um constructo unitário. A discussão em torno da complexidade emocional deve, portanto, passar a ser “multidimensional”, o que deve ter implicações diretas para a sua avaliação, concretamente, passando a ser realizada com recurso a indicadores independentes (Grühn et al., 2013).

A inadequação das formas de avaliação da complexidade emocional é uma das explicações avançadas por Lindquist e Barrett (2008) para o dilema da divergência. Outra explicação possível concebe a complexidade emocional como um constructo que emerge da combinação linear de um conjunto de causas relativamente independentes. A consequência desta perspetiva é que não se deve esperar encontrar indícios de validação com base na covariação dos indicadores, mas antes na sua capacidade de predizer critérios externos. Esta possibilidade levanta questões importantes, pois permite não descartar, à partida, os contributos dos diferentes indicadores com base na sua dissemelhança, procurando antes integrá-los em sistemas de relações com variáveis externas, como podem ser exemplos, a regulação emocional ou o bem-estar. Esta solução, que ainda aguarda por uma exploração mais alargada, encontra eco nas tentativas de integração das diferentes formas de inteligência emocional, às quais já se fez referência anteriormente e que parecem apoiar a viabilidade deste intento.

## 6. Conclusão

Na primeira parte deste trabalho, foi feita alusão a algumas das mais fraturantes questões da ciência da emoção. Com o renovado interesse sobre os aspetos afetivos do funcionamento psicológico, adensa-se a pressão para a resolução das tensões que, na opinião de alguns, atrasam o desenvolvimento do domínio (Lench, Flores, & Bench, 2011). Uma das questões mais antigas a esta parte, e que permanece irresolvida, é a da definição de emoção (James, 1884; Scherer, 2005). Mais que questionar se esse é um objetivo possível, importa procurar saber se é um objetivo necessário. Para Reisenzein (2007), a inexistência de uma definição universal, invariante e consensual de emoção não impossibilita necessariamente o progresso empírico. Poderá ser suficiente delimitar a classe a partir de um conjunto de exemplos paradigmáticos de emoções, de forma que seja claro quanto baste para o próprio e para os outros em que consiste uma emoção. Embora a vantagem desta perspetiva seja questionável<sup>23</sup>, tem o mérito de desafiar a noção de que a definição precede o estudo empírico de um dado fenómeno quando, na realidade, as definições são hipóteses empíricas quanto à natureza e constituição dos objetos que pertencem a uma dada classe.

De forma mais ou menos explícita, as principais famílias teóricas baseiam-se nessas hipóteses, às quais procuram acrescentar solidez com base na acumulação de evidência empírica. Fora desse debate ficam frequentemente questões de natureza epistemológica e ontológica que com menor frequência obtêm protagonismo na literatura da emoção. As três famílias teóricas identificadas neste trabalho são excessivamente latas para que, com justiça, as possamos situar quanto às visões do mundo que lhes estão subjacentes (Pepper, 1942; Afonso, 2013). Não obstante, é tentador notar nos modelos de emoções básicas uma preocupação eminentemente formista, pela ênfase colocada na classificação dos fenómenos e nas relações de semelhança que suportam a divisão do mundo em formas discretas e isoláveis. Como se lê em Ekman (1992a, p.170), “há um certo número de emoções separadas e que se distinguem entre si em aspetos importantes”. As emoções ganham, assim, um estatuto de entidades com poder explicativo em si mesmas (i.e. explicação pelas suas propriedades intrínsecas) e torna-se desejável catalogá-las e descrevê-las, num exercício de decomposição sucessiva até aos elementos mais fundamentais, como as emoções mais básicas a partir das quais toda a riqueza emocional se constrói.

---

<sup>23</sup> Recorde-se a variabilidade dos elementos das várias listas de emoções identificadas por Ortony e Turner (1990). Naturalmente, a inclusão de determinadas emoções depende, em grande medida, dos critérios, ou seja, da definição de emoção que está subjacente a esse agrupamento. No entanto, na ausência de critérios formais, o juízo torna-se meramente subjetivo e nada diz ao investigador que pretende saber se o “nojo” que pretende estudar é, ou não, uma emoção. A diferença parece ser que num caso se contrasta o “nojo” com um conjunto de critérios daquilo que constitui uma emoção e, no outro, se faz um julgamento de semelhança face a um conjunto de protótipos.

No caso das teorias de inspiração cognitiva, as emoções passam a ser explicadas em termos de um processo que alude a uma mecânica de funcionamento predominantemente linear, cuja força motriz é a atribuição de significado (o *appraisal*) que desencadeia o movimento dos restantes componentes. A linearidade destas teorizações sobressai em modelos sequenciais como o de Scherer (2001), que estipula um conjunto de etapas de avaliação que se sucedem no processamento da situação. A metáfora computacional que caracteriza estes modelos é própria de uma visão do mundo mecanicista, onde se salienta o processo ou a “lei” que coloca os elementos em funcionamento. O construtivismo e, muito em particular, o construtivismo psicológico de Barrett, aproxima-se da metáfora do episódio instantâneo, isto é, o momento no tempo para o qual concorre um sem número de variáveis do contexto e do indivíduo enquanto contexto. A crítica de Barrett (2006b) é ilustrativa quando diz que é hora de trocar a noção dos fenómenos psicológicos como faculdades unitárias da mente (i.e. entidades), para pensar nelas como fenómenos que variam conforme o contexto imediato. Existe, por um lado, um mecanismo (*core affect*) que pontua a relação do indivíduo com o contexto a cada momento e que é determinado por múltiplos fatores e, por outro lado, um sistema conceptual composto por uma coleção de representações sobre as diferentes emoções, de forma situacionalmente específica.<sup>24</sup> A complexidade que esta perspetiva acrescenta apela a uma visão do mundo contextualista, na medida em que existe uma interação multiplicativa entre fatores, que tornam cada momento da experiência emocional único e irrepetível.

As diferenças que aqui se esboçam ao nível das visões do mundo correspondem a um diferendo de índole metateórica, isto é, no que concerne o chão ou o contexto a partir do qual se constrói e sustém o desenvolvimento teórico e metodológico (Overton, 2006). O diferendo da teoria da emoção assenta predominantemente sobre o debate ao nível teórico e empírico, sem que se esclareçam diferenças quanto aos fundamentos metateóricos que sustentam aquilo que é ou não aceitável para a exploração conceptual do domínio. Desta forma, o domínio da emoção deve ultrapassar a constatação e descrição das diferenças superficiais entre paradigmas, para o esclarecimento das raízes dessas diferenças, algo que passa por trazer a exploração para níveis de análise mais fundamentais. A teoria da emoção poderá, então, aspirar a uma maior aproximação entre perspetivas, conforme acontece noutros domínios da psicologia. No que concerne o plano metateórico,

---

<sup>24</sup> O aspeto central desta posição teórica passa pela renúncia aos modelos de categorização clássicos que apelam a categorias estáticas, descontextualizadas e invariantes tanto do ponto de vista idiográfico, como do ponto de vista nomotético. Por outras palavras, o conceito de zanga seria igual para um mesmo indivíduo em todas as situações possíveis e igual também para todos os indivíduos de uma população. Esta perspetiva sobre as categorias enquanto protótipos é abandonada pelos construtivistas, que defendem a existência, para cada emoção, de um conjunto de representações diferentes, construídas com base na experiência em diferentes contextos, o que permite que, perante a ativação de uma dada categoria (e.g. zanga), haja uma interação complexa entre as várias representações, consoante a sua adequação para o contexto presente. Trata-se, então, de uma “conceptualização situada”.

subsiste a dúvida quanto à legitimidade da articulação de diferentes visões do mundo (ver Afonso, 2007), no entanto, assumir essa impossibilidade equivale, paradoxalmente, a subscrever uma visão do mundo formista. O pressuposto da independência das visões do mundo parece enquadrar-se numa metateoria fragmentada que sustenta a separação do todo em elementos fixos e isolados, vistos como polaridades de antinomias fraturantes para a ciência, no geral, e para a ciência afetiva, em particular. A metateoria relacional, por seu turno, introduz-nos à complementaridade indissociável das antinomias clássicas, traduzindo os opostos por perspectivas, pontos de vista ou níveis de análise (Overton, 2006; Overton, 2013).

