



GOVERNO DA FEDERAÇÃO DA RÚSSIA  
 INSTITUIÇÃO FEDERAL DE ORÇAMENTO ESTATAL DO ENSINO SUPERIOR PROFISSIONAL

«Universidade Estatal de São Petersburgo »

(UESP)

Faculdade de psicologia

Programa educacional de pós-graduação profissional

«Psicologia»



**Correlações psicológicas de escolha das imagens nas pessoas com  
 diferentes níveis de bem-estar psicológico.**

*Odintsova Veronica, Doutora em Ciências Médicas, professora associada da Cátedra de Ontopsicologia da*

*UESP*

**ORIENTADOR**

**Orientador científico:**

Clínica & Consultoria

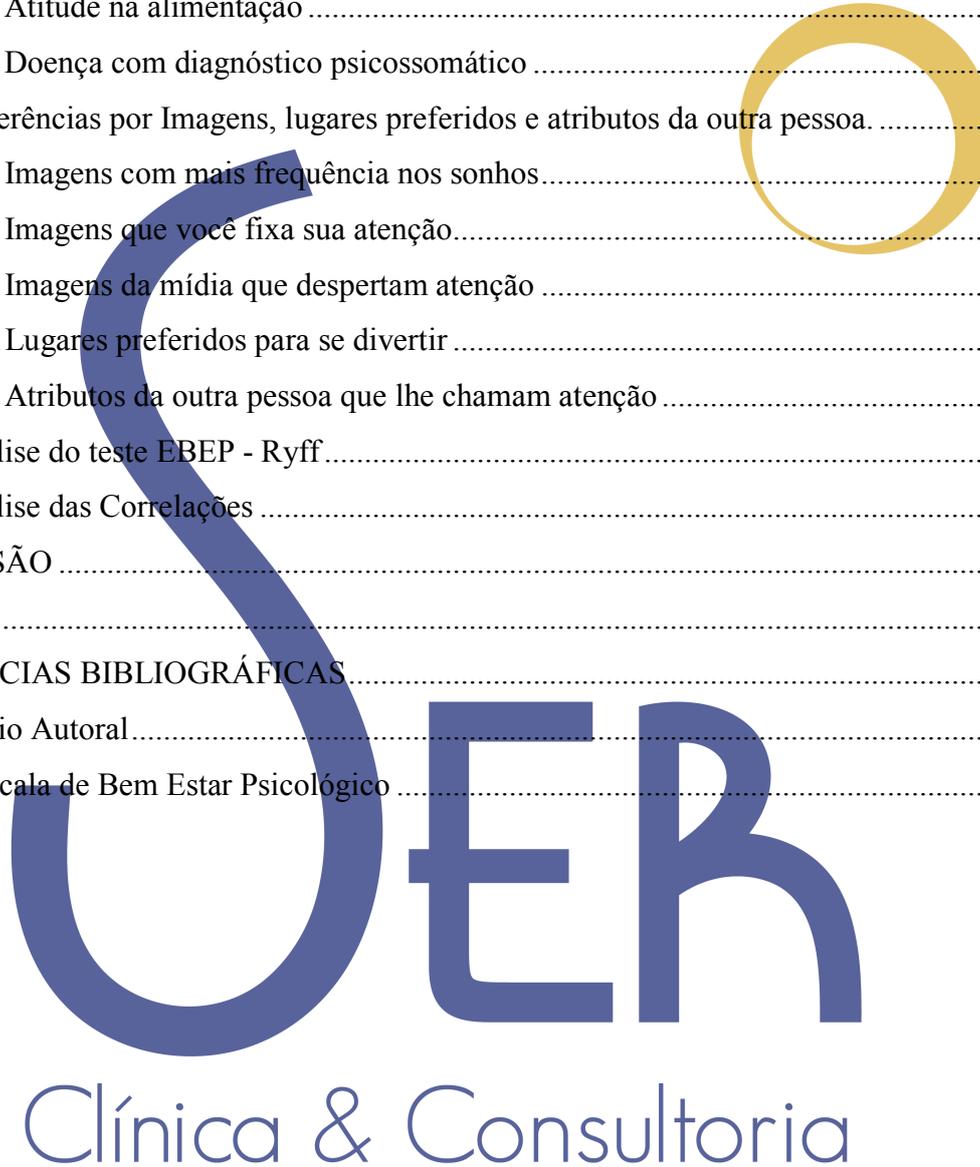
**Simone Ferri**

São-Petersburgo  
 2016 г.

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO .....	5
1 REVISÃO TEÓRICA .....	7
1.1 Imagem: conceituação e aspectos históricos .....	7
1.2 O processo de formação das imagens .....	11
1.3 O determinismo das imagens .....	14
1.4 O bem estar psicológico .....	21
1.5 O caráter epistêmico e interdisciplinar da Ontopsicologia na interpretação das imagens .....	22
2 PROGRAMA E MÉTODOS DE PESQUISA.....	25
2.1 Campo problemático da pesquisa .....	25
2.2 Objetivos e tarefas da pesquisa .....	26
2.2.1 Objetivo geral .....	26
2.2.2 Objetivos específicos .....	26
2.2.3 Tarefas da pesquisa.....	26
2.3 Hipótese e objeto da pesquisa .....	27
2.3.1 Hipóteses .....	27
2.3.2 Objeto da pesquisa .....	27
2.4 Caracterização da amostra e lócus da pesquisa .....	27
2.5 Métodos da pesquisa .....	32
3 RESULTADOS E ANÁLISE.....	33
3.1 Características gerais e preferências dos participantes.....	35
3.1.1 Características gerais a partir do cruzamento de dados .....	33
3.1.2 Tempo livre.....	36
3.1.3 Programas de TV .....	36
3.1.4 Músicas que ouve .....	38
3.1.5 Quadro predileto .....	39
3.1.6 Cor preferida da casa .....	40
3.1.7 Objetos de preferência ou coleção.....	41
3.1.8 Livros prediletos .....	42
3.1.9 Imagens e objetos em local de trabalho .....	44

3.2 Hábitos, cuidados e atitudes pessoais.....	45
3.2.1 Hábitos ou manias pessoais .....	45
3.2.2 Cuidados pessoais.....	47
3.2.3 Cores do vestuário .....	48
3.2.4 Pensamentos ao acordar.....	49
3.2.5 Pensamentos que vêm à mente ao dormir .....	50
3.2.6 Atitude na alimentação .....	52
3.2.7 Doença com diagnóstico psicossomático .....	54
3.3 Preferências por Imagens, lugares preferidos e atributos da outra pessoa .....	54
3.3.1 Imagens com mais frequência nos sonhos.....	51
3.3.2 Imagens que você fixa sua atenção.....	55
3.3.3 Imagens da mídia que despertam atenção .....	56
3.3.4 Lugares preferidos para se divertir .....	57
3.3.5 Atributos da outra pessoa que lhe chamam atenção .....	58
3.4 Análise do teste EBEP - Ryff.....	59
3.4 Análise das Correlações .....	62
CONCLUSÃO .....	63
RESUMO.....	66
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	68
Questionário Autoral.....	70
EBEP – Escala de Bem Estar Psicológico .....	71



OER  
Clínica & Consultoria

## LISTA DE FIGURAS E TABELAS

Figura 01: Gráfico demonstrativo da idade dos participantes.....	28
Figura 02: Gráfico demonstrativo da escolaridade .....	29
Figura 03: Gráfico demonstrativo do estado civil.....	29
Figura 04: Gráfico demonstrativo do número de filhos.....	30
Figura 05: Gráfico demonstrativo da ordem de nascimento.....	31
Figura 06: Gráfico demonstrativo da renda em salários mínimos .....	31
Figura 07: Gráfico demonstrativo de Sexo X Função profissional.....	34
Figura 08: Gráfico demonstrativo de Sexo X Estado civil .....	35
Figura 09: Gráfico demonstrativo de Sexo X Número de filhos .....	35
Tabela 01: Demonstrativo dos programas de TV preferidos pelos participantes da pesquisa.....	37
Figura 10: Gráfico demonstrativo de Sexo X Assiste programas esportivos .....	38
Tabela 02: Demonstrativo de cores para pintar a casa dos participantes da pesquisa.....	40
Figura 11: Gráfico demonstrativo dos objetos que colecionam.....	41
Figura 12: Gráfico demonstrativo de quais livros prediletos.....	43
Figura 13: Gráfico demonstrativo de quais imagens tem nos locais de trabalho.....	44
Tabela 03: Demonstrativo de categorias, frequência e exemplos de manias dos respondentes .....	45
Figura 14: Gráfico demonstrativo dos hábitos de cuidados pessoais.....	47
Figura 15: Gráfico demonstrativo das cores utilizadas no vestuário .....	48
Figura 16: Gráfico demonstrativo dos pensamentos que lhes vêm à mente no momento em que acordam.....	49
Figura 17: Gráfico demonstrativo dos pensamentos que vêm à mente no momento de dormir.....	51
Figura 18: Gráfico demonstrativo da forma e do lugar que normalmente os respondentes se alimentam.....	52
Figura 19: Gráfico demonstrativo de Médias EBEP.....	60
Figura 20: Gráfico demonstrativo de Sexo X Médias EBEP.....	62

## INTRODUÇÃO

A importância das imagens para a subjetivação das funções mentais superiores do homem têm sido objeto de estudos ao longo do desenvolvimento da própria humanidade, enquanto protagonistas de seu próprio saber e do saber das coisas do mundo. Não se pode desassociar a existência do sujeito de sua determinação biológica e ontológica, isto é, o ambiente de estímulos circundantes e o valor semântico que atribuímos, consciente ou inconscientemente, a esses estímulos.

O tema parte da premissa de que o homem se encontra inserido em um universo semântico, em um universo de informações e, nesse contexto, comunica e é comunicado através de imagens. Considerando que a definição de imagem é como a forma age em mim, percebe-se que toda imagem carrega um quântico de energia, que porta uma forma e que determina uma dinâmica.

A escolha do tema considerou o homem contemporâneo inserido num contexto permanentemente assediado por imagens, tanto internas, como externas. A globalização, a tecnologia digital, a mídia, o marketing e a evolução dos estudos em que cada vez mais se busca entender, até por uma questão de mercado, o que de fato toca e/ou atinge esse humano, disputando e requisitando a atenção do mesmo nessa infinidade de estímulos.

Frente a isso se faz necessário o entendimento do indivíduo a respeito dos efeitos dessas imagens na dinâmica existencial e nos resultados que colhe. Para isso, ganha relevância o conceito de imagem, bem como conhecer como se formam as imagens internas e externas. Os endereços psicológicos e a emotividade que portam influenciam diretamente nas escolhas e decisões que o homem faz, já que está inserido em um universo de imagens tanto vitais como familiares, culturais, societárias e meméticas. As imagens expressam sempre uma intencionalidade.

Este trabalho visa sensibilizar e chamar a atenção do homem às imagens internas e externas, seus endereços e formais e o estilo de vida que o indivíduo

cultiva e que são determinantes da dinâmica existencial que o homem colhe e vivencia.

É que conhecendo a sua constituição essencial como pessoa e a significância das imagens e as respectivas dinâmicas que delas se originam, o homem possa adotar atitudes e fazer escolhas que reforcem a própria identidade, funcionalidade e utilitarismo no respectivo contexto, de forma a diferenciá-las das imagens de origem meméticas.

