

# Desenvolvimento humano e envelhecimento

ANTÓNIO MANUEL FONSECA

## Títulos da colecção

1. Christian Scharfetter, *Introdução à Psicopatologia Geral*
2. Jean Bergeret, *A Personalidade Normal e Patológica*
3. Anthony Bateman e Jeremy Holmes, *Introdução à Psicanálise*
4. Jean Bergeret (dir.), *Psicologia Patológica*
5. Kenneth T. Strongman, *A Psicologia da Emoção*
6. Catherine Chabert, *O Rorschach na Clínica do Adulto*
7. Nina Rausch de Traubenberg e Marie-France Boizou, *O Rorschach na Clínica Infantil*
8. Sidney Bloch (coord.), *Uma Introdução às Psicoterapias*
9. Vica Shentoub e col., *Manual de Utilização do TAT*
10. Nicolas Guéguen, *Manual de Estatística para Psicólogos*
11. Jane Ogden, *Psicologia da Saúde*
12. José Luís Pais Ribeiro, *Investigação e Avaliação em Psicologia e Saúde*
13. Luísa Barros *Psicologia Pediátrica – Perspectiva Desenvolvimentalista*
14. Paul Bennet e Simon Murphy, *Psicologia e Promoção da Saúde*
15. Monika Boekholt, *Provas Temáticas na Clínica Infantil*
16. Catherine Chabert, *A Psicopatologia à Prova no Rorschach*
17. Isabel Trindade e José A. Carvalho Teixeira, *Psicologia nos Cuidados de Saúde Primários*
18. J. Mark G. Williams e cols., *Psicologia Cognitiva e Perturbações Emocionais*
19. Alain Braconnier, *Psicologia Dinâmica e Psicanálise*
20. Constança Paúl e António M. Fonseca, *Psicossociologia da Saúde*
21. Adrian Wells e Gerald Matthews, *Atenção e Emoção, Uma Visão Clínica*
22. Maria do Rosário Dias e Estrella Durá (coord.), *Territórios da Psicologia Oncológica*
23. Paul Bennett, *Introdução Clínica à Psicologia da Saúde*
24. Daniel Marcelli, *Os Estados Depressivos na Adolescência*
25. Maria da Graça Pereira e Cristiana Lopes, *O Doente Oncológico e a Sua Família*
26. Philippe Mazet e Serge Stoleru, *Psicopatologia do Lactente e da Criança Pequena*
27. João P. Maroco e Regina Bispo, *Estatística Aplicada às Ciências Humanas e Sociais*
28. Adrian Wells, *Perturbações Emocionais e Metacognição*
29. Charles Tijus, *Introdução à Psicologia Cognitiva*
30. Antonio Imbasciati, *Nascimento e Construção da Mente. A Teoria do Protomental*
31. Nicole Guedeney e Antoine Guedeney (coord.), *A Vinculação. Conceitos e Aplicações*
32. José Pinto Gouveia, Serafim Carvalho e Lúcia Fonseca, *Pânico – da Compreensão ao Tratamento*
33. António M. Diniz, *Sobre Essas Coisas a Que Chamamos Crenças. Para Uma Propedêutica da Psicologia da Crença*
34. Quentin Debray e Daniel Nolle, *As Personalidades Patológicas. Abordagem Cognitiva e Terapêutica*
35. António Manuel Fonseca, *Desenvolvimento Humano e Envelhecimento*
36. Daniel Marcelli e Alain Braconnier, *Adolescência e Psicopatologia*

# ÍNDICE

Título	<i>Desenvolvimento Humano e Envelhecimento</i>
Autor	António Manuel Fonseca
Copyright	© Climepsi Editores, 2004
Capa	Roberto Medeiros Ilustração: Ernesto Shikhani, <i>Sem Título</i> , Beira, 1978 Técnica: têmpera e tinta-da-china sobre papel, 61 × 43 cm Cortesia da Perve Galeria – www.a-perve.rcts.pt
Revisão	Fernanda Fonseca
Paginação	Marina Piedade Ferreira
Impressão e acabamento	Guide – Artes Gráficas, Lda.