Esta é uma nova forma de pensar a ciência que é complexa, contextualista e sistémica (Afonso, 2007, 2008). A visão do mundo como uma máquina determinista perfeita, regida por leis de ordem absoluta é, então, abandonada a favor da ambiguidade, da incerteza e da aleatoriedade que distingue os sistemas complexos (Morin, 1990/1991). As emoções, em particular, sempre desafiaram a previsibilidade e a certeza, o que, em algumas ocasiões, lhes granjeou notoriedade como desorganizadas ou complicadas. O paradigma da complexidade abre, assim, novas possibilidades à exploração científica da emoção, abraçando os desafios da estabilidade e mudança, determinismo e indeterminismo, caos e ordem (Fogel, 2000). A complexidade desafia-nos a considerar os níveis de análise epistemológico e teórico, dos quais não se pode dissociar um outro nível de análise: o metodológico. Neste trabalho, desenvolvem-se algumas reflexões quanto aos desafios da avaliação das emoções, tomando por referência os desafios do contextualismo para a avaliação psicológica (Afonso, 2013).

Quando se toma a experiência subjetiva da emoção como objeto, existe também uma qualidade que se diz complexa, como vimos, no sentido de uma experiência rica, diversificada, dialética e bem diferenciada. É esta questão que ocupa a segunda parte deste trabalho e que motivou o desenvolvimento de um instrumento de avaliação da complexidade emocional. Os resultados obtidos neste estudo levantam duas questões essenciais quanto ao constructo sob análise. Em primeiro lugar, salienta-se a qualidade polimórfica da complexidade emocional, que sendo conceptualizada segundo diferentes perspectivas, desafia ainda uma delimitação consensual. A segunda questão é indissociável desta primeira e remete para o plano metodológico, pois são tão diversas as formas de avaliação empregues que a convergência entre os diferentes indicadores de complexidade emocional é ainda parca. A ECDE debate-se com essa dificuldade, verificando-se a ilegitimidade de tomar um valor global para a escala. Os diferentes subtestes da escala tendem a agrupar-se, sobretudo, de acordo com a sua semelhança metodológica, sobrepondo-se, por vezes, às comunalidades conceptuais. Neste sentido, a secção de comportamento típico parece comportar-se como esperado, associando-se

negativamente à alexitimia e positivamente com o repertório e diferenciação emocional. Os resultados sugerem também uma associação com a compreensão verbal, que também se verifica para alguns subtestes de desempenho máximo, cuja magnitude pouco expressiva sugere que a complexidade emocional não é redundante com a complexidade do repertório verbal. A estrutura fatorial da secção de comportamento típico em quatro fatores suporta a importância da amplitude e da dialética emocional comumente descritas na literatura, a par de outros dois fatores, descritos como sensibilidade e reconhecimento emocional e que dizem respeito à atenção e envolvimento com a experiência e a capacidade de identificar, distinguir e descrever estados emocionais. A interpretação dos subtestes de desempenho máximo é menos óbvia, especialmente pela baixa convergência entre si, bem como em relação à secção de comportamento típico.

A discussão sobre complexidade emocional deve passar, portanto, a atender ao pluralismo que se verifica no domínio empírico. A tendência para desenvolver linhas independentes de investigação do constructo não deve ser insensível à necessidade de cruzar as diferentes conceptualizações e medidas que povoam a literatura. Assim, antes de mais, importa esclarecer que relações se estabelecem entre os vários rostos da complexidade, sendo ainda escassos os estudos a endereçar esta questão. Importa saber se existem dificuldades de base que inviabilizem determinadas medidas da complexidade emocional, ou se as relações entre estas medidas revelam, antes, a impossibilidade de nos referirmos a um constructo unitário. Uma hipótese alternativa passa por conceber a complexidade emocional como uma combinação de causas relativamente independentes, o que implicaria abandonar a procura pela covariação dos indicadores e procurar evidência de validação a partir das relações com variáveis externas. Neste sentido, a ilegitimidade da atribuição de um valor de escala completa à ECDE não invalidaria a sua utilização, passando a constituir-se como uma prova compósita, constituída por diferentes subtestes, com diferentes potenciais de interpretação, de acordo com o significado que emerge das relações com variáveis exteriores. O estudo de validação da escala aqui apresentado introduz alguma informação a este respeito, no entanto, carece de mais investigação e reflexão, sobretudo considerando as limitações identificadas, como é exemplo a pequenez da amostra utilizada.

O estudo da complexidade emocional retoma algumas das questões lançadas a propósito do estado da ciência da emoção. Em ambos os casos se identifica um clima aparentemente caótico e uma multiplicidade de perspectivas que se julga serem incomensuráveis. O objetivo principal deste estudo não passa por procurar dar resposta a estas dificuldades, mas passa, sobretudo, por levantar questões. Este propósito significa que se troca a certeza pela instabilidade, na crença de que a aceitação da dúvida, da ambiguidade e da previsibilidade são movimentos necessários numa ciência

viva. Naturalmente, uma ciência exageradamente caótica corre o risco de se tornar ininteligível e desadequada. Por outro lado, a complexidade ensina-nos que a ordem sem limite se confunde, em última análise, com rigidez, inflexibilidade e, por conseguinte, esterilidade. A tensão entre o caos e a ordem parece ser, então, uma manifestação natural de um sistema em constante reinvenção. No que respeita as emoções, sabemos apenas que nos comovem e nos perturbam, que nos inspiram e nos constroem. De tal forma estão imiscuídas na própria qualidade de existir, que a sua delimitação científica parece, em momentos, inconcebível. Esse profundo mistério que envolve as emoções apenas favorece o fascínio pela complexidade dos sistemas humanos. O mesmo fascínio que comoveu os gigantes da antiguidade, que herdámos no nosso tempo e, como tudo parece sugerir, subsistirá para desafiar as gerações futuras.

## Referências Bibliográficas

- Afonso, M. J. (2007). *Paradigmas diferencial e sistémico de investigação da inteligência humana: perspectivas sobre o lugar e o sentido do construto*. Dissertação de doutoramento não publicada. Universidade de Lisboa.
- Afonso, M. J. (2008). Das dicotomias aos binómios: o despertar da “Ciência Nova”. *Corda Bamba: Revista de Criatividade*, 1, 28-35.
- Afonso, M. J. (2013, Junho). O Desafio do Contextualismo para a Avaliação Psicológica: a Recuperação do Estudo da Individualidade Humana. Conferência apresentada no VI Congresso Brasileiro de Avaliação Psicológica/IX Congreso Iberoamericano de Diagnóstico e Evaluación Psicológica. Maceió, Alagoas, Brasil.
- Aristotle (2010). *Rhetoric* (W. R. Roberts, Trad.). Retirado de: <http://www.bocc.ubi.pt/pag/Aristotle-rhetoric.pdf>
- Arnold, M. B. (1963). Emotions. In A. Deutsch, & H. Fishman (Eds.), *The encyclopedia of mental health* (Vol. II; pp. 547-557). New York, NY, US: Franklin Watts. doi:10.1037/11549-017
- Averill, J.R. (1980). A constructivist view of emotion. In R. Plutchik and H. Kellerman (Ed.), *Emotion: Theory, research and experience* (pp. 305-339). New York: Academic Press.
- Averill, J. R. (2011, September). *Emotions and Creativity*. Paper presented at the 12th Conference on Creativity & Innovation (ECCI XII), Faro, Portugal.
- Bagby, R., Ayearst, L. E., Morariu, R. A., Watters, C., & Taylor, G. J. (2014). The Internet administration version of the 20-item Toronto Alexithymia Scale. *Psychological Assessment*, 26 (1), 16-22. doi:10.1037/a0034316
- Bagby, R., Parker, J. A., & Taylor, G. J. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia Scale: I. Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal of Psychosomatic Research*, 38 (1), 23-32. doi:10.1016/0022-3999(94)90005-1
- Bagozzi, R. P., Wong, N., & Yi, Y. (1999). The Role of Culture and Gender in the Relationship Between Positive and Negative Affect. *Cognition and Emotion*, 13 (6), 641-672
- Bahia, S. (2007). Quadros que compõem a criatividade: Uma análise do Teste de Torrance. *Sobredotação*, 8, 91-120
- Bain, A. (1859). *The emotions and the will*. London, UK: Parker.