Nesse sentido, possa adotar escolhas e posturas no sentido de não permitir que endereços e ou formais estranhos e redutores (imagens não vitais) determinem a sua dinâmica de funcionamento, interferindo nas suas atitudes existenciais.

Com base na fenomenologia imagética é possível antecipar e determinar quais as respectivas dinâmicas que se originam dos formais energéticos cultivados. O que se procura mostrar é que, com base na aplicação da metodologia da ciência ontopsicológica e considerando as imagens que o homem contemporâneo carrega consigo, é possível antever e prever as dinâmicas que se instaurarão como fruto dessas imagens. A ciência ontopsicológica possui instrumentos técnicos para tal avaliação e compreensão.

É necessário que o homem líder possa transitar livre neste universo de informações imagéticas e, neste contexto, construir-se como pessoa, inclusive em resposta à relação do apelo metafísico.

É relevante o entendimento do conceito de imagem e do significado das escolhas das mesmas, que se evidencia no estilo de vida da pessoa e, dessa forma, a partir dessas imagens cultivadas, identificar a dinâmica existencial resultante.

É fundamental conscientizar o homem que acontece aqui e agora neste universo de informações imagéticas de que ele possa decidir alimentar-se de imagens vitais que passam pelo estilo de vida, imagens externas e, principalmente, as imagens internas que o sujeito cultiva e carrega.

## Capítulo 1– REVISÃO TEÓRICA

### 1.1 Imagem: conceituação e aspectos históricos

A partir dos estudos da escola ontopsicológica referentes à construção do homem deste tempo, percebe-se que o mesmo deveria chegar a um protagonismo responsável em base a essência vital que o sustenta. Através de sua atividade psíquica pode-se evidenciar, com base nas imagens coletadas, a escolha e determinação que o levam a colher duas dinâmicas distintas: *saúde para a criatividade e esquizofrenia existencial*.

A primeira dinâmica dá como resultado ao ser humano a saúde e a evolução, refundando o sentido da existência através da realização. A segunda dinâmica gera ao homem dor, angústia e doença, afastando o homem de sua essência vital.

As imagens que a pessoa escolhe, cultiva e carrega consigo geram precisos efeitos que determinarão quem ela se tornará.

Faz-se necessário, por isso, definir o entendimento do que seja imagem, pois a partir das imagens que o ser humano carrega internamente ou toca externamente e reage, considera-se esse fato como determinante no resultado da dinâmica que colherá na sua existência.

A importância da percepção das imagens que o indivíduo sofre (traçado mnéstico) ou escolhe, deveria ser tema de revisão contínua do sujeito a fim de garantir a construção de uma dinâmica evolutiva para sua existência.

Segundo se colhe dos vocabulários de filosofia, imagem é [...] semelhança ou sinal das coisas que pode conservar-se independentemente das coisas. Aristóteles dizia que as imagens são como as coisas sensíveis, só que não tem matéria. Nesse sentido, a imagem é: 1º o produto da imaginação; 2º sensação ou percepção, vista por quem a recebe. (ABBAGNANO, 2000, p. 537).

Para distinguir estes dois significados, os estoicos empregavam palavras diferentes. Denominavam *imaginação*, a imagem que o pensamento forma por sua conta, como acontece nos sonhos, e *imagem* a marca que a coisa deixa na alma,

marca que é uma mudança da própria alma. A imagem propriamente dita é aquilo que é impresso, formado e distinto do objeto existente, que se conforma à sua existência e por isso é o que não seria se o objeto não existisse. (ABBAGNANO, 2000, p. 537).

Assim, as imagens seriam sensíveis e não sensíveis, racionais e irracionais e artificiais e não artificiais. Os epicuristas compartilhavam desse conceito e ainda “[...] admitiam a verdade de todas as imagens, porquanto produzidas pelas coisas: pois o que não existe não pode produzir nada.”. (ABBAGNANO, 2000, p. 537).

Para a filosofia moderna, Bacon e Hobbes retomaram o assunto e para os quais a “[...] imagem é o ato de sentir e só difere da sensação assim como o fazer difere do fato.” (ABBAGNANO, 2000, p. 537).

Posteriormente o termo imagem foi substituído por ideia por Descartes e por representação por Wolff. Este entendimento persiste na filosofia contemporânea que só utiliza o termo imagem quando quer se “[...] acentuar o caráter ou a origem sensível das ideias ou representações de que o homem dispõe.” (ABBAGNANO, 2000, p. 537).

O filósofo Francis Bacon (1999, p. 255) afirmava que nossa percepção do mundo é distorcida por várias “[...] imagens fixadas em nossa consciência.”. Neste ponto, Bacon faz referência direta ao mito da caverna, apresentado por Platão em *A República*, onde Platão se refere às sombras nas quais a pessoa baseia sua compreensão da realidade que, de fato, são meros fantasmas que nos impedem de ver o sol e a verdade. A caverna simboliza o inconsciente, um lugar escuro e desconhecido onde se escondem medo, dúvidas e ansiedades. Esses elementos influenciam a percepção da realidade.

Por definição imagem<sup>1</sup> do latim “[...] *in me ago* = ajo em mim. Como a forma age em mim ou em outro. O como da ação. Modo no qual a mente age dentro.” (MENEGHETTI, 2012, p. 131). Portanto, imagens são formais energéticos com endereços e conteúdos precisos.

---

<sup>1</sup> Imagens “[...] são estruturas através das quais pode acontecer qualquer variável energética. A imagem é o símbolo que a energia usa no interior de si mesma para fazer diversos deslocamentos, para fazer qualquer variável.” (MENEGHETTI, 2010, p. 184).

O inconsciente<sup>2</sup> humano “[...] uma vez entendido, é um gracioso *fanciullo*<sup>3</sup>; não entendido, é um monstro. O primeiro órgão do inconsciente é o corpo todo, por isto é este que sente, que vê.” (MENEGETTI, 2006, p. 12). O corpo, portanto, é uma imagem, uma representação da essência natural do homem.

A *Constante H*<sup>4</sup> usa certa imagem que estrutura realismo matérico, partindo do primeiro que ativa a fenomenologia existencial. Todos os organogramas do nosso organismo são precedidos por imagens e fórmulas. Com a imagem, podemos saber o que o sujeito fará. Para variá-lo do previsto, “[...] devo interferir sobre a imagem, sobre o momento de decisionalidade (do programa preestabelecido).” (MENEGETTI, 2006, p. 14).

Há um momento iniciático do ser ao devir. “Do momento que o fiz, estruturo-o e sou eu, tenho a contemporaneidade de me criar e de me sujeitar.” (MENEGETTI, 2006, p. 15), ou seja, de produzir uma decisão. Diante disso, se constata a importância de percepção, entendimento e atenção a todas as imagens que se escolhe.

Segundo Meneghetti, temos cinco níveis de imagens:

1) “A primeira imagem, sensório visiva, é a repetição primitiva: o espelho. Aquilo que vemos é totalmente reduzido em imagem. Neste plano de imagem, dá-se o mundo da repetição projetiva sensorial.

2) A imagem reflexiva é aquela que é metabolizada no nosso cérebro e depois é refletida, portanto, é uma imagem intreflexa, psicológica.

3) Um terceiro tipo de imagem é aquele do campo inconsciente, da fantasia, da realidade onírica e do mundo da arte. O inconsciente não gera as imagens, sofre-as. São as imagens passivas, aquelas que articulam o sujeito em consequências pré-estabelecidas pelo voluntarismo ingênuo do sujeito, quando a situação energética era disponibilidade. O inconsciente é uma parte de vida subtraída do controle do eu, porém tem a mesma realidade de uma mão que se move, faz parte do habitual genérico de todas as outras funções.

<sup>2</sup> Inconsciente é o quântico de vida e inteligência por meio do qual nós existimos, mas não conhecemos, isto é, do qual não temos qualquer reflexão consciente (MENEGETTI, 2012, p. 135).

<sup>3</sup> Fanciullo (a) - alma que por princípio ainda é pura e cândida frente à vida (MENEGETTI, 2006, p. 12).

<sup>4</sup> Constante H “[...] é a forma que especifica a energia elementar ou existencial do Em Si Ôntico humano.” (MENEGETTI, 2012, p. 60).

4) Temos as imagens metafísicas, de apercepção transcendental, das últimas intuições da filosofia, da ciência, onde se entra na pesquisa última das causas. Esse pensamento poderia ser do mesmo modo influenciado, seja pelo inconsciente, seja pelo real externo, seja pelos arquétipos do inconsciente coletivo, ou por subculturas de arqueologia da mente. Por exemplo, quando se faz psicoterapia, opera-se apenas no terceiro nível. No quarto nível estamos já sobre a sublimação, sobre as sínteses últimas, sobre algo de enormemente avançado. Esse quarto elemento é uma forma de conscientização no nível do gênio, o qual com poucos elementos, com uma simplicidade de base, consegue concluir qualquer variável, o que significa que tem a casa que traz as outras causas. Neste nível, encontram-se os módulos elementares da intuição.

5) Dei-me conta que qualquer precipitado matérico é condicionado exclusivamente por imagens que não ainda humanas, são anteriores ao humano. Trata-se de colher o alfabeto que preside os processos de alfabetização de todo o nosso sistema lógico e que formaliza também a nossa individuação, a nossa Constante H. A prova disso é que quando se entra neste alfabeto, pode-se mudar o real, constroem-se relações, estruturas que serão histórias, para além da compreensão daqueles que deverão impactar-se conosco” (MENEGETTI, 2006, p. 15-16).

Nesse sentido, a relevância das imagens cultivadas, seja em fantasia, como em recordação, de forma consciente ou inconsciente, é fundamental, pois antecede e determina qualquer acontecimento. Desse modo, qualquer fantasia, obsessão ou formalização repetitiva de imagem na mente do homem é determinante dos acontecimentos histórico-orgânicos, pois tudo acontece se formalizado pela mente.

Deve-se ressaltar que é possível interceptar e bloquear a imagem até a fenomenologia imagética do terceiro nível. Se a pessoa não percebe e não muda a imagem, conseqüentemente será objeto da mesma, eis que a fórmula imagética se fará fato, acontecimento.

Meneghetti afirma ainda que “[...] quem consegue vigilar as próprias imagens nos três primeiros níveis tem o poder científico sobre a própria vida, pode se regenerar porque está em condições de ser exatamente onde se operam aqueles fatos

na própria individualidade.” (MENEGETTI, 2006, p. 17). É necessário perceber e controlar os três primeiros planos da imagem, ou seja, ter o ponto zero<sup>5</sup>.

## 1.2 O processo da formação das imagens

O ser humano procede por imagens. Por isso, é necessário acessar as imagens elementares, que em um primeiro momento torna o homem passivo e inconsciente a si mesmo. Porém, no momento que o homem sabe colher ou antecipá-las pode resgatar o protagonismo do próprio mover-se.

Isto evidencia que o homem é de um modo e acontece de outro. Por isso, é necessário demonstrar, com base na teoria da escola ontopsicológica como, de fato, o homem é e acontece neste planeta.

Assim, o homem é criado e mantido por um Em Si Ôntico que é um “[...] princípio formal inteligente que faz autóctise histórica<sup>6</sup>.” (MENEGETTI, 2012a). É com base nessa essência natural que se “[...] identifica e distingue o homem como pessoa e como raça, em âmbito, biológico, psicológico e intelectual. Este princípio-critério tem origem nos princípios universais da vida e no seu mover-se, na sua ação de autoconstrução, opera com base em quinze precisas e determinadas características<sup>7</sup>.” (MENEGETTI, 2004).