ISBN 972-796-156-8  
Depósito legal n.º 220772/04

1.ª edição, Lisboa, Fevereiro de 2005

Reservados todos os direitos para

CLIMEPSI EDITORES  
CLIMEPSI – Sociedade Médico-Psicológica, L.<sup>da</sup>  
Rua Pinheiro Chagas, 38, 1.º D.<sup>to</sup>  
1050-179 Lisboa – Portugal  
Telefone: +351 21 317 47 09  
Fax: +351 21 352 85 74  
E-mail: info@climepsi.pt  
www.climepsi.pt

Nenhuma parte deste livro pode ser reproduzida por qualquer processo, incluindo a fotocópia, transmitida ou traduzida em linguagem máquina sem a autorização por escrito do editor.

Prefácio .....	11
Introdução .....	13

## PRIMEIRA PARTE

### O conceito de desenvolvimento humano

1. De que falamos quando falamos de <i>desenvolvimento</i> ? .....	19
O estudo das «mudanças» no desenvolvimento humano .....	20
A aplicação da ciência desenvolvimental.....	25
A pesquisa desenvolvimental na idade adulta e na velhice .....	28
2. Os paradigmas do desenvolvimento .....	39
Mecanicismo: estímulos e determinismo .....	41
Organicismo: estruturas e estádios .....	42
A teoria psicossocial do desenvolvimento .....	44
O « <i>self</i> em evolução» .....	45
As «épocas de vida» do homem adulto .....	46
Um olhar crítico sobre as perspectivas organicistas .....	47
Contextualismo: a interacção organismo-contexto .....	52
A abordagem ecológica do desenvolvimento humano .....	57
O contextualismo desenvolvimental .....	61
A teoria da acção e do controlo pessoal sobre o desenvolvimento .....	66
O desenvolvimento intencional .....	70
As limitações do contextualismo e a «solução interaccionista» ..	74

3. A psicologia desenvolvimental do ciclo de vida .....	77
As condições de emergência .....	77
Um estatuto científico multidisciplinar .....	80
Delimitação conceptual .....	84
Influências desenvolvimentais .....	92
Ganhos e perdas desenvolvimentais .....	95
O modelo SOC («Seleção-Optimização-Compensação») .....	99
Dez proposições directrizes .....	104
O estudo do envelhecimento segundo a psicologia do ciclo de vida .....	107

#### SEGUNDA PARTE

#### Envelhecimento e adaptação

4. Perspectivas desenvolvimentais .....	117
Do organicismo ao contextualismo .....	118
Actividade, desligamento, continuidade e teoria cognitiva do envelhecimento .....	122
As abordagens da psicologia do ciclo de vida .....	129
Um enquadramento biopsicossocial do envelhecimento .....	130
Variabilidade e plasticidade .....	134
5. Acontecimentos de vida, <i>stress</i> e <i>coping</i> .....	137
O que é um acontecimento de vida? .....	137
Acontecimentos de vida e <i>stress</i> .....	138
Acontecimentos de vida e desenvolvimento psicológico .....	142
<i>Stress</i> e <i>coping</i> .....	145
A abordagem psicológica «clássica» .....	147
Um olhar desenvolvimental sobre o conceito de <i>coping</i> .....	154
A teoria salutogénica .....	157
6. Transição e adaptação .....	161
A transição .....	162
A adaptação .....	166
O processo de «transição-adaptação»: factores de mediação .....	169
Transições e desenvolvimento psicológico .....	173
Transição e crise .....	176
O processo de «transição-adaptação» aplicado ao envelhecimento .....	182

7. A acção e o controlo pessoal sobre o desenvolvimento na idade adulta e velhice .....	187
Objectivos, ganhos e perdas desenvolvimentais .....	187
Os processos de assimilação e acomodação .....	193
A acomodação flexível .....	200
8. Psicologia desenvolvimental do ciclo de vida e adaptação ao envelhecimento .....	205
Desenvolvimento e tarefas adaptativas .....	205
O «envelhecimento bem-sucedido» .....	210
O balanço entre ganhos e perdas .....	211
O recurso ao modelo SOC .....	213
A regulação da identidade pessoal .....	218
9. Em síntese: riscos, oportunidades e desafios adaptativos do envelhecimento .....	223
Bibliografia .....	233