- Bajgar, J., Ciarrochi, J., & Deane, F. P. (2005). Development of the Levels of Emotional Awareness Scale for Children (LEAS-C). *The British Journal of Developmental Psychology*, 23 (4), 569-586. doi: 10.1348/026151005X35417
- Barchard, K. A., Bajgar, J., Leaf, D. E., & Lane, R. D. (2010). Computer scoring of the Levels of Emotional Awareness Scale. *Behavior Research Methods*, 42 (2), 586-595. doi: 10.3758/BRM.42.2.586
- Bar-on, R. (2004). The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Rationale, description and summary of psychometric properties [Abstract]. In G. Geher (Ed.), *Measuring emotional intelligence: Common ground and controversy* (pp. 115-145). Hauppauge, NY: Nova Science Publishers
- Barrett, L. F. (1998). Discrete emotions or dimensions? The role of valence focus and arousal focus. *Cognition and Emotion*, 12 (4), 579-599
- Barret, L. (2006a). Are Emotions Natural Kinds?. *Perspectives On Psychological Science (Wiley-Blackwell)*, 1 (1), 28-58. doi:10.1111/j.1745-6916.2006.00003.x
- Barrett, L. F. (2006b). Solving the Emotion Paradox: Categorization and the Experience of Emotion. *Personality and Social Psychology Review*, 10 (1), 20-46.
- Barrett, L. F. (2009). Variety is the spice of life: A psychological constructionist approach to understanding variability in emotion. *Cognition and Emotion*, 23 (7) 1284-1306. doi: 10.1080/02699930902985894
- Barrett, L. F. (2011). Constructing emotion. *Psychological Topics*, 3, 359-380.
- Barrett, L. F. (2012). Emotions are real. *Emotion*, 12 (3), 413-429. doi:10.1037/a0027555
- Barrett, L. F., & Bliss-Moreau, E. (2009). *Affect as a Psychological Primitive*, 41, 167–218. doi:10.1016/S0065-2601(08)00404-8.
- Barrett, L. F., Gross, J., Christensen, T. C., & Benvenuto, M. (2001). Knowing what you're feeling and knowing what to do about it: Mapping the relation between emotion differentiation and emotion regulation. *Cognition and Emotion*, 15 (6), 713-724. doi: 10.1080/02699930143000239
- Barrett, L. F., Lane, R. D., Sechrest, L., & Schwartz, G. E. (2000). Sex Differences in Emotional Awareness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26 (9). 1027-1035
- Barrett, L. F., Robin, L., Pietromonaco, P. R., & Eyssell, K. M. (1998). Are Women the "More Emotional" Sex? Evidence from Emotional Experiences in Social Context. *Cognition and Emotion*, 12 (4), 555-578
- Barton, S. (1994). Chaos, Self-Organization and Psychology. *American Psychologist*, 49 (1), 5-14.

- Bentley, M. (1928). Is "emotion" more than a chapter heading? In M. L. Reymert (Ed.), *Feelings and emotions: The Wittenberg Symposium* (pp. 17–23). Worcester, MA: Clark University Press
- Borges, M. (2004). What Can Kant Teach Us about Emotions?. *The Journal of Philosophy*, 101 (3), 140-158. doi: 0022-362X/04/0103/140-58
- Bower, G. H. (1993). The fragmentation of psychology?. *American Psychologist*, 48 (8), 905-907. doi:10.1037/0003-066X.48.8.905
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., Shiffman, S., Lerner, N., & Salovey, P. (2006). Relating emotional abilities to social functioning: A comparison of self-report and performance measures of emotional intelligence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91 (4), 780–795
- Brannick, M. T., Wahi, M. M., Arce, M., Johnson, H.-A., Nazian, S., & Goldin, S. B. (2009). Comparison of trait and ability measures of emotional intelligence in medical students. *Medical Education*, 43, 1062–1068. doi: 10.1111/j.1365-2923.2009.03430.x
- Braunstein, J., & Pewzner, E. (1999). *História da Psicologia* (A. Emílio, Trad.). Lisboa: Instituto Piaget
- Campbell, D. T., & Fiske, D. W. (1959). Convergent and Discriminant Validation by the Multitrait Multimethod Matrix. *Psychological Bulletin*, 56, 81-105.
- Cannon, W. B. (1927). The James-Lange theory of emotions: a critical examination and an alternative theory. *The American Journal Of Psychology*, 39, 106-124. doi:10.2307/1415404
- Carstensen, L. L. (2006). The influence of sense of time on Human Development. *Science*, 312 (5782), 1913-1915. doi:10.1126/science.1127488
- Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity. *American Psychologist*, 54 (3), 165-181. doi:10.1037/0003-066X.54.3.165
- Carstensen, L. L., Pasupathi, M., Mayr, U., & Nesselroade, J. R. (2000). Emotional Experience in Everyday Life Across the Adult Life Span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79 (4), 644-655
- Carstensen, L. L., Turan, B., Scheibe, S., Ram, N., Ersner-Hershfield, H., Samanez-Larkin, G. R., ... Nesselroade, J. R. (2011). Emotional Experience Improves With Age: Evidence Based on Over 10 Years of Experience Sampling. *Psychology and Aging*, 26 (1), 21–33. doi:10.1037/a0021285
- Cattell, R. B. (1952). The three basic factor-analytic research designs—their interrelations and derivatives. *Psychological Bulletin*, 49 (5), 499-520. doi: 10.1037/h0054245

- Ciarrochi, J., Caputi, P., & Mayer, J. D. (2003). The distinctiveness and utility of a measure of trait Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*, 34, 1477-1490.
- Cottegnies, L. (2002). Codifying the Passions in the Classical Age: a few reflections on Charles Le Brun's scheme and its influence in France and in England. *Etudes Epistémè*, 1, 141-158
- Damásio, A. R. (2000). *O sentimento de Si: O corpo, a emoção e a neurobiologia da consciência*. Mem Martins: Publicações Europa-América (Obra original publicada em 1999)
- Damásio, A. R. (2009). *O Erro de Descartes: Emoção, Razão e Cérebro humano* (25ª ed., D. Vicente & G. Segurado, Trad.). Mem Martins, Portugal: Publicações Europa-América. (Obra original publicada em 1994).
- Darwin, C. (2009). *The Expression of the Emotions in Man and Animals*. New York, NY: Cambridge University Press. (trabalho original publicado em 1890)
- Davidson, R. J., Scherer, K. H., & Goldsmith, H. H. (2003). *Handbook of Affective Sciences*. New York, NY: Oxford University Press
- Davis, S. K., & Humphrey, N. (2012a). Emotional intelligence predicts adolescent mental health beyond personality and cognitive ability. *Personality and Individual Differences*, 52 (2), 144-149. doi:10.1016/j.paid.2011.09.016
- Davis, S. K., & Humphrey, N. (2012b). The influence of emotional intelligence (EI) on coping and mental health in adolescence: Divergent roles for trait and ability EI. *Journal of Adolescence*, 35 (5), 1369-1379. doi: 10.1016/j.adolescence.2012.05.007
- Davis, S. K., & Humphrey, N. (2014). Ability versus trait emotional intelligence: Dual influences on adolescent psychological adaptation. *Journal of Individual Differences*, 35 (1), 54-62. doi:10.1027/1614-0001/a000127
- Descartes, R. (2010). *Discurso do Método* (5ª ed.). (P. Gomes, Trad.). Lisboa: Babel (Obra original publicada circa 1633)
- Descartes, R. (2010). *The Passions of the Soul* (J. Bennett, Trad.). Retirado de: <http://www.earlymoderntexts.com/pdfs/descartes1649.pdf> (Obra original publicada em 1649)
- Dickes, P., Tournois, J., Flieller, A., & Kop, J-L. (1994). *La psychométrie*. Paris: Presses Universitaires de France
- Dixon, T. (2012). "Emotion": The history of a keyword in crisis. *Emotion Review*, 4 (4), 338-344. doi:10.1177/1754073912445814