Porém, o ser humano que acontece neste universo de imagens se encontra e age de outra maneira. É que sobre o módulo existencial humano se inseriu um módulo desviante que aliena o humano, isto é, o monitor de deflexão, [...] um programa acumulado no interior das células cerebrais que age com interferência especular,

*Clinica & Consultoria*

<sup>5</sup> Ponto zero ocorre quando o sujeito consegue silenciar a mente, não se perdendo em fantasias e não sendo objeto das próprias imagens e daquilo que aprendeu desde a infância.

<sup>6</sup> Princípio, significa eu sou (existe, é um formalizado que, porém, também formaliza, é um passivo que também é ativo); Formal, significa que tem um design, é de certo modo, é especificado para uma função; Inteligente, significa que é capaz de evidenciar o íntimo que é. Colhe o real do íntimo de si mesmo, permanecendo íntimo; Que faz autóctise histórica, entra-se no aspecto do devir existencial, é a passagem criativa, o momento alotrópico do ser: o Em Si faz allos, o noumenon faz fenomenologia. Que faz é a passagem ao fenômeno, o momento da criação. O Em Si Ôntico, então faz autoposição, desenvolve-se e concrece. É a autoconstituição e autoconstrução histórica, isto é, é o processo de escolhas existenciais que fazem a resultante da evolução e da situação pessoal. Significa saber ser fiéis artesãos da projeção em ato do Em Si Ôntico (MENEGETTI, 2010; MENEGETTI, 2012).

<sup>7</sup> As quinze características do Em Si Ôntico são: inseico; holístico-dinâmico; utilitarista-funcional; virtual; econômico-hierárquico; vencedor; alegre; criativo; espiritual ou transcendente; agente no interior de um universo semântico; mediânico entre o ser a existência histórica; histórico; estético; volitivo intencional e santo.

antecipando e defletindo a percepção egoceptiva com base em uma imagem dominante impressa durante o momento de aprendizagem da vida: a infância. Sucessivamente o monitor renova continuamente essas imagens por meio dos sonhos, dos estereótipos, das instituições da cultura selecionada (MENEGETTI, 2012).

Isso significa que este programa altera as imagens da consciência<sup>8</sup>.

E isso está na estrutura da personalidade. Considerando que o homem encontra-se inserido em um universo de imagens que ocorrem em um holístico dinâmico, em uma específica situação histórica, quando o Em Si da criança identifica uma situação que lhe está em identidade emite a pulsão vital de posse e ou agressividade que se manifesta em uma imagem do *Eu a priori*<sup>9</sup>. Esta imagem representa a indicação ótima da escolha do Em Si Ôntico que deveria ser posta em prática pelo *Eu lógico histórico*<sup>10</sup> do sujeito naquela situação.

No entanto, o adulto mãe, que é a pessoa de maior referência afetiva<sup>11</sup> para a criança, por frustração e por necessidade de compensação e por *transfert* de ocupação do outro, censura esta pulsão vital da criança que é reforçada por campo semântico. Isso tudo se dá em uma situação casual. Esta censura do adulto mãe ocorre por afetividade ótica. A criança para não perder o primado afetivo com o adulto mãe, aceita a censura e trai a si mesma. A pulsão é reprimida e é removida da consciência.

Isso forma a *matriz reflexa*<sup>12</sup> e começa o primeiro sincronizar-se do monitor de deflexão. A matriz reflexa, impressa nas sinapses neuronais, introduz, especifica e estabiliza o *complexo dominante*<sup>13</sup>. De agora em diante o sujeito será sempre daquele

## Clínica & Consultoria

<sup>8</sup> Consciência ou monitor de reflexão é uma superfície ou plano ótico, sobre o qual se pode ler ou ver as projeções do real ou concreto em todos os seus aspectos (MENEGETTI, 2010). É um espelho através do qual os módulos da percepção se projetam holograficamente, instaurando o processos das imagens (MENEGETTI, 2010, p. 169).

<sup>9</sup> É a primeira fenomenologia do Em Si Ôntico. É a forma virtual do Eu antes do acontecimento histórico, portanto, é a configuração da solução ótima do indivíduo em ambiente, aqui e agora (MENEGETTI, 2012).

<sup>10</sup> Eu lógico histórico - ou Eu voluntarístico pensante, ou Eu responsável agente – é a capacidade de mediar o real externo segundo a exigência individual do íntimo (MENEGETTI, 2012).

<sup>11</sup> Adulto mãe pode ser a mãe, o pai, o professor ou professora, etc. É a pessoa que serve de maior referência afetiva da criança.

<sup>12</sup> Matriz reflexa é a situação ocasião em que o monitor de deflexão assume como própria cena primária para constelar a emotividade do sujeito (MENEGETTI, 2012). É o codificado-base da especificidade do complexo e estereótipos do indivíduo.

<sup>13</sup> É aquele que tende, com maior frequência, à coação a repetir, não consentindo o que lhe é contrário; consente desvios esporádicos e outras formas complexuais apenas quando são reforço ao complexo dominante, ou predisposição ambiental ao dominante (MENEGETTI, 2012).

modo, isto é, definiu-se o estilo da *díade*<sup>14</sup>, dos estereótipos<sup>15</sup>, ou seja, o modo de ser daquele sujeito. A matriz é um circuito de imagens desviantes que polariza o sujeito sempre na mesma direção, gerando fixidez.

O resultado desta situação é que aquela pulsão inicial, representada pela imagem do Eu a priori, é reprimida e removida<sup>16</sup> da consciência do sujeito e isso forma o complexo<sup>17</sup> e gera o inconsciente<sup>18</sup>.

O complexo, fruto da interferência do monitor de deflexão, atuará antecipadamente ao Eu do sujeito, que em suas escolhas existenciais, ignora essa circunstância, e age de forma superficial.

A identificação dessa essência vital e natural e a distonia com o agir mundano por parte do homem foi evidenciada por Antônio Meneghetti, na prática clínica tendo por base à teoria ontopsicológica, auscultando e identificando a comunicação-base que a vida usa no interior das próprias individuações, ou seja, o *Campo Semântico*<sup>19</sup>.

Com base nisso fica evidente que há um universo de imagens no qual o homem está inserido. Há imagens que são função positiva para homem. Estas imagens são a formalização da pulsão vital do Em Si Ôntico do sujeito. Esta formalização imagética é manifestada como solução ótima do Eu a priori e, se colhida isenta de interferência na consciência do sujeito e atuada adequadamente pelo Eu Lógico Histórico, o sujeito experimenta crescimento, bem estar, realização e satisfação. É que estas imagens provêm do Em Si Ôntico, o critério do humano neste planeta, que se manifesta nas quinze características. Assim, se o homem escolhe com base na sua identidade o que é útil para a funcionalidade de sua individualidade histórica, ele experimenta

<sup>14</sup> Díade é movimento a dois, no qual um movente não pode agir sem o coincidente heteromovente. Segundo a escola ontopsicológica há quatro tipos de díade: 1) tanático-regressiva; 2) repetitivo-obsessiva; 3) Evolutiva – a) provisório atuante e b) metafísica; 4) provisório-ocasional (MENEGHETTI, 2012).

<sup>15</sup> Um modelo comportamental geral que se faz referência de outros semelhantes e que se torna valor de apoio para individuar segurança e razão dialética com a sociedade (MENEGHETTI, 2012).

<sup>16</sup> Remoção = remover. Deslocamento de atividade psíquica pela compreensão consciente e permanência em autonomia inconsciente. Constitui o complexo (MENEGHETTI, 2012).

<sup>17</sup> Complexo é o precipitado psico-emotivo do monitor de deflexão (MENEGHETTI, 2010).

<sup>18</sup> Inconsciente é o quântico de vida psíquico e somático que o indivíduo é, mas do qual não é consciente e que, contudo, age para além da lógica da consciência (MENEGHETTI, 2010). O inconsciente ocorre em função da atuação do monitor de deflexão, cujos efeitos são: 1) subtração da consciência do Em si – o homem torna-se inconsciente a si mesmo; 2) ocupação dos primeiros categóricos ou postulados do comportamento ético; 3) a experiência do medo e da angústia (MENEGHETTI, 2010).

<sup>19</sup> *Campo semântico* é a transdução de forma ou informação sem deslocamento de energia. Para colher o campo semântico é necessária a exatidão de consciência, fruto de metanóia realizada pelo sujeito.

crescimento, bem-estar, realização pessoal e profissional e isso é decorrente da relação que se estabelece entre o Em Si Ôntico, o Eu apriori e o Eu Lógico Histórico. Desta relação é possível o desaparecimento do sintoma ou do problema e o desenvolvimento do sujeito no plano da funcionalidade integral de si mesmo na globalidade existencial.

Porém, há outras imagens que se caracterizam pela interferência do Monitor de Deflexão, da cultura familística e societária e que neste particular carregam o sinal da matriz reflexa impressa durante o momento de aprendizagem da vida. Estas imagens não são portadoras de bem-estar e realização para o humano. Porém, o homem, dada a superficialidade com que se propõe no meio social, as colhe como próprias sem se dar conta que já se encontram manipuladas pelo mecanismo antecipador e interferente que deforma as projeções do real. Os formais que estas imagens portam geram esquizofrenia existencial, autossabotagem pessoal, profissional, afetiva e emotiva, e o sujeito experimenta perda e diminuição existencial. Neste movimento, se caracteriza *a relação entre o monitor de deflexão, matriz reflexa, complexos, estereótipos, memes<sup>20</sup> e Eu Lógico Histórico.*

Daí se constata a importância e a relevância de identificar, distinguir e entender as imagens para a atuação existencial do sujeito, tanto na esfera pessoal e profissional, como nas demais esferas de atuação do sujeito. E nisso, a ciência ontopsicológica trouxe indispensável colaboração.

### 1.3 O determinismo das imagens

## Clínica & Consultoria

<sup>20</sup>Meme é um formal informacional acrescido, programado. É um módulo de informação não derivado da natureza. O meme se aloja sobre o gene, sobre o indivíduo que se faz de ventre, de útero; o meme vive e enquanto existe o substrato biológico. Informação memética é uma informação que não consente reversibilidade de consciência com a real vida, não tem a entrada com o verdadeiro, o simples da natureza, é uma informação com fim em si mesma. É baseada sobre o estereótipo, monitor de deflexão, complexo, tradição, etc. O meme é uma imagem ou idéia que, uma vez apoiada no aparato cerebrotônico, influencia e cria outras cópias para instalar em outros cérebros (MENEGHETTI, 2001). Richard Brodie e o biólogo Richard Dawkins são os principais expositores da memética. A memética descreve como se dá a perda de contato com o real da vida e como o monitor de deflexão se dá e acontece. Substancialmente o meme é o teórico lógico em contraposição ao gene, entendido como unidade elementar biológica (MENEGHETTI 2002).

O conhecimento da imagem é fundamental para dar ao homem a liberdade de efetuar escolhas coerentes com o seu projeto natural, com base no seu *Em Si Ôntico*<sup>21</sup> e, dessa forma, encontrar o sentido da lógica do ser, isto é, encontrar a racionalidade e o critério atinente ao real.

Todo o homem, como existência é constituído por um signo formalizante que a própria inteligência colhe. Não há existência sem forma. Somos e colhemos o universo por meio de símbolos. “Forma significa o traçado, o signo que identifica um quântico e constitui a unidade de ação.” (MENEGETTI, 2006, p. 23).