- Eaton, L. G., & Funder, D. C. (2001). Emotional Experience in Daily Life: Valence, Variability, and Rate of Change. *Emotion*, 1 (4), 413-421. doi: 10.1037//1528-3542.1.4.413
- Ekman, P. (1992a). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6 (3/4), 169-200
- Ekman, P. (1992b). Are there basic emotions?. *Psychological Review*, 99 (3), 550-553.
- Ekman, P. (1999). Basic Emotions. In T. Dalgleish & M. Power (Eds.), *Handbook of Cognition and Emotion*. Chichester, UK: John Wiley and Sons
- Elliott, R., Watson, J. C., Goldman, R. N., & Greenberg, L. S. (2004). *Learning emotion-focused therapy: The process-experiential approach to change*. Washington, DC, USA: American Psychological Association. doi:10.1037/10725-000
- Ellsworth, P. C. (1994). William James and emotion: Is a century of fame worth a century of misunderstanding?. *Psychological Review*, 101 (2), 222-229. doi:10.1037/0033-295X.101.2.222
- Epictetus (1888). *The Enchiridion* (G. Long, Trad.). Retirado de: <http://bookre.org/reader?file=1152257>
- Feldman, L. (1995). Valence Focus and Arousal Focus: Individual Differences in the Structure of Affective Experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (1), 153-166
- Fogel, A. (2000). Foreword. In M. D. Lewis, & I. Granic (Eds.), *Emotion, Development, and Self-Organization: Dynamic Systems Approaches to Emotional Development* (pp.xi-xiii). Cambridge, UK: Cambridge University Press
- Freudenthaler, H. H., & Neubauer, A. C. (2005). Emotional intelligence: The convergent and discriminant validities of intra- and interpersonal emotional abilities. *Personality and Individual Differences*, 39 (3), 569-579
- Frijda, N. H. (2008). The Psychologists' Point of View. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.). *Handbook of Emotions* (3rd. ed.) (pp. 68-87). New York, NY: The Guilford Press
- Garfield, S. L. (1992). Eclectic psychotherapy: A common factors approach. In J. C. Norcross, M. R. Goldfried (Eds.), *Handbook of psychotherapy integration* (pp. 169-201). New York, NY: Basic Books.
- Gendron, M., & Barrett, L. (2009). Reconstructing the past: A century of ideas about emotion in psychology. *Emotion Review*, 1 (4), 316-339. doi:10.1177/1754073909338877
- González-Pardo, H., & Álvarez, M. (2013). Epigenetics and its implications for psychology. *Psicothema*, 25 (1), 3-12.
- Graver, M. R. (2007). *Stoicism and emotion*. Chicago and London: The University of Chicago Press.

- Greenberg, L. S. (2012). Emotions, the great captains of our lives: Their role in the process of change in psychotherapy. *American Psychologist*, 67 (8), 697-707. doi:10.1037/a0029858
- Griffiths, P. E. (1997). *What Emotions Really Are: The Problem of Psychological Categories*. Chicago: University of Chicago Press.
- Gross, J. J., & Barrett, L. F. (2013). The emerging field of affective science. *Emotion*, 13(6), 997-998. doi:10.1037/a0034512
- Grühn, D., Lumley, M. A., Diehl, M., & Labouvie-Vief, G. (2013). Time-based indicators of emotional complexity: Interrelations and correlates. *Emotion*, 13 (2), 226-237. doi:10.1037/a0030363
- Hay, E. L., & Diehl, M. (2011). Emotion complexity and emotion regulation across adulthood. *European Journal of Ageing*, 8, 157-168. doi: 10.1007/s10433-011-0191-7
- Hayes, S. C. (2004). Acceptance and Commitment Therapy and the New Behavior Therapies: Mindfulness, Acceptance, and Relationship. In S. C. Hayes, V. M. Follette, & M. Linehan (Eds.). *Mindfulness and acceptance: expanding the cognitive-behavioral tradition* (pp. 1-29). New York, NY: Guilford Press.
- Hegel, G. W. F. (1977). *Phenomenology of the Spirit* (A. V. Miller, Trad.). New York, NY: Oxford University Press (Trabalho original publicado em 1807)
- Izard, C. E. (2007). Basic Emotions, Natural Kinds, Emotion Schemas, and a New Paradigm. *Perspectives On Psychological Science (Wiley-Blackwell)*, 2 (3), 260-280. doi:10.1111/j.1745-6916.2007.00044.x
- Izard, C. E. (2009). Emotion Theory and Research: Highlights, Unanswered Questions, and Emerging Issues. *Annual Review of Psychology*, 60, 1-25. doi: 10.1146/annurev.psych.60.110707.163539
- Izard, C. E. (2010). The Many Meanings/Aspects of Emotion: Definitions, Functions, Activation, and Regulation. *Emotion Review*, 2 (4), 363-370. doi: 10.1177/1754073910374661
- James, W. (1884). What is an Emotion?. *Mind*, 9 (34), 188-205.
- James, W. (1890). The emotions. In Author, *The principles of psychology* (Vol. 2, pp. 442-485). New York, NY: Henry Holt and Company.
- Joseph, D. L., & Newman, D. A. (2010). Emotional Intelligence: An Integrative Meta-Analysis and Cascading Model. *Journal of Applied Psychology*, 95 (1), 54-78. doi: 0.1037/a0017286
- Kang, S. & Shaver, P. (2004). Individual Differences in Emotional Complexity: Their Psychological Implications. *Journal of Personality*, 72 (4), 687-726.

- Kelso, J. A. S. (1995). *Dynamic patterns: The self-organization of brain and behavior*. Cambridge, MA: The MIT Press.
- Keltner, D., & Ekman, P. (2000). Emotion: An overview. In A. E. Kazdin (Ed.), *Encyclopedia of Psychology* (vol. 3, pp. 162-167). Washington, DC, US; New York, NY, US: American Psychological Association. doi:10.1037/10518-062
- King, P. (2010). Emotions in medieval thought. In P. Goldie (Ed.), *The Oxford Handbook of Philosophy of Emotion* (pp. 167-188). New York, NY: Oxford University Press
- King, P. (2012). Aquinas on the Emotions. In B. Davies (Ed.), *The Oxford Handbook of Aquinas* (pp. 209-226). New York, NY: Oxford University Press
- Kleinginna, P. R., & Kleinginna, A. M. (1981). A Categorized List of Emotion Definitions, with Suggestions for a Consensual Definition. *Motivation and Emotion*, 5 (4). doi:0146-7239/81/12004)345503.00
- Kramer, D. A. (1983). Post-formal operations? A need for further conceptualization. *Human Development*, 26 (2), 91-105. doi:10.1159/000272873
- Kuhn, T. S. (1996). *The structure of scientific revolutions* (3rd ed.). Chicago and London: The University of Chicago Press (Obra original publicada em 1962)
- Lane, R. D., Quinlan, D. M., Schwartz, G. E., Walker, P. A., & Zeitlin, S. B. (1990). The Levels of Emotional Awareness Scale: A cognitive-developmental measure of emotion. *Journal of Personality Assessment*, 55 (1/2), 124-134
- Larsen, R. J., & Cutler, S. E. (1996). The complexity of individual emotional lives: A within-subject analysis of affect structure. *Journal Of Social And Clinical Psychology*, 15(2), 206-230. doi:10.1521/jscp.1996.15.2.206
- Larsen, R. J., & Fredrickson, B. L. (1999). Measurement Issues in Emotion Research. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-Being: the foundations of hedonic psychology* (pp.40-60). New York, NY, USA: Russel Sage Foundation
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and Emotion: A New Synthesis*. New York, NY, US: Springer Publishing Company
- Leeper, R. W. (1948). A motivational theory of emotion to replace 'emotion as disorganized response.'. *Psychological Review*, 55 (1), 5-21. doi:10.1037/h0061922

- Leighton, S. (1995). The values of passions in Plato and Aristotle. *Southwest Philosophy Review*, 11, 41-56.
- Lench, H. C., Flores, S. A., & Bench, S. W. (2011). Discrete emotions predict changes in cognition, judgment, experience, behavior, and physiology: A meta-analysis of experimental emotion elicitation. *Psychological Bulletin*, 137 (5), 834-855. doi: 10.1037/a0024244
- Lennon, R. T. (1951). Review of Essentials of Psychological Testing. *Journal Of Educational Psychology*, 42 (2), 124-126. doi:10.1037/h0053345
- Lewis, M. D. (2000). Emotional Self-Organization at Three Time Scales. In M. D. Lewis, & I. Granic (Eds.), *Emotion, development, and self-organization : dynamic systems approaches to emotional development*. Cambridge, UK: Cambridge University Press
- Lewis, M. (2008). The Emergence of Human Emotions. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L.F. Barrett (Eds.), *The Handbook of Emotion* (3rd ed) (pp. 304-319). New York, NY: Guilford.
- Lewis, M. D., & Granic, I. (1999). Self-organization of cognition-emotion interactions. In T. Dalgleish and M. Power (Eds.), *Handbook of cognition and emotion* (pp. 683–701). Chichester: Wiley
- Lewis, M. D., & Granic, I. (2000). Introduction: A New Approach to the Study of Emotional Development. In M. D. Lewis, & I. Granic (Eds.), *Emotion, Development, and Self-Organization: Dynamic Systems Approaches to Emotional Development*. Cambridge, UK: Cambridge University Press
- Lindquist, K., & Barrett, L. F. (2008). Emotional complexity. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L.F. Barrett (Eds.), *The Handbook of Emotion* (3rd ed) (pp. 513-530). New York, NY: Guilford
- Lindquist, K. A., Siegel, E. H., Quigley, K. S., & Barrett, L. (2013). The hundred-year emotion war: Are emotions natural kinds or psychological constructions? Comment on Lench, Flores, and Bench (2011). *Psychological Bulletin*, 139 (1), 255-263. doi:10.1037/a0029038
- Locke, E. A. (2005). Why emotional intelligence is an invalid concept. *Journal Of Organizational Behavior*, 26 (4), 425-431. doi:10.1002/job.318
- Lumley, M. A., Gustavson, B. J., Partridge, R., & Labouvie-Vief, G. (2005). Assessing alexithymia and related emotional ability constructs using multiple methods: Interrelationships among measures. *Emotion*, 5 (3), 329-342. doi:10.1037/1528-3542.5.3.329
- MacLean, P. D. (1949). Psychosomatic disease and the visceral brain: Recent developments bearing on the Papez theory of emotion. *Psychosomatic Medicine*, 11, 338–353

- Magai, C., & Haviland-Jones, J. (2004). *The Hidden Genius of Emotion: Lifespan transformations of Personality*. Cambridge, UK: Cambridge University Press
- Mandler, G. (2003). Emotion. In I. B. Weiner et al. (Ed.), *Handbook of Psychology* (Vol. 1: History of Psychology, pp. 157-175). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Marañón, G. (1985). Contribución al estudio de la acción emotiva de la adrenalina. *Estudios de Psicología*, 21, 75-89. (Artigo original publicado em 1924)
- Marôco, J. (2011). *Análise Estatística com o SPSS Statistics* (5ª ed.). Lisboa: ReportNumber
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). Emotional Intelligence: Theory, Findings and Implications. *Psychological Inquiry*, 5 (3), 197-215
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2008). Emotional Intelligence: New Ability or Eclectic Traits?. *American Psychologist*, 63(6), 503-517.
- Mayer, J.D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (pp. 3-31). New York, NY, US: Basic Books.
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Sitarenios, G. (2003). Measuring Emotional Intelligence With the MSCEIT V2.0. *Emotion*, 3 (1), 97-105. doi: 10.1037/1528-3542.3.1.97
- Messick, S. (1990). *Validity of Test Interpretation and Use*. Princeton, NJ: Educational Testing Service.
- Morin, E. (1991). *Introdução ao Pensamento Complexo* (1ª ed.). (D. Matos, Trad.). Lisboa: Instituto Piaget (Obra original publicada em 1990).
- Niedenthal, P. M. (2008). Emotion Concepts. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L.F. Barrett (Eds.), *The handbook of emotion* (3rd ed) (pp. 587-600). New York, NY: Guilford.
- Norcross, J. C. (2005). A Primer on Psychotherapy Integration. In J. C. Norcross & M. R. Goldfried (Eds.), *Handbook of psychotherapy integration* (2nd ed.) (pp. 3-23). New York, NY: Oxford University Press.
- Ong, A. D., & Bergeman, C. S. (2004). The complexity of emotions in later life. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 59 (3), 117-122. doi: 10.1093/geronb/59.3.P117
- Ortony, A., & Turner, T. J. (1990). What's Basic About Emotions?. *Psychological Review*, 97 (3), 315-331. doi: 0033-295X/90/S00.75
- Overton, W. F. (2006). Developmental Psychology: Philosophy, Concepts, Methodology. In W. Damon, & R. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology* (6th. ed) (pp.18-88). New York, NY, US: Willey

- Overton, W. F. (2013). Relationism and Relational Developmental Systems: A Paradigm for Developmental Science in the Post-Cartesian Era. In R. M. Lerner & J. B. Benson (Eds.), *Embodiment and Epigenesis: Theoretical and Methodological Issues in Understanding the Role of Biology within the Relational Developmental System Part A: Philosophical, Theoretical, and Biological Dimensions* (pp.21-64). Waltham, MA: Elsevier Inc. Academic Press
- Panksepp, J. (2007). Neurologizing the Psychology of Affects: How Appraisal-Based Constructivism and Basic Emotion Theory Can Coexist. *Perspectives on Psychological Science (Wiley-Blackwell)*, 2 (3), 281-296. doi:10.1111/j.1745-6916.2007.00045.x
- Panksepp, J. (2012). What is an emotional feeling? Lessons about affective origins from cross-species neuroscience. *Motivation & Emotion*, 36 (1), 4-15. doi:10.1007/s11031-011-9232-y
- Papadogiannis, P. K., Logan, D., & Sitarenios, G. (2009). An Ability Model of Emotional Intelligence: A Rationale, Description, and Application of the Mayer Salovey Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT). In C Stough, D. H. Saklofske, & J. D. A. Parker (Eds.), *Assessing Emotional Intelligence: Theory, Research and Applications*. New York, NY: Springer Science+Business Media. doi:10.1007/978-0-387-88370-0
- Papez, J. W. (1937). A proposed mechanism of emotion. *Archives of Neurology & Psychiatry*, 38, 725–743
- Parker, J. A., Bagby, R., Taylor, G. J., Endler, N. S., & Schmitz, P. (1993). Factorial validity of the 20-item Toronto Alexithymia Scale. *European Journal Of Personality*, 7 (4), 221-232.
- Parrott, W. (2001). *Emotions in Social Psychology*. Philadelphia: Psychology Press.
- Pepper, S. C. (1942). *World hypotheses*. Berkeley, CA: University of California Press.
- Petrides, K. V. (2011). Ability and Trait Emotional Intelligence. In T. Chamorro-Premuzic, S. von Stumm, & A. Furham (Eds.), *The Wiley-Blackwell Handbook of Individual Differences*. Chichester, UK: Blackwell Publishing
- Platão (2003). *O Banquete* (3ª ed.). (P. Gomes, Trad.). Lisboa: Guimarães Editores
- Plato (1975). *Phaedo* (D. Gallop, Trad.). New York, NY: Oxford University Press
- Plato (2005). *The Republic* (Webster's Online Dictionary Ed.). San Diego, CA: ICON Group International
- Plutchik, R. (2000). *Emotions in the practice of psychotherapy: Clinical implications of affect theories*. Washington, DC, US: American Psychological Association.

- Prazeres, N., Taylor, G. J., & Parker, J. D. A. (2008). Escala de Alexitimia de Toronto de Vinte Itens (TAS-20). In L. S. Almeida, M. R. Simões, C. Machado, & M. M. Gonçalves (Eds.), *Avaliação psicológica: Instrumentos validados para a população portuguesa (Vol II, 2ª ed.)* (pp.95-107). Coimbra: Quarteto.
- Ready, R. E., Åkerstedt, A. M., & Mroczek, D. K. (2011): Emotional complexity and emotional well-being in older adults: Risks of high neuroticism. *Aging & Mental Health*, 16 (1) 1-10, doi:10.1080/13607863.2011.602961
- Ready, R. E., Carvalho, J. O., & Weinberger, M. I. (2008). Emotional Complexity in Younger, Midlife, and Older Adults. *Psychology and Aging*, 23 (4), 928-933. doi: 10.1037/a0014003
- Reisenzein, R. (2007). What is a definition of emotion? And are emotions mental-behavioral processes?. *Social Science Information*, 46 (3), 424-428. doi: 10.1177/05390184070460030110
- Reuchlin, M. (2002). *Evolução da Psicologia Diferencial* (M. J. Miranda & M. J. Afonso, Trad.). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian. (Obra original publicada em 1999)
- Ribeiro, I. S., Almeida, L. S., Costa, A. B., Gaspar, A., Paiva, L., Paz, J., & Silva, I. (1994). Provas para Avaliação da Realização Cognitiva (PARC): Características Métricas dos Itens e dos Resultados. *Avaliação Psicológica: Formas e Contextos*, 2, 273-280.
- Roseman, I. J., & Smith, C. A. (2001). Appraisal theory: Overview, assumptions, varieties, controversies. In K. R. Scherer, A. Schorr, & T. Johnstone (Eds.), *Appraisal Processes in Emotion: Theory, Methods, Research*. New York, NY, US: Oxford University Press
- Sackett, P. R., Zedeck, S., & Fogli, L. (1988). Relations Between Measures of Typical and Maximum Job Performance. *Journal of Applied Psychology*, 73(3), 482-486.
- Schachter, S., & Singer, J. E. (1962). Cognitive, social and physiological determinants of emotional states . *Psychological Review*, 69 (5), 379-399
- Scherer, K. R. (1982). Emotion as a process: Function, origin and regulation. *Social Science Information*, 21 (4/5), 555-570. doi: 10.1177/053901882021004004
- Scherer, K. R. (2000). Psychological Models of Emotion. In J. Borod (Ed.), *The Neuropsychology of Emotion* (pp. 137-162). Oxford and New York: Oxford University Press
- Scherer, K. R. (2001). Appraisal considered as a Process of Multilevel Sequential Checking. In K. R. Scherer, A. Schorr, & T. Johnstone (Eds.), *Appraisal Processes in Emotion: Theory, Methods, Research* (pp.92-120). New York, NY: Oxford University Press