A intencionalidade<sup>22</sup> é fundamental no entendimento da psicologia, conceito retomado junto ao da forma<sup>23</sup> e matéria<sup>24</sup>, como integrados.

As imagens podem ser visivas, pictóricas, acústicas, estéticas, eróticas, metafísicas, sendo assim será emotiva. Por isso, a imagem portará um quântico de energia. Segundo Meneghetti “[...] a imagem é o alfabeto necessário a qualquer energia, a qualquer dinâmica” (MENEGETTI, 2006, p. 24).

Para o ser humano, a imagem é prioritária e formalizante da fantasia, da recordação, da emoção. É que, sendo um formal energético, a imagem sempre porta um endereço, um movimento e ação precisos. O ser humano é e se torna a imagem que cultiva. Possuir o conhecimento das imagens significa colher à reversibilidade entre energia e imagem e entre imagem e energia. As imagens do sujeito são a sua estratégia de ação. A análise das imagens que nos tornam passivos é o escopo da ciência ontopsicológica.

Nós acontecemos como passivos, podemos retornar ao poder das coisas apenas se recuperarmos a leitura das imagens elementares que conduzem todo o nosso viver. Quando nós refletimos, quando nós pensamos, quando nós recordamos, quando nós

<sup>21</sup> *Em Si Ôntico* é um princípio formal inteligente que faz autóctise histórica. É o projeto base de natureza que constitui o ser humano. O homem produz autorrealização quando a sua ação é conforme o iso, ao próprio Eso. (MENEGETTI, 2012, p. 84-85).

<sup>22</sup> Intencionalidade, significa, do lat. *intusactionis* = o que faz e pelo que se faz o dentro da ação. Aquele dentro onde o ser age. (MENEGETTI, 2012, p. 140).

<sup>23</sup> Forma, significa, do latim, modelo, impressão, desenho, figura. A sua presença dá a identidade distinta e faz a lei do comportamento (MENEGETTI, 2012, p. 118).

<sup>24</sup> Matéria – Um dos princípios que constituem a realidade natural, isto é, os corpos. São as seguintes as principais definições dadas a Matéria. 1ª Matéria com sujeito; 2ª Matéria como potência; 3ª Matéria como extensão; 4ª Matéria como força; 5ª Matéria como lei; 6ª Matéria como massa; 7ª Matéria como densidade de campo. As quatro primeiras definições são filosóficas; as três últimas, científicas (ABBAGNANO, 2010, p. 646).

nos emocionamos, quando estamos bem ou estamos mal, é um percurso de imagens (MENEGETTI, 2006, p. 28).

Saber interferir nessas imagens permite ao homem retomar a subjetividade. Pode-se ser protagonista da própria existência no momento que se conseguir reconhecer, identificar e dialetizar com essas imagens.

É necessário acessar as imagens elementares, que num primeiro momento tornam o homem passivo, porém no momento que o homem sabe colher ou antecipar pode resgatar o protagonismo do próprio mover-se. “Portanto a ordem psíquica, a ordem energética organiza-se através de imagens.” (MENEGETTI, 2006, p. 29).

A imagem porta consigo um real poder. E este contexto reforça a necessidade humanista do indivíduo ter consciência a respeito das imagens que o capturam e o tornam inconscientes a si mesmos. A vulnerabilidade do ser humano ao bombardeamento de uma cultura cada vez mais especializada em tocá-lo e sensibilizá-lo torna necessário uma tomada de consciência relativa ao despertar a sua percepção a respeito do impacto negativo ou positivo das imagens escolhidas e permitidas pelo indivíduo no seu cotidiano. A escolha momento a momento dessas imagens determinará a dinâmica existencial de funcionamento daquela unidade de ação: o homem.

Tendo ciência do efeito das imagens o homem poderá se responsabilizar de forma inteligente (*intuslegereactionem* = ler dentro da ação, compreender dentro) e consciente (*cum se scireactionem* = conhecer conforme a ação) perante as imagens impostas e ou escolhidas no seu miricismo cotidiano; o que determinará a dinâmica do sujeito, o funcionamento do mesmo. Dessa forma, o conhecimento (*scitactionem* = saber a ação) referente ao impacto e efeito das imagens como constructo determinante na definição da dinâmica existencial permite a possibilidade de responsabilização e escolha. As imagens escolhidas gerarão um impacto nos resultados existenciais do indivíduo. Frente a isso é necessário que o homem desperte no que tange as imagens que lhe impulsionam e, a partir dessa percepção realizar uma tomada de consciência com objetivo de antecipação as imagens que são evidência de sanidade e evolução, bem como das imagens que são desviantes e causadoras de

patologia e regressão. Realizando dessa forma uma pedagogia relativa às imagens do sujeito e posterior metanóia (MENEGHETTI, 2006, p. 11).

Como nós indivíduos nos colhemos em reflexão, a existência se auto reflete em cada ação acertada do homem que reforça a existência.

Sobre o módulo existencial humano se inseriu um módulo desviante que aliena o humano. A matriz é um circuito de imagens desviantes que polariza o sujeito sempre na mesma direção, gerando fixidez. Hoje convém não utilizar o cérebro, porque pensar significa tornar ausente todo o corpo (visão, audição, etc.), para ser comandado por aquela imagem, aquela tensão como que atraído magneticamente por uma constante atenção de energia psicoemotiva do sujeito.

O nosso corpo é um aglomerado de inteligência de vida. O inconsciente é um quântico de inteligência que é necessário se ir à escola desse ponto força. Qualquer coisa que é real faz incidência informática no nosso interior. Dessas informações vemos geralmente uma, e com frequência passamos com uma ideia fixa na cabeça sem colher o real que escorre momento a momento. Colhemos aquele ponto sobre o qual, quando crianças, fomos construídos.

A cada imagem corresponde o modo ou a direção na qual está se movendo a energia. Restituir a possibilidade de acesso ao inteiro do homem, como se isso permitisse ao homem conhecer todos os cômodos da sua casa e daí saber como organizá-la.

É que “[...] cada indivíduo tem tanta liberdade quanto dispõe energeticamente de si mesmo, isto é, pelo quanto é consciência. Enquanto não tiver o conhecimento causal o homem é dependente do seu determinismo psíquico.” (MENEGHETTI, 2012, p. 252).

Ou o homem é o que é, ou não é: ou se está dentro ou se está fora. Um sujeito está dentro se pensa, se age, torna-se em conformidade aquele íntimo através do qual existe. Quando há esse ponto de consistência, então o mundo é amigo, a vida está com ele (MENEGHETTI, 2006, p. 199-200).

E mais, Meneghetti pontua que é um *contato* que é colocado dentro e depois estrutura a arquitetura da personalidade, constituindo-o inferior diante das

oportunidades da vida, que existem todos os dias, aquela imagem, aquele encontro, aquela notícia, mas um sujeito às sabe ver e as sabe tomar se é conforme a sua unidade de ação.

Caso tenha uma alteração na sua personalidade arruína também a oportunidade externa: destrói fora conforme já é destruído dentro. A unidade com o Em Si Ôntico dá a funcionalidade ao particular e também a realização existencial de si mesmo no total. Uma pessoa centrada em si mesma faz centro também nas próprias relações e coisas.

A contínua vigilância do próprio bem interior também se refere as imagens que o indivíduo escolhe e que o levam para fora de si mesmo ou que reforçam a própria identidade. Assim, [...] fazer *metanóia* significa lavar-se, limpar-se, tornar-se transparente; não quer dizer abandonar algo, fazer amputações ou privações: trata-se de ser transparente para colher o ponto de realidade, o ponto da própria identidade (MENEGETTI, 2006, p. 203).

Conforme Meneghetti, no modo de pensar do homem, há imagens fixas, constantes. Aquelas imagens são o fundamento da loucura, de uma esquizofrenia também operativa. Existe um mundo de compensações interiores principalmente no feminino, coisas externamente não realizadas, porém enquanto isso no seu íntimo as vive como se já o fossem.

Outras imagens ocorrem de improviso, na qual se vive o primado do aplauso e da referência. Essas imagens depois de um tempo tornam-se *vozes que falam*, e então se considera que essa presença seja real, porque fala, é presente, sabe tudo. Por isso, se confia nessas imagens ou nessa voz falante na sua consciência ou *por trás* da sua consciência, e posiciona-se, faz as suas escolhas apenas em confiança exclusiva a essa voz, a essa imagem.

Pode evoluir para três momentos: 1) loucura manifesta em sentido psiquiátrico; 2) explodir em uma forte doença, de tipos diversos, mas de todo modo mortal; e 3) desencadear-se em uma exasperação extremista.

Definitivamente, o mundo das imagens é a característica primária de toda forma de desvio, ou de tantas formas de alienação que o mundo feminino vive.

Muitas doenças físicas formam-se e originam-se a partir dessas posições mentais. A mulher vive essas imagens – organizadas pelo *Monitor de Deflexão*<sup>25</sup>, pela psicologia negativa<sup>26</sup>, pelo vaginismo negro<sup>27</sup> - de modo passivo e com uma fidelidade absoluta. Isto é esquizofrenia.

O perigo das imagens passivas reside no fato de que elas levam para fora da própria realidade, do próprio interesse. “Em todos se adverte essa dificuldade: existe um tipo de imagem boa, calma, simpática, que leva o sujeito à mediocridade.” (MENEGHETTI, 2006, p. 210). Chamam-se passivas porque tornam o sujeito passivo. Formam-se a partir de sublimações de estereótipos complexuais, que depois produzem a caracterialidade comportamental do sujeito.

Quando uma pessoa se encontra sozinha acontecem algumas imagens, algumas histórias, mais ou menos sempre iguais, certas memórias que não tem atenção com a situação presente. A pessoa se encontra com a mente trabalhando sozinha. Uma imagem que dialoga sozinha (MENEGHETTI, 2010).

É uma enorme consumação no vazio de energia psíquica. Essa paranoia no vazio determina uma redução da inteligência, uma onipotência infantil. Envolve-se em um fora de si mesmo dramático e, quando o ciclo das imagens para, adverte-se uma forma de vazio ou de cansaço, porque mandam ao vazio o investimento inteligente da pessoa.

Nesse momento é preciso “cortar a cabeça”, jogar tudo fora, porque são ideias *standart* que tornam *standart* também o ser humano. É preciso reagir de modo decidido, reafirmando a posse da própria mente. Eliminando aquele teatro é possível se retomar aquela energia na forma de uma atividade vital.

Clinica & Consultoria

<sup>25</sup>Monitor de deflexão, “[...] um programa acumulado no interior das células cerebrais que age com interferência especular, antecipando e defletindo a percepção egoceptiva com base em uma imagem dominante impressa durante o momento de aprendizagem da vida: a infância. Sucessivamente o monitor renova continuamente estas imagens por meio dos sonhos, dos estereótipos, das instituições da cultura selecionada.” (MENEGHETTI, 2012).

<sup>26</sup>Uma involução ou um aspecto esquizofrênico, que entra em simbiose com um outro sujeito e o parasita. Efetua-se por qualquer frustração existencial não sucessivamente compensada por ação específica (MENEGHETTI, 2012, p. 217).

<sup>27</sup> São tantas as formas externas nas quais, em realidade, a pessoa emite uma aceitação que aprisiona. Após dois ou três dias, ou mesmo após uma semana, na pessoa em situação positiva, se reduz o nível de vitalidade ou se forma uma zona de vazio, a pessoa sente um vazio emotivo dentro de si. O indivíduo negativo, ao invés, sente um bem estar (MENEGHETTI, 1999, p. 121).