- Scherer, K. R. (2005). What are emotions? And how can they be measured?. *Social Science Information*, 44 (4), 695-729. doi: 10.1177/0539018405058216
- Schneider, K. J. (1998). Toward a science of the heart: Romanticism and the revival of psychology. *American Psychologist*, 53 (3), 277-289. doi:10.1037/0003-066X.53.3.277
- Schutte, N. W., Malouff, J. M., & Hine, D. W. (2011). The association of ability and trait emotional intelligence with alcohol problems. *Addiction Research & Theory*, 19 (3), 260-265. doi: 10.3109/16066359.2010.512108
- Smith, C. A., & Ellsworth, P. C. (1985). Patterns of cognitive appraisal in emotion. *Journal of Personality And Social Psychology*, 48 (4), 813-838. doi:10.1037/0022-3514.48.4.813
- Solomon, R. C. (2008). The Philosophy of Emotions. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. Feldman Barrett (Eds.). *Handbook of Emotions* (3rd. ed.) (pp. 3-16). New York, NY: The Guilford Press
- Staats, A. W. (1991). Unified positivism and unification psychology: Fad or new field?. *American Psychologist*, 46 (9), 899-912. doi:10.1037/0003-066X.46.9.899
- Sternberg, R. J., & Grigorenko, E. L. (2001). Unified psychology. *American Psychologist*, 56 (12), 1069-1079. doi:10.1037/0003-066X.56.12.1069
- Stevens, S. S. (1946). On the Theory of Scales of Measurement. *Science*, 103 (2684), 677-680
- Suvak, M. K., Litz, B. T., Sloan, D. M., Zanarini, M. C., Barrett, L., & Hofmann, S. G. (2011). Emotional granularity and borderline personality disorder. *Journal Of Abnormal Psychology*, 120 (2), 414-426. doi:10.1037/a0021808
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. A (1997). *Disorders of affect regulation: alexithymia in medical and psychiatric illness*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Taylor, G. J., Bagby, R., & Parker, J. A. (2003). The 20-Item Toronto Alexithymia Scale: IV. Reliability and factorial validity in different languages and cultures. *Journal Of Psychosomatic Research*, 55 (3), 277. doi:10.1016/S0022-3999(02)00601-3
- Tolstoy, L. (1963). *Guerra e Paz: Vol. 2* (G. Falcão, Trad.). Lisboa: Editorial Minerva
- Tomkins, S. S. (2008). *Affect imagery consciousness: the complete edition*. New York, NY: Springer Publishing Company.
- Tracy, J. L., & Randles, D. (2011). Four models of basic emotions: A review of Ekman and Cordaro, Izard, Levenson, and Panksepp and Watt. *Emotion Review*, 3 (4), 397-405. doi:10.1177/1754073911410747

- Van den Bergh, B. R. (1990). The influence of maternal emotions during pregnancy on fetal and neonatal behavior. *Journal Of Prenatal & Perinatal Psychology & Health*, 5 (2), 119-130.
- Vasco, A. B. (2001). Fundamentos para um modelo integrativo de “complementaridade paradigmática”. *Psicologia*, XV (2), 219-226.
- Vasco, A. B. (2013). Sinto e Penso, logo Existo!: Abordagem Integrativa das Emoções. *PsiLogos*, 11 (1), 37-44.
- Vaz, F. M., Martins, C., & Martins, E. C. (2008). *Diferenciação emocional e Regulação Emocional em adultos portugueses*, *Psicologia*, 22 (2), 123-135.
- Vaz, J. M. (2009). *Diferenciação e Regulação Emocional na Idade Adulta: Tradução e Validação de Dois Instrumentos de Avaliação para a População Portuguesa*. Dissertação de mestrado não publicada. Universidade do Minho.
- Waldrop, M. M. (1992). *Complexity: The Emerging Science at the Edge of Order and Chaos*. New York, NY: Simon & Schuster.
- Wampold, B. E. (2010). The research evidence for the common factors models: A historically situated perspective. In B. L. Duncan, S. D. Miller, B. E. Wampold, M. A. Hubble (Eds.), *The heart and soul of change: Delivering what works in therapy* (2nd ed.) (pp. 49-81). Washington, DC, US: American Psychological Association. doi:10.1037/12075-002
- Watson, D., & Clark, L. A. (1994). *The PANAS-X: Manual for the Positive and Negative Affect Schedule - Expanded Form*. Iowa City, IA: University of Iowa
- Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin*, 98 (2), 219-235. doi:10.1037/0033-2909.98.2.219
- Widen, S. C., & Russell, J. A. (2008). Children acquire emotion categories gradually. *Cognitive Development*, 23, 291-312. doi: 10.1016/j.cogdev.2008.01.002
- Wundt, W. (1897). *Outlines of psychology* (C. H. Judd, Trad.). Retirado de: <http://psychclassics.yorku.ca/Wundt/Outlines/index.htm>
- Yanchar, S. C., & Slife, B. D. (1997). Pursuing unity in a fragmented psychology: Problems and prospects. *Review Of General Psychology*, 1 (3), 235-255. doi:10.1037/1089-2680.1.3.235
- Yik, M. M., Russell, J. A., & Barrett, L. (1999). Structure of self-reported current affect: Integration and beyond. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 77 (3), 600-619. doi:10.1037/0022-3514.77.3.600

Zittoun, T., Gillespie, A., & Cornish, F. (2009). Fragmentation or differentiation: Questioning the crisis in psychology. *Integrative Psychological & Behavioral Science*, 43 (2), 104-115. doi:10.1007/s12124-008-9083-6

## **Anexos**

## **Anexo A**

Lista de 221 palavras relativas a emoções utilizada no estudo de classificação com juízes especialistas

Tabela 5

Lista de 221 palavras relativas a emoções utilizadas no estudo de classificação por juízes especialistas

1. À vontade	56. Compassivo	111. Entretido	166. Magoado
2. Abandonado	57. Concentrado	112. Entusiasmado	167. Mal-humorado
3. Abatido	58. Confortável	113. Entusiástico	168. Medroso
4. Acanhado	59. Confuso	114. Envergonhado	169. Meigo
5. Aceitante	60. Consternado	115. Envolvido	170. Melancólico
6. Admirado	61. Constrangido	116. Escandalizado	171. Miserável
7. Afetuoso	62. Contente	117. Espantado	172. Motivado
8. Aflito	63. Corajoso	118. Espirituoso	173. Nauseado
9. Agitado	64. Culpado	119. Estarrecido	174. Negligenciado
10. Agradado	65. Curioso	120. Estimulado	175. Nervoso
11. Agressivo	66. Danado	121. Estupefacto	176. Nostálgico
12. Alarmado	67. De bom humor	122. Eufórico	177. Ofendido
13. Alegre	68. Dececionado	123. Exaltado	178. Orgulhoso
14. Alerta	69. Desiludido	124. Exasperado	179. Otimista
15. Alienado	70. Deleitado	125. Excitado	180. Pasmado
16. Aliviado	71. Deliciado	126. Extasiado	181. Pasma
17. Amargurado	72. Deprimido	127. Extático	182. Perplexo
18. Amedrontado	73. Derrotado	128. Exultante	183. Pesaroso
19. Angustiado	74. Desafortunado	129. Farto	184. Preguiçoso
20. Animado	75. Desagradado	130. Fascinado	185. Preocupado
21. Ansioso	76. Desalentado	131. Fatigado	186. Raivoso
22. Apaixonado	77. Desamparado	132. Feliz	187. Receoso
23. Apático	78. Desanimado	133. Feroz	188. Rejeitado
24. Apavorado	79. Desapontado	134. Frustrado	189. Relaxado
25. Apreensivo	80. Desconfortável	135. Fulo	190. Repudiado
26. Arrebatado	81. Descontente	136. Furioso	191. Ressentido
27. Arrependido	82. Descontraído	137. Grato	192. Reverente
28. Arrogante	83. Desdenhoso	138. Hesitante	193. Satisfeito
29. Assustado	84. Desejoso	139. Histérico	194. Saturado
30. Atemorizado	85. Desencorajado	140. Horrorizado	195. Saudoso
31. Atento	86. Desmoralizado	141. Hostil	196. Sem esperança
32. Aterrorizado	87. Desesperado	142. Humilhado	197. Sereno
33. Atônito	88. Desesperançado	143. Impaciente	198. Simpático
34. Atormentado	89. Desgostoso	144. Impotente	199. Só

---

35. Atraído	90. Deslumbrado	145. Impressionado	200. Solitário
36. Audaz	91. Despreocupado	146. Incrédulo	201. Sombrio
37. Ávido	92. Destemido	147. Indeciso	202. Sonolento
38. Bem-disposto	93. Divertido	148. Indefeso	203. Sossegado
39. Bravo	94. Em agonia	149. Indiferente	204. Surpreendido
40. Brincalhão	95. Em cólera	150. Indignado	205. Surpreso
41. Calmo	96. Em pânico	151. Infeliz	206. Tenso
42. Caloroso	97. Embaraçado	152. Inquieto	207. Terno
43. Cansado	98. Emocionado	153. Insatisfeito	208. Tímido
44. Carinhoso	99. Empático	154. Inspirado	209. Tocado
45. Chateado	100. Empolgado	155. Interessado	210. Tranquilo
46. Chocado	101. Enamorado	156. Intimidado	211. Transtornado
47. Ciumento	102. Encantado	157. Intrigado	212. Trémulo
48. Cobarde	103. Enciumado	158. Invejoso	213. Triste
49. Colérico	104. Enérgico	159. Irado	214. Triunfante
50. Com desprezo	105. Enfadado	160. Irritado	215. Ultrajado
51. Com inveja	106. Enjoado	161. Irritável	216. Vacilante
52. Com medo	107. Enlutado	162. Isolado	217. Vigoroso
53. Com ódio	108. Enojado	163. Jovial	218. Vingativo
54. Com raiva	109. Enraivecido	164. Jubiloso	219. Vivaz
55. Comovido	110. Entediado	165. Lento	220. Vívido
			221. Zangado

---

Nota: A presente lista é elencada por um conjunto de adjetivos utilizados na construção de alguns dos itens da ECDE. Diz respeito a um levantamento prévio quanto a palavras relativas a emoções que, no entanto, diferem entre si no grau em que representam o que consensualmente se entende como um estado emocional. A análise posterior de classificação destas palavras quanto às dimensões de “emocionalidade” e “granularidade” aparece descrita no texto principal. Pelos motivos indicados, a presente lista não deve ser encarada como uma lista de emoções ou adjetivos emocionais.

---

## **Anexo B**

### Consentimento Informado

## Consentimento Informado

A presente investigação insere-se na dissertação de mestrado que me encontro a realizar em Psicologia Clínica e da Saúde pela Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Este trabalho procura estudar as competências emocionais de jovens e adultos, nomeadamente nas suas capacidades de reconhecimento e expressão emocional.

A sua participação consiste no preenchimento de um conjunto de questionários, cuja aplicação é feita num único momento com duração aproximada entre 45 a 55 minutos. A todos os participantes é reservado o direito ao anonimato, não sendo recolhidos quaisquer dados que permitam a sua identificação, e todas as informações são confidenciais, destinando-se a ser tratadas somente no âmbito da investigação. A sua colaboração é voluntária, o que significa que pode desistir da sua participação a qualquer momento.

Caso pretenda tomar conhecimento dos resultados desta investigação, ou pretenda obter algum esclarecimento adicional relativamente a este estudo, poderá enviar o seu pedido para o endereço eletrónico: [dguedes@campus.ul.pt](mailto:dguedes@campus.ul.pt).

Obrigado pela sua colaboração,

David Ferreira Guedes (Investigador)

Prof.Doutora Maria João Afonso (Orientadora, Prof. Auxiliar)

## **Anexo C**

Exemplos de itens da Escala de Complexidade e Diferenciação  
Emocional

## Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional

Instruções e exemplos de itens dos diferentes subtestes

### Subteste

---

A. IMAGENS

### Instruções

---

Tome o seu tempo para observar a seguinte imagem e preste atenção às emoções que esta lhe desperta. Depois de dar atenção ao que está a sentir no momento, procure dar nome a essas emoções.

Utilize os espaços abaixo para nomear todas as emoções que conseguir identificar. Note que pode apenas identificar uma emoção ou pode ocupar todos os espaços.

Para cada emoção que identificou, indique em que grau a considera agradável ou desagradável, utilizando "1" para um estado desagradável, "7" para um estado agradável e "4" para um estado neutro.

De seguida, indique em que grau a considera tranquilizante ou excitante, utilizando "1" para um estado tranquilizante (baixa ativação emocional), "7" para um estado excitante (alta ativação emocional) e "4" para um estado médio de ativação.

Atenção: Ao nomear as emoções, procure utilizar substantivos (Exemplo: TRISTEZA), em vez de adjetivos (Exemplo: TRISTE).

(Continua na página seguinte)





## Subteste

---

### C. FAMÍLIAS DE EMOÇÕES

#### Instruções

---

De seguida é apresentada uma lista de emoções. Tendo em conta a parecença de algumas destas emoções entre si é possível agrupá-las em conjuntos, como se fossem famílias.

Utilizando as caixas identificadas por letras do alfabeto, clique e arraste cada emoção de forma a agrupar na mesma caixa as emoções que considera pertencerem à mesma família. Se se enganar, pode mudá-las de sítio até obter um agrupamento do seu agrado.

Não existem critérios certos ou errados para agrupar as emoções, apenas aqueles que considerar adequados de acordo com o seu conhecimento sobre elas. Não existe também um número máximo de famílias. Pode colocar todas as emoções numa só família ou então pode utilizar todas as caixas que são disponibilizadas. Antes de dar por terminada a tarefa, certifique-se que não esqueceu nenhuma das 27 emoções, pois isso invalidaria a sua resposta.

#### Item Exemplo

---

Itens	Família A	Família B	Família C
Terror			
Desamparo			
Culpa			
Espanto			
Euforia			
Humilhação			
Interesse			
Raiva			
Arrependimento			
Angústia			
Zanga			
Perplexidade			
Desespero			
Constrangimento			
Alegria			
Medo			
Melancolia			
Ira			
Aflição			
Ansiedade			
Apreensão			
Vergonha			
Éxtase			
Pavor			
Entusiasmo			
Choque			
Solidão			
	Família D	Família E	Família F
	Família G	Família H	Família I
	Família J		

## Subteste

---

### D. ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES

#### Instruções

---

De seguida são apresentados excertos que descrevem episódios emocionais. Para cada um, é apresentado um conjunto de emoções que poderia sentir nesta situação, sendo algumas mais específicas e adequadas que outras.

Não se pretende que escolha uma resposta emocional para cada cenário mas antes que ordene as emoções por ordem de probabilidade. Assim, para cada cenário, coloque no topo a emoção que julga que mais provavelmente sentiria nessa situação e assim sucessivamente até à emoção que considera menos adequada, que deverá vir em último lugar. Para ordenar as várias emoções, clique sobre a palavra que deseja movimentar e utilize as setas laterais para a fazer ascender ou descender.

#### Item Exemplo

---

"Descobri um antigo baú que julgava perdido. No seu interior, reencontrei centenas de antigas fotografias. Percorri-as durante horas e foi como se estivesse a viver todos estes momentos novamente. O cheiro da praia nas férias de verão, os sons das vozes animadas nos aniversários de amigos e tantas outras memórias que ganharam vida."

*Se fosse esta pessoa, como se sentiria nesta situação?*

Interface de ordenação de emoções. O formulário contém uma lista de emoções: Melancólico(a), Triste, Comovido(a), Abatido(a) e Nostálgico(a). À esquerda da lista há duas setas (↑ e ↓) para mover a seleção. À direita há duas setas (↑ e ↓) para mover o item selecionado.