Quando não se tem o que fazer deve-se empenhar em algo simples e verdadeiramente útil para si mesmo. Deve-se manter a mente onde estão os pés e as mãos. Dessa forma, se garante a conexão com a realidade do realizar aqui e agora. Importante se desconectar desse plágio psicodélico. Deve-se ser persistente e em dois ou três meses se consegue controlar. Importante também se confrontar com os fatos e resultados e evitar as ideias e opiniões. Discutir a si mesmo com humildade, inútil acusar os outros.

Segundo Meneghetti, [...] especialmente no âmbito feminino, convive-se com uma pluralidade de imagens que tendem a ser indivíduos autônomos (nos homens sucede de modo a atingir uma forma anormal de 20 a 30% dos casos enquanto que no feminino passa de 80 a 90%) (MENEGETTI, 2006, p. 216).

As imagens passivas são um feixe de ideias, de imagens que o indivíduo carrega dentro. A pessoa as ama, concede apenas a si mesma de vê-las, de pensá-las e as leva sempre consigo. Isso o leva a um Eu dividido, pelo fato de cultivar imagens preferenciais no interior de si mesmo por muito tempo, as quais tornam-se psicoteicas<sup>28</sup>, ou seja, se o erro é orgânico causa alteração no DNA, se for social desarticula a racionalidade do indivíduo.

A síndrome psicoteica<sup>29</sup> segue memes sem apoio ôntico e é a ocasião causal elementar a todas as patologias de campo psíquico, social e orgânico. Para que o homem se qualifique a si mesmo é necessário que preste atenção aos filhos prediletos imaginíficos que se carrega dentro. É fundamental exorcizá-los, pondo-se em total indiferença desses circuitos.

Toda vez que a mente cria histórias próprias, convicções e quando intervém nesse diálogo competitivo no interior da mente, onde o sujeito entra numa excitação emocional estamos na presença da esquizofrenia em sentido psiquiátrico. São as premissas sem as quais a doença e a frustração não podem atuar-se.

É a imagem que consente o alfabeto de cada constituição. É preciso aprender a parar essa imagem que depois se torna a lei do sujeito. É preciso dar atenção ao

---

<sup>28</sup> Posto, feito, realizado, constituído pela atividade psíquica.

<sup>29</sup> Elementar pressuposto a qualquer forma de degradação do comportamento humano, seja em escala orgânica ou social, com dano exclusivo primário do próprio indivíduo.

mundo introverso. Os perigos vêm dali e depois constituem o mundo externo e somático causando uma alienação do indivíduo da sua realidade. A imagem revela como está se direcionando a energia fundamental, a psique.

#### 1.4 O bem estar psicológico

Vive-se em uma época atribulada. O mundo exige que vários papéis sejam articulados diariamente. Esferas como trabalho, estudos, amigos, relação amorosa, paternidade ou maternidade e lazer fazem parte do nosso cotidiano. Algumas vezes a dificuldade em uma destas esferas causa angústia, mal estar ou alteração somática. Doenças físicas que devem ser cuidadas por um médico especialista, mas que também merecem o cuidado com o funcionamento psicológico que potencializa ou causa doenças.

O bem-estar psicológico é a maneira como cada pessoa julga a qualidade de sua vida como um todo. A sensação de satisfação ou bem estar está diretamente ligada à forma como a pessoa é capaz de absorver e lidar com os episódios de sua vida.

Pelo exposto, pode-se entender que a procura do bem-estar psicológico revela ser um elemento preventivo da saúde. A Organização Mundial de Saúde (1978) salienta que “saúde – estado de completo bem-estar físico, mental e social e não simplesmente a ausência de doença ou enfermidade - é um direito humano fundamental, cuja realização requer a ação de muitos outros setores sociais e econômicos, além do setor da saúde”

Algumas características que colaboram para o Bem-Estar Psicológico como:

- Possuir uma atitude positiva em relação a si mesmo aceitando múltiplos aspectos de sua personalidade (auto aceitação);
- Possuir relacionamentos acolhedores, seguros, íntimos e satisfatórios com outras pessoas (relações positivas com outros);
- Ser autodeterminado, independente, avaliando experiências pessoais segundo critérios próprios (autonomia);

- Ter competência em manejar o ambiente para satisfazer necessidades e valores pessoais (domínio sobre o ambiente);

- Ter senso de direção, propósito e objetivos na vida (propósito na vida); percebendo um contínuo desenvolvimento pessoal para assim estar aberto a novas experiências e crescimento pessoal.

- A busca para o bem estar psicológico passa a ser um elemento preventivo da saúde, lembrando que o otimismo é um importante fator para este, ele vem como uma tendência geral para que algo favorável e positivo se interponha à nossa vida.

- É fundamental que se faça uma avaliação do propósito de vida, de como as metas e ações estão sendo realizadas. Reflexão e autoconhecimento são importantes para se manter uma vida construtiva e feliz. A psicoterapia é uma ferramenta importante que busca melhoria da qualidade de vida e bem-estar subjetivo, na medida em que são trabalhados aspectos inconscientes e propicia a solução de conflitos.

- Viver em estado de bem-estar é umas maiores aspirações de qualquer sociedade. A busca pela felicidade rege as ações e escolhas do cotidiano e perpassa todas as fases da vida. Para transformar o mundo que está à sua volta, é necessário primeiro transformar-se a si mesmo.

## 1.5 O caráter epistêmico e interdisciplinar da Ontopsicologia na interpretação das imagens

A ciência ontopsicológica agregou ao método científico positivista os princípios complementares do Campo Semântico, Em Si Ôntico e Monitor de Deflexão.

Considerando que o Em Si Ôntico se constitui na radicalidade do próprio existir humano neste planeta e que se constitui no critério de toda a ciência ontopsicológica, a aplicação prática da sistematização científica deste princípio torna possível evidenciar aquilo que é o íntimo de natureza; torna possível o contato com a

intencionalidade base da natureza humana, isto é, com o real que forma, sustenta e informa o homem.

Desta forma, a identificação daquilo que é decorrente da lógica vida, da essência do homem neste planeta, o Em Si Ôntico e o mecanismo desviante e deformador das projeções do real, o Monitor de Deflexão, se dá mediante a leitura do Campo Semântico.

É que com base nestes princípios complementares, *Campo Semântico*, *Em Si Ôntico* e *Monitor de Deflexão*, é possível colher a subjetividade própria do que é a natureza humana e distingui-la daquela derivada do agregado familístico e cultural, do programa deformador das projeções da consciência e que altera e manipula as imagens, segundo a matriz reflexa e os respectivos estereótipos culturais e societários da época e local.

Com base nisso ocorre a restauração da possibilidade de identificar os precisos formais e endereços psicológicos que as imagens portam consigo, isto é, se são assertivos e importam em crescimento existencial para o sujeito ou se representam perda e diminuição existencial. Por isso, os postulados da ciência ontopsicológica, na verdade, se constituem em princípios epistemológicos e interdisciplinares.

Epistemológicos, por que com base na atuação do método ontopsicológico se pode fazer ciência em conexão com o real que é, já que o Em Si Ôntico se constitui no critério epistêmico. Com base na identificação da intencionalidade do Em Si Ôntico de cada sujeito, é possível colher o real para cada situação. Para tanto, necessário aplicar a racionalidade sobre a subjetividade, que estes princípios complementares informam momento a momento, isto é, valer-se da indução e da dedução, com a verificação complementar por campo semântico.

Desta forma, episteme significa [...] semente, raiz, ou o que é próximo, íntimo ao princípio em si, ao princípio que faz ou dá presença ao real ou à evidência desse. Semente do conhecimento. Símbolo, sinal que certifica o real, portanto, autoriza o processo lógico (MENEGETTI, 2012). [...] Episteme, significa raiz de sentido prático, princípio concreto que gera verdade, saber, exatidão. Epistemologia

é a ciência da lógica. A indagação sobre os princípios de qualquer tipo de verdade (MENEGETTI, 2010, p. 104).

Com base nisso, fica claro que os postulados da ciência ontopsicológica são aplicáveis a todas as outras ciências, isto é, assume o caráter de ciência interdisciplinar. É dessa forma porque [...] consente o processo de autenticidade ou de exatidão dentro dos princípios instrumentais das diversas ciências. Ela oferece a técnica para certificar: 1) o cientista (em qualquer campo), como homem capaz e competente; 2) a aplicação da hipótese como êxito aos resultados previstos desejados (MENEGETTI, 2006, p. 2-3).

O caráter interdisciplinar se evidencia porque opera sobre o pesquisador, sobre o indivíduo, sobre o empresário. O método ontopsicológico torna possível a autenticidade, a exatidão da consciência do indivíduo. E isso se dá porque a aplicação do método se dá sobre as atitudes do Eu Lógico-histórico do indivíduo, para conformá-lo às indicações do Em Si Ôntico, o próprio critério epistêmico do indivíduo. O método torna possível a revisão crítica da consciência do indivíduo. Por isso, permite a construção de uma consciência isenta e livre que, dessa forma, pode estabelecer as necessárias distinções em relação aos formais energéticos que se lhe apresentam momento a momento e, assim, fazer as escolhas que importem crescimento e desenvolvimento existencial e eliminando e controlando aquelas imagens que são nocivas ou que representem perda existencial.

Segundo Meneghetti, para fazer isso o homem precisa ter três dotes: [...] 1) sanidade biológica, poder usar a si mesmo segundo o projeto de natureza; 2) ter feito a dupla metanóia com a técnica ontopsicológica (atualização do Eu Lógico Histórico ao impacto ou interação com o dado ôntico); 3) possuir a pluricultura das várias posições do humano histórico. Qualquer monocultura impede o holístico possível (MENEGETTI, 2011, p. 91). Esta, portanto, a contribuição da ciência ontopsicológica ao processo de identificação e interpretação das imagens.

## Capítulo 2 - PROGRAMA E MÉTODOS DA PESQUISA

### 2.1 Campo problemático da pesquisa

O campo de pesquisa refere-se à importância das imagens (internas e externas) do ser humano, e a forma como as imagens determinam a dinâmica existencial e o bem-estar ou a patologia do sujeito. O mundo exige que vários papéis sejam articulados diariamente. Esferas como trabalho, estudos, amigos, relação amorosa, paternidade ou maternidade e lazer fazem parte do nosso cotidiano. Algumas vezes a dificuldade em uma destas esferas causa angústia, mal estar ou alteração somática. Doenças físicas que devem ser cuidadas por um médico especialista, mas que também merecem o cuidado com o funcionamento psicológico que potencializa ou causa doenças.

Considerando que a definição de imagem é como a forma age em mim e no outro, percebe-se que toda imagem carrega um quântico de energia, que porta uma forma e que determina uma dinâmica. A escolha do tema considerou o homem contemporâneo inserido num contexto permanentemente assediado por imagens, tanto internas, como externas. A globalização, a tecnologia digital, a mídia, o marketing e a evolução dos estudos em que cada vez mais se busca entender, até por uma questão de mercado, o que de fato toca e/ou atinge esse humano, disputando e requisitando a atenção do mesmo nessa infinidade de estímulos. Frente a isso, faz-se necessário o entendimento do indivíduo a respeito dos efeitos dessas imagens na dinâmica existencial e nos resultados que colhe.

A procura do bem-estar psicológico revela ser um elemento preventivo da saúde. A Organização Mundial de Saúde (OMS) define saúde como o estado de completo bem-estar físico, mental e social e não simplesmente a ausência de doença ou enfermidade. Desse modo, a saúde é um direito fundamental do sujeito e dever do Estado em gerir as políticas públicas de acesso à saúde, conforme prevê a Constituição Federal do país (BRASIL, 1988).

A busca para o bem estar psicológico passa a ser um elemento preventivo da saúde e a psicoterapia uma ferramenta que busca melhoria da qualidade de vida e

bem-estar subjetivo, na medida em que são trabalhados aspectos inconscientes e propicia a solução de conflitos. Também, é relevante que se faça uma avaliação dos propósitos de vida, de como as metas e ações estão sendo realizadas. Reflexão e autoconhecimento são importantes para se manter uma vida construtiva e feliz. Viver em estado de bem-estar é uma das maiores aspirações de qualquer sociedade. A busca pela felicidade rege as ações e escolhas do cotidiano e perpassa todas as fases da vida.

Na perspectiva deste estudo, o problema de pesquisa que se busca responder é: Que relações podem ser identificadas entre imagens internas e externas que o sujeito cultiva e estilo de vida (preferências pessoais) e de que maneira esses atributos podem interferir na manutenção da saúde/evolução dos indivíduos?

## **2.2 Objetivos e tarefas da pesquisa**

### **2.2.1 Objetivo geral**

Identificar o significado e dinâmica que as imagens imprimem na experiência existencial do homem, analisando aspectos relativos às imagens (internas e externas) cultivadas pelo sujeito e estilo de vida (preferências pessoais) na determinação da saúde física e psicológica dos indivíduos.

### **2.2.2 Objetivos específicos**

- Identificar os principais atributos, hábitos, tipos de pensamentos e preferências pessoais dos participantes da pesquisa;
- Analisar imagens que o sujeito cultiva na sua vida com frequência e apurar quais imagens oníricas produz e na mídia quais fixam sua atenção;
- Identificar que atributos de outras pessoas despertam atenção do sujeito;
- Apontar as contribuições da ciência ontopsicológica para com o tema em estudo.

### **2.2.3 Tarefas da pesquisa**

No delineamento do estudo, foram desenvolvidas as seguintes tarefas:

- Leitura e fichamento de livros e artigos publicados em periódicos, referentes ao tema da pesquisa;
- Elaboração do questionário autoral para coleta de dados;
- Aplicação coletiva (grupos de 10 pessoas, em média) com a utilização do questionário autoral e testes determinados pela orientação da UESP;
- Tabulação dos dados dos questionários;
- Análise qualitativa das questões dissertativas;
- Tratamento estatístico dos dados quantitativos;
- Redação final da tese e apresentação.



## **2.3 Hipóteses e objeto da pesquisa**

### **2.3.1 Hipóteses**

- Existe relação entre estilo de vida, preferências pessoais e imagens na determinação da saúde dos indivíduos.
- Não existe relação entre estilo de vida, preferências pessoais e imagens na determinação da saúde dos indivíduos.

### **2.3.2 Objeto da pesquisa**

O objeto de estudo nesta pesquisa é o estilo de vida e a saúde. Essas duas dimensões são determinantes do bem-estar psicológico, entendido como a maneira que cada pessoa julga a qualidade de sua vida como um todo. A sensação de satisfação ou bem estar está diretamente ligada à forma como a pessoa é capaz de absorver e lidar com os episódios de sua vida.

Clinica & Consultoria

## **2.4 Características da amostra e lócus da pesquisa**

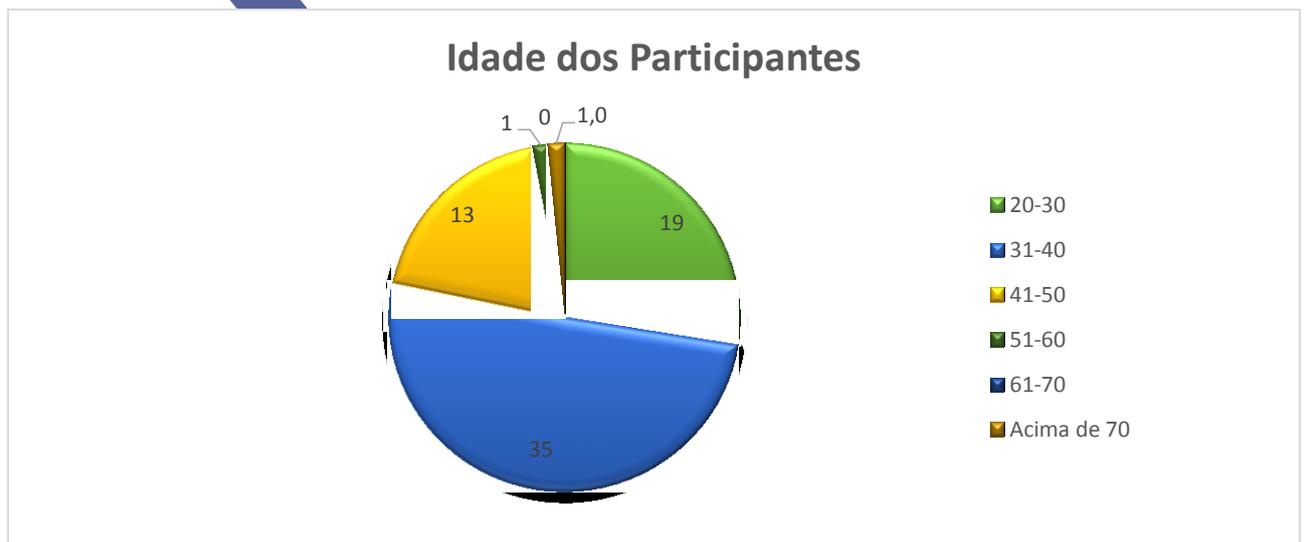
A amostra foi composta por 69 profissionais, sendo 41 (59%) homens e 28 (41%) mulheres. Todos os participantes da pesquisa são funcionários do setor de Operações de uma empresa brasileira, do ramo de Varejo (Supermercado), que possui 15 mil colaboradores, atuando nos estados brasileiros de Mato Grosso do Sul,

Santa Catarina, Mato Grosso, Distrito Federal e São Paulo, e está sediada na cidade de Campo Grande, Mato Grosso do Sul, Brasil.

A seleção da amostra se efetivou por critério de acessibilidade da pesquisadora tendo em vista sua atividade profissional de consultoria na referida empresa em que os dados foram coletados. A amostra caracteriza-se, portanto, como uma amostragem não probabilística. Hair Jr., et al. (2005) explicam que, neste tipo de amostragem, a seleção não visa ser necessária e estatisticamente representativa da população, porque o pesquisador usa métodos subjetivos, como sua experiência pessoal ou a conveniência para selecionar os participantes da pesquisa.

A idade dos participantes variou entre 25 e 77 anos, sendo que a média da idade é 35,44 anos. A Figura 1 mostra o número de pessoas por faixa etária. Observa-se a predominância de pessoas adultas jovens, com idade até 40 anos.

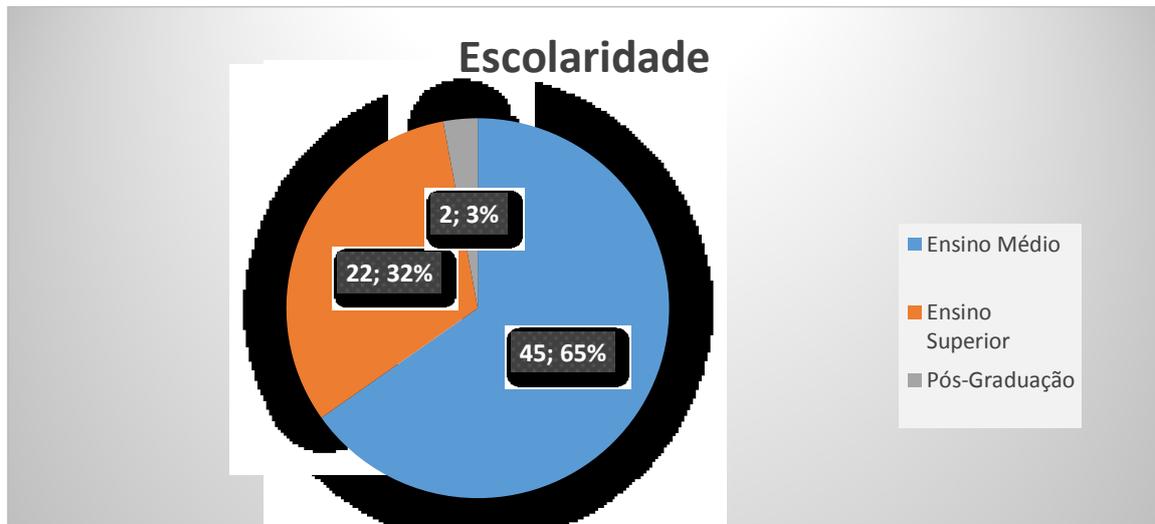
**Figura 1:** Gráfico demonstrativo da idade dos participantes por faixa etária.



## Clínica & Consultoria

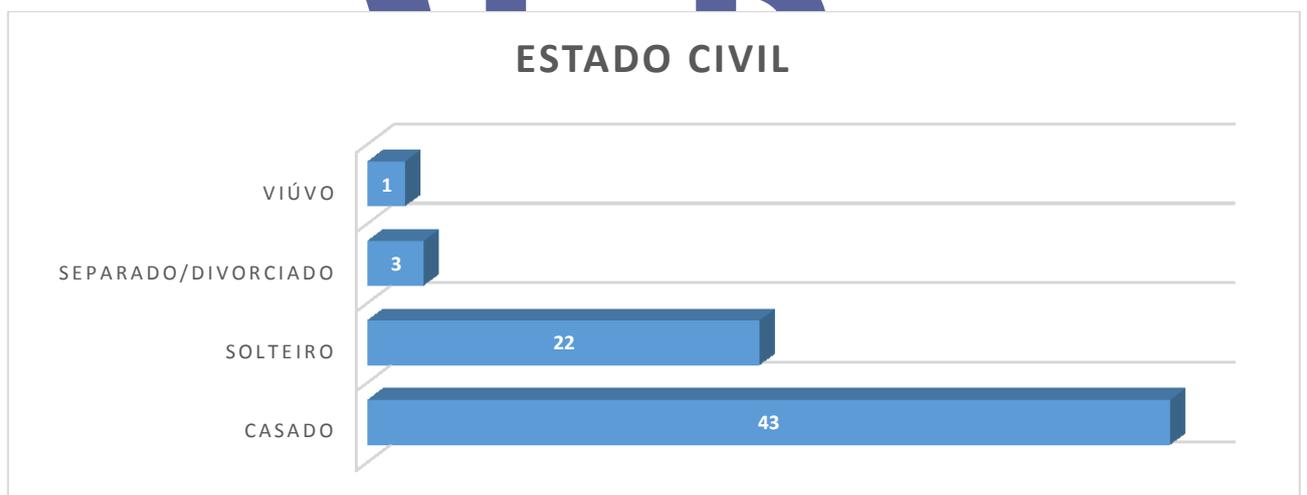
Quanto à escolaridade, 45 (65,%) dos participantes possuem Ensino Médio; 22 (32%) possuem Curso Superior em diferentes áreas, e 2 (3 %) possuem Pós-graduação, conforme mostra a Figura 2.