## Subteste

---

### E. AUTORRELATO

### Instruções

---

De seguida apresentamos-lhe algumas afirmações relativas à sua vida emocional. Indique em que grau concorda com cada uma delas utilizando “1” para o caso de discordar totalmente e “5” para o caso de concordar totalmente.

### Item Exemplo

---

De seguida apresentamos-lhe algumas afirmações relativas à sua vida emocional. Indique em que grau concorda com cada uma delas utilizando “1” para o caso de discordar totalmente e “5” para o caso de concordar totalmente.

	Discordo totalmente	Não concordo nem discordo			Concordo totalmente
	1	2	3	4	5
1. Tenho dificuldade em dar nomes àquilo que sinto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Para mim a alegria e a tristeza são estados opostos e incompatíveis	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Sou capaz de experienciar emoções diferentes em relação a uma mesma coisa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Considero que a minha vida emocional é rica e variada	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Geralmente sou capaz de identificar os meus sentimentos com precisão	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Na maior parte das vezes sinto-me simplesmente bem	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Considero que uma emoção nunca é nem totalmente positiva nem totalmente negativa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Tenho dificuldade em perceber a diferença entre o que sinto e o que penso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Se tivesse que resumir a minha vida emocional diria que ou me sinto bem ou me sinto mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## **Anexo D**

Sumário das transformações de dados dos subtestes de desempenho máximo da ECDE

Tabela 6

Transformações operadas sobre os dados dos subtestes de desempenho máximo da ECDE

Dados de base	Transformação	Resultado	Designação	Variável com isomorfismo
A. IMAGENS				
Valores omissos da classificação de valência <sup>1</sup>	Subtração do número de dados omissos do total de valores possíveis (5 - x) para cada emoção	Número de emoções identificadas	A1	Número de Emoções
Valores de classificação de ativação e valência	Aplicação da fórmula do teorema de Pitágoras para cálculo de $h$	Utilização da informação de ativação e valência para classificar cada emoção	A2	-
A2	Somatório dos valores de $h$ de todas as emoções identificadas numa dada imagem	Total dos valores de $h$ em cada situação (imagem)	A3	-
A3 + A1	Divisão do somatório de $h$ pelo número de emoções identificadas	Valor médio de diferenciação por imagem	A4	Diferenciação de Emoções
B. DIFERENCIAÇÃO DE EMOÇÕES				
Valores de resposta quanto à semelhança entre cada par de emoções ( $y$ )	Diferença entre a mediana da amostra e o valor da resposta ( $Mdn - y$ )	Distância de cada resposta à mediana da amostra para esse par de emoções	B1	-
B1	Recodificação da variável, de forma que a uma maior proximidade da mediana corresponda maior pontuação	Proximidade à mediana para cada par de emoções	B2	-
B2	Somatório dos valores de B2 para cada emoção-alvo <sup>2</sup>	Soma das pontuações para cada uma das emoções-alvo	B3	-
B3	Divisão pelo número de pares (emoção alvo-emoção)	Valor médio de adequação da diferenciação para cada emoção-alvo	B4	Diferenciação de Emoções
C. FAMÍLIAS DE EMOÇÕES				
Valores dentro de casos	Contagem da frequência de cada número atribuído a uma família <sup>3</sup>	Número de emoções por família	C1	-

C1	Contagem do número de famílias com pelo menos uma emoção	Número de famílias	C2	Famílias de Emoções
D. ORDENAÇÃO DE EMOÇÕES				
Valores absolutos da posição de ordem	Diferença entre a posição de ordem do sujeito e a mediana das posições de ordem da amostra para cada emoção	Distância à mediana da amostra para cada emoção	D1	-
D1	Recodificação da variável, de forma que a uma maior proximidade da mediana corresponda maior pontuação	Proximidade à mediana da amostra para cada emoção	D2	-
D2	Somatório dos valores de proximidade das diferentes emoções para cada um dos cenários	Proximidade à mediana da amostra por cada cenário	D3	-
D3	Divisão pelo número de emoções	Valor médio da proximidade à mediana	D4	Diferenciação de Emoções
Valores absolutos da posição de ordem + Classificação de granularidade de cada emoção <sup>4</sup>	Inversão dos valores de posição de ordem e multiplicação pelo valor de granularidade	Pontuação de granularidade por emoção	D5	-
D5	Somatório dos valores de D5 para cada cenário	Granularidade total por cenário	D6	-
D6	Divisão pelo número de emoções	Granularidade média por cenário	D7	Granularidade Emocional

<sup>1</sup> Para cada emoção identificada nas imagens, o participante deve classifica-la quanto a valência e ativação. A contagem de dados omissos numa dessas escalas é, assim, uma forma rápida de calcular o número de espaços deixados em branco, no total dos 5 espaços passíveis de serem preenchidos

<sup>2</sup> Neste subtteste, há quatro emoções-alvo que são comparadas, cada uma delas, com oito outras emoções

<sup>3</sup> Neste caso, a plataforma Qualtrics numera as diferentes famílias e, para cada emoção, é dada a indicação do número da família a que foi alocada (de 0 a 9). Assim, para cada participante, é feita a contagem do número de vezes que surge cada número de 0 a 9, de maneira a chegar ao número de emoções por cada família

<sup>4</sup> Valor de granularidade obtido através da classificação dos juízes

$x$  – número de dados omissos na classificação de valência

$h$  - Hipotenusa calculada com o valor de valência e ativação (catetos)

Mdn – Mediana

$y$  – Valores de resposta quanto ao grau de semelhança entre cada par de emoções

## **Anexo E**

Matriz de saturação fatorial do subtteste AUTORRELATO da ECDE

Tabela 7

Matriz de saturação fatorial do subteste AUTORRELATO da Escala de Complexidade e Diferenciação Emocional (n = 110)

	Fator I	Fator II	Fator III	Fator IV
4. Considero que a minha vida emocional é rica e variada	<b>,605</b>	,074	,250	,305
12. Sou atento ao que acontece no meu corpo e na minha mente quando sinto diferentes emoções	<b>,788</b>	,135	-,101	-,082
20. Sou bom a reconhecer emoções em mim e nos outros	<b>,650</b>	,455	,226	,073
23. Consigo notar diferenças nas reações do meu corpo em diferentes situações	<b>,688</b>	,067	-,185	-,092
34. Sou atento às variações e sutilezas das emoções	<b>,732</b>	,197	-,048	,090
1. Tenho dificuldade em dar nomes àquilo que sinto (i)	,077	<b>,801</b>	,024	,080
8. Tenho dificuldade em perceber a diferença entre o que sinto e o que penso (i)	,024	<b>,783</b>	,268	-,065
17. Tenho quase sempre dificuldade em responder quando me perguntam o que sinto (i)	,222	<b>,723</b>	,072	-,095
30. As emoções para mim são como borrões onde é difícil distinguir ao certo o que estou a sentir (i)	,202	<b>,706</b>	,020	-,049
32. Consigo identificar emoções com muita precisão	,573	<b>,525</b>	-,026	-,012
2. Para mim a alegria e a tristeza são estados opostos e incompatíveis (i)	,010	,101	<b>,676</b>	,201
9. Se tivesse que resumir a minha vida emocional diria que ou me sinto bem ou me sinto mal (i)	-,204	,164	<b>,672</b>	,025
13. Por vezes fico perplexo com certas atitudes que tenho (i)	,214	,141	<b>,546</b>	-,520
19. Para mim há dois tipos de emoções: boas e más (i)	-,083	,013	<b>,694</b>	,253
21. Por vezes atuo de forma diferente do que gostaria, sem perceber porquê (i)	,302	,095	<b>,611</b>	-,510
10. Considero que na vida sentimos um número incontável de emoções	-,116	,093	,111	<b>,618</b>
14. Acho que as emoções que sinto no dia-a-dia provavelmente se contam pelos dedos (i)	,391	-,147	,376	<b>,410</b>
26. O dicionário é curto demais para a riqueza da vida emocional	,127	-,071	,098	<b>,760</b>

27. Se as emoções fossem cores, a minha vida seria um quadro muito colorido	,439	,081	,059	<b>,511</b>
29. Na maior parte do tempo, sinto-me simplesmente "normal" (i)	,065	-,065	,057	<b>,500</b>

---

Fator I: Sensibilidade Emocional; Fator II: Reconhecimento Emocional; Fator III: Integração Emocional; Fator IV: Amplitude Emocional

i = item invertido

---