**Figura 2:** Gráfico demonstrativo da escolaridade dos participantes.



O estado civil dos participantes está representado na Figura 3. Observa-se que, 43 (62,3%) são casados, 22 (31,9%) são solteiros e os demais participantes situam-se nos itens “divorciados” e “viúvos”.

**Figura 3:** Gráfico demonstrativo do estado civil dos participantes.



Cabe observar que nem nenhum participante indicou, por exemplo, relação estável. Disso se infere que as pessoas que mantem este tipo de situação consideram-se casadas ou solteiras.

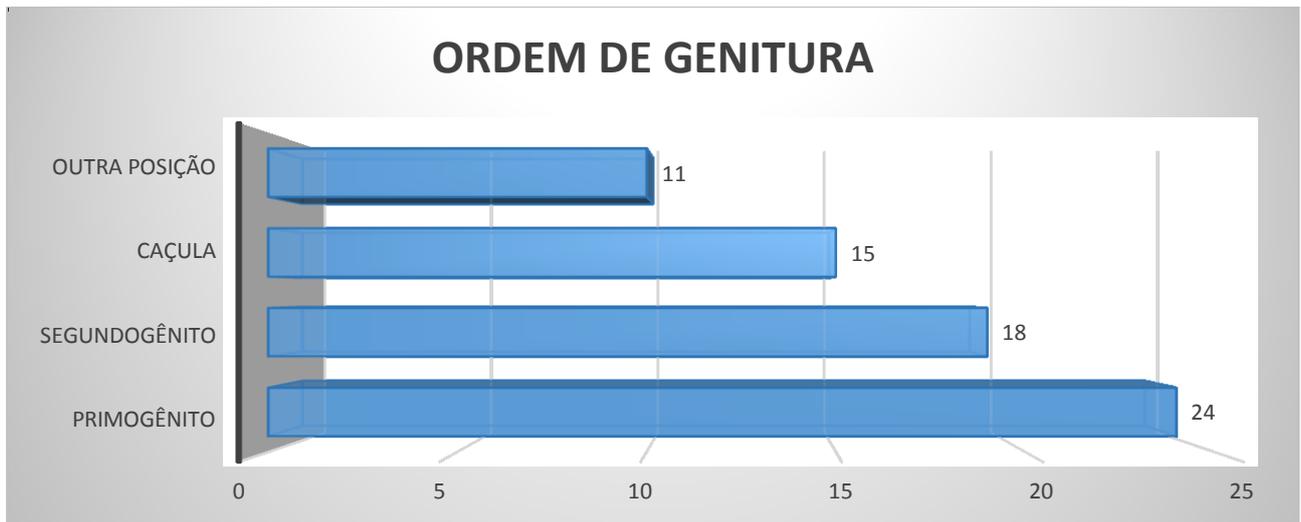
Em relação ao número de filhos, observa-se que, a grande maioria, 31 (44,9%) possuem apenas 1 filho; 14 (20,3%) possuem 2 filhos e, apenas 2 participantes possuem 4 filhos. Disso se infere que os dados da Figura 4, são coerentes com uma tendência mundial que aponta as configurações familiares com número reduzido de filhos.

**Figura 4:** Gráfico demonstrativo do número de filhos dos participantes.



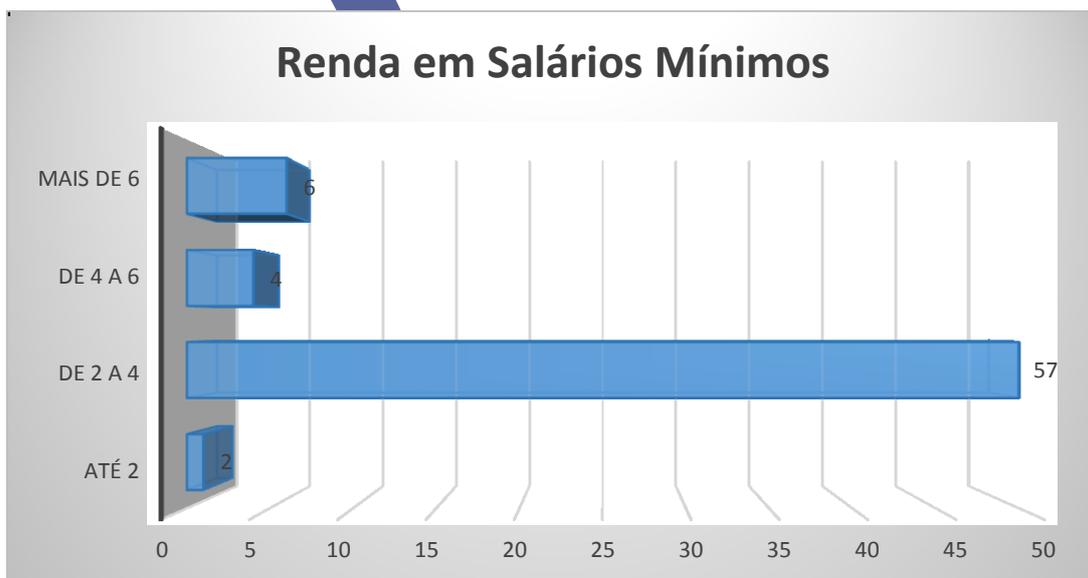
No levantamento dos dados sociodemográficos também foram apurados dados relativos à genitura, como mostra a Figura 5. Neste item, apenas um participante não indicou a sua posição de nascimento na família. Observa-se a predominância de primogênitos, 24 (34,8%) o que indica uma tendência à liderança como característica pessoal. Também são expressivos os número de secundogênitos, 18 (26,08%) e de caçula, 15 (21,7%), conforme Figura 5.

**Figura 5:** Gráfico demonstrativo da genitura dos participantes.



Quanto ao rendimento mensal, dos 69 participantes da pesquisa, os valores informados foram transformados em salários mínimos (SM) que atualmente é R\$ 880,00 (Oitocentos e oitenta reais). Isto foi necessário para se ter um critério de representatividade por faixa, conforme Figura 6. A média de ganhos, em moeda nacional (Real), é R\$ 3.176,61 (Três mil setecentos e setenta e seis reais e sessenta e um centavos).

**Figura 6:** Gráfico demonstrativo da renda dos participantes.



Uma observação importante diz respeito aos 57 (82,60%) participantes que recebem entre 2 e 4 salários mínimos mensais. Este dado retrata uma realidade da maior parte dos trabalhadores brasileiros que exercem funções básicas nas empresas.

Esta informação também guarda relação com a escolaridade dos participantes, em que 45 (65,%) possuem apenas o Ensino Médio.

## 2.5 Métodos de pesquisa

A coleta de dados foi coordenada pela própria pesquisadora com auxílio de dois colaboradores, realizada presencialmente, nas diversas lojas da empresa. Sendo utilizados: Questionário Autoral contendo 20 questões abertas e/ou dissertativas e demais testes determinado pela orientação da UESP (EBEP – Escala de Bem-estar Psicológico).

As questões dissertativas foram categorizadas e analisadas pela técnica de Análise Qualitativa de Conteúdo, segundo Bardin(2015).Na utilização dessa técnica, o procedimento inicial é a decodificação dos dados contidos nos textos com descrição detalhada das ideias que Bardin (2015) chama de estágio descritivo ou de análise categorial e compreende três polos cronológicos: a) a pré-análise; b) a exploração do material; c) o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação.

A fase da **pré-análise**, conforme Bardin (2015) é constituída pela organização inicial do material a partir da escolha dos documentos, formulação de hipóteses, de objetivos e “indicadores que fundamentam a interpretação final” (p. 95). Nessa fase, foi realizada a primeira leitura das respostas dadas às questões dissertativas. A autora chama esse procedimento inicial de “leitura flutuante”.

A **exploração do material** consiste em elaborar “operação de codificação, desconto ou enumeração, em função de regras previamente formuladas; [...] a codificação corresponde a uma transformação – efetuada segundo regras precisas – dos dados brutos do texto, transformação que, por recorte, agregação e enumeração, permite atingir uma representação do conteúdo e de sua expressão” (BARDIN, 2015, p. 101; 103). Nessa fase, novas leituras foram feitas, que auxiliaram na definição das categorias de análise.

A terceira fase, **tratamento dos resultados e interpretação**, envolve operações estatísticas simples, síntese e seleção dos resultados, inferências e interpretação. Nessa fase, foi realizada a análise propriamente dita das respostas

dissertativas dos participantes. Na apresentação de exemplos os participantes são identificados pela letra E (entrevistado) seguindo de um número a eles atribuído.

Para registro dos dados quantitativos foi elaborada uma tabela no Excel. O tratamento estatístico seguiu os métodos matemáticos aplicados à pesquisa de acordo com as exigências do Programa Educacional de Pós-graduação em Psicologia da UESP.

## Capítulo 3 – RESULTADOS E ANÁLISE

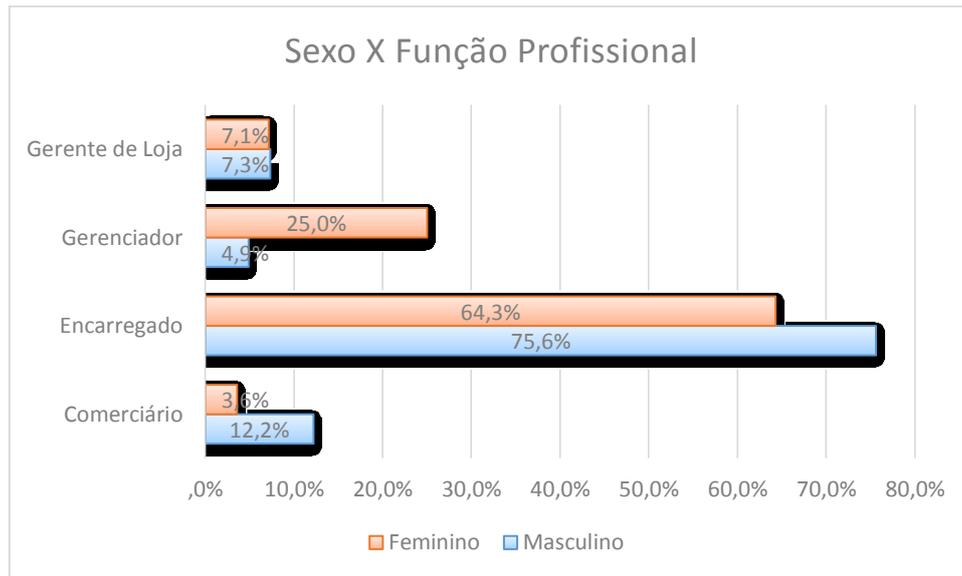
Este capítulo está organizado da seguinte maneira. Na primeira seção apresentam-se características gerais a partir do cruzamento de dados e preferências dos participantes em relação ao tempo livre, programas de TV, música, quadro predileto, cores. A segunda seção refere-se aos hábitos, cuidados e atitudes pessoais e a terceira seção refere-se às preferências por imagens, lugares preferidos e atributos da outra pessoa que chamam a atenção dos respondentes. Na última seção são analisados os dados do Teste de EBEP – Escala de Bem estar Psicológico (Ryff) e as correlações.

### 3.1 Características gerais e preferências dos participantes

#### 3.1.1 Características gerais a partir do cruzamento de dados

Além das informações a respeito dos participantes, descritas no capítulo 2, foram feitos cruzamentos de dados entre sexo e outras variáveis. Em relação às funções e/ou cargo que os participantes desempenham na empresa, os dados estão representados na Figura 7.

**Figura 7:** Gráfico demonstrativo do cruzamento de dados entre sexo e cargo ou função que os participantes ocupam na empresa.

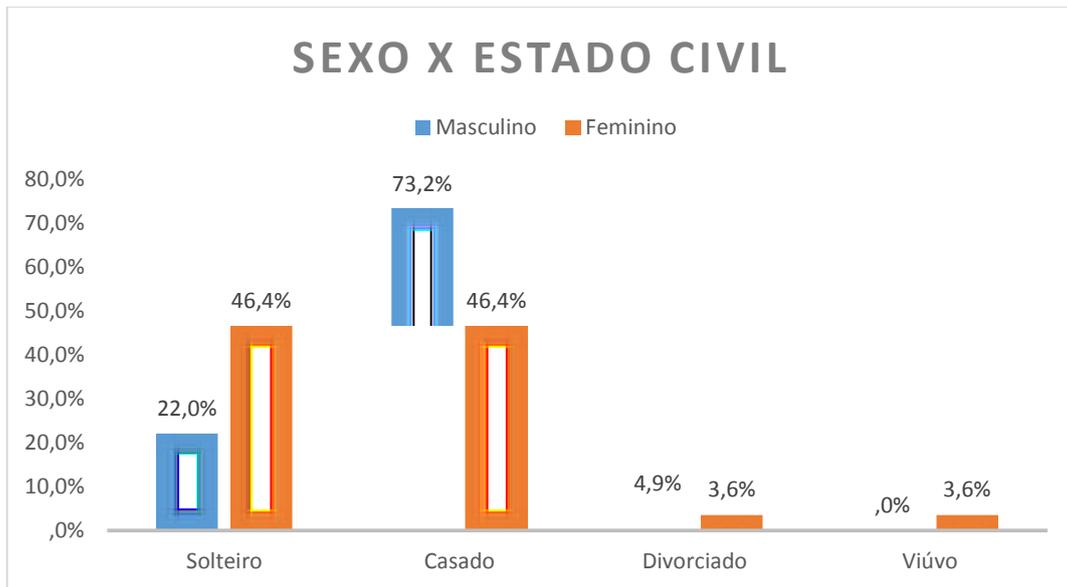


Um dado interessante diz respeito à função de gerente de loja. Se o número ou percentual de homens e mulheres é equivalente nesta função, significa que a empresa não discrimina a mulher para cargos de liderança. Este dado torna-se relevante tendo em vista que historicamente o mundo formal do trabalho foi visto como um espaço masculino. Com a entrada da mulher no mercado de trabalho configurou-se também novas formas de liderar. As mulheres passaram a ocupar cargos e funções até então desempenhadas exclusivamente por homens.

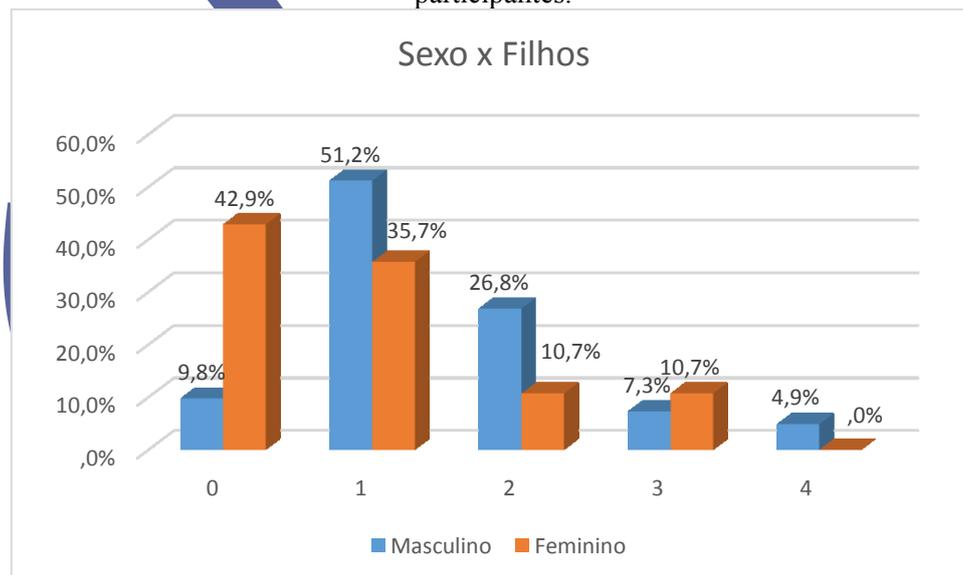
Mostra também que com a emancipação da mulher e a busca da igualdade de gêneros, as relações na esfera do trabalho também se modificaram de maneira que, assim como os homens, as mulheres colocaram as suas competências a serviço da sociedade e não apenas da família. Como resultado elas passaram a adquirir autonomia financeira que lhes garantem benefícios como a segurança social, a aposentadoria e uma salvaguarda contra a pobreza, viuvez ou até a separação.

No estudo realizado, as observações a respeito da mulher parecem estar associadas também ao estado civil dos participantes e à maternidade, conforme mostram as Figura 8 e 9, respectivamente.

**Figura 8:** Gráfico demonstrativo do cruzamento de dados entre sexo e estado civil dos participantes.



**Figura 9:** Gráfico demonstrativo do cruzamento de dados entre sexo e número de filhos dos participantes.



Observa-se que o percentual de mulheres solteiras e mulheres sem filhos são significativamente mais alto do que o número de homens solteiros e sem filhos. O que pode gerar uma análise referente ao foco na carreira das mulheres da amostra. A maioria dos cargos de liderança se refere a homens casados e com filhos. Infere-se que o estilo de vida do homem casado é condizente com cargo de liderança, sendo que o número de filhos não é relevante para o homem de forma geral.

### 3.1.2. Tempo livre

Esta questão teve o objetivo de verificar o que os participantes fazem em seu tempo livre. As respostas foram organizadas em categorias não excludentes, isto é, pelo número de vezes em que a variável foi citada. A família foi citada por 53 (76,81%) dos respondentes; atividade física ou esportes, 20 (28,98%); cinema ou filmes na TV, 15 (21,73%); amigos, 15 (21,73%); igreja, 7 (10,14%); estudo, 5 (7,24%); ouvir música, 3 (4,34%). Também foram indicadas em menor proporção atividades como tomar tereré, fazer churrasco, pescaria, sair para dançar, ir ao shopping, arrumar a casa. Os depoimentos exemplificam a realidade narrada:

E11: Lazer com a família, andar de bicicleta.

E16: Estudo a noite, gosto de assistir filme com a família, gosto de passear de cavalo, cuidar de animais.

E17: Passo exclusivamente com a família, marido, filha e meus pais.

E41: Geralmente curto meu filho, assisto cinema, saio com as amigas.

E50: Faço academia, ouço música, assisto televisão, passeio com esposa e filhos, visito amigos/parentes, ajudo nas tarefas de casa.

Observa-se que no cotidiano dos participantes, a principal forma de preencher o tempo livre, associado ao lazer, é realizada na companhia de familiares o que demonstra apreço e consideração com as pessoas com as quais convivem ou não. Do grupo estudado, conforme Figura 3, 43 (62,3) são casados, mas, mesmo os solteiros ou os que se encontram em outra situação, procuram familiares em seu tempo livre.

## Clínica & Consultoria

### 3.1.3 Programas de TV

Questionados a respeito de ver televisão e quais os programa assistem, 64 (92,75%) afirmam gostar e assistem TV normalmente; 5 (7,24%) não gostam e não assistem de TV. Os dados referentes aos programas de TV que os participantes assistem foram contabilizados pelo número de indicações, conforme Tabela 1.

Tabela 1- Demonstrativo dos Programas de TV preferidos pelos participantes.

PROGRAMAS	F	EXEMPLOS
Telejornais	37	E25: Telejornais e novelas.
Filmes	37	E16: Sim. Filmes de ação, romance, suspense. Gospel.
Esportivos	18	E3: Sim, esporte e filmes de ação.
Novelas	11	E46: Telejornais, filmes de ação e novelas de época.
Culinária	03	E56: Programas de culinária e documentários. Filmes românticos e divertidos.
Humor	03	E53: Sim. Documentários, Telejornais, filmes de humor
Documentários	02	E53: Sim. Documentários, Telejornais, filmes de humor.
Infantis	02	E13: Jornal, desenho infantil com a filha, filme comédia, Programa Silvio Santos, Praça é Nossa.
Outros	12	

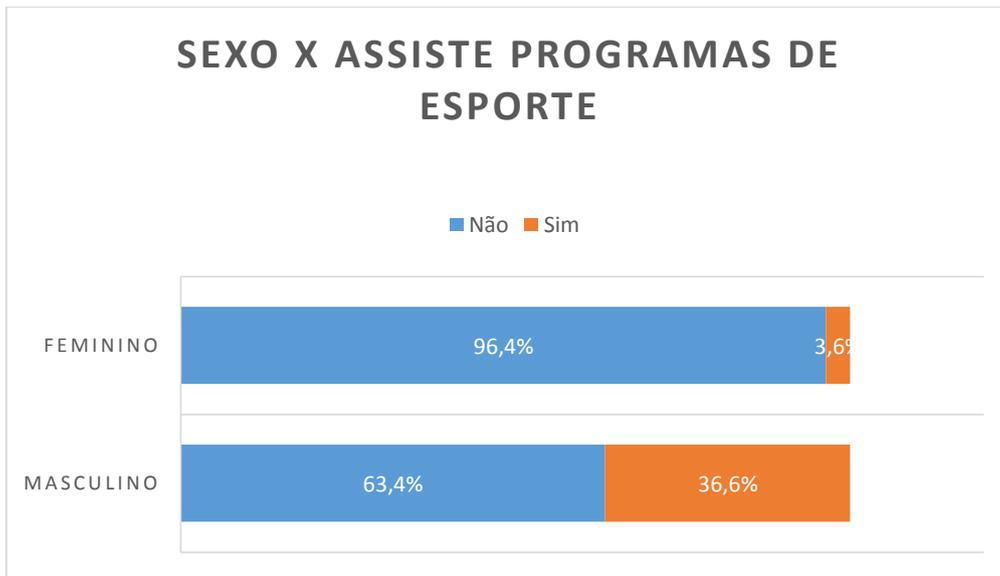
Uma observação interessante diz respeito ao gênero de filme que os participantes assistem, sendo: drama, suspense, comédia, romance, aventura, ficção científica, horror.

No estudo realizado, também foram feitos diversos cruzamento de dados. No cruzamento entre sexo e assiste o noticiário, constatou-se que há diferenças significativas entre homens e mulheres. Apenas 39,3% das mulheres assistem noticiários e, entre os homens este índice é 64,4%.

No cruzamento de dados entre sexo e programas de esportes que assiste na Tv, foram também foram encontradas diferenças significativas entre homens e mulheres como mostra a Figura 10.

Clínica & Consultoria

**Figura 10:** Gráfico demonstrativo do cruzamento de dados entre sexo e número de filhos dos participantes.



Uma possível explicação para os dados representados na Figura 10 pode estar associada ao fato de que os homens têm preferências principalmente por esportes ligados a um clube como o futebol que, além de ser uma paixão nacional, desde muito cedo os pais costumam incentivar os filhos a torcer pelo time de sua preferência. Também, os homens, mais do que as mulheres, gostam de automobilismo e esportes radicais. Em relação às telenovelas, 35,7% das mulheres e 14,6% dos homens informaram que assistem. Mesmo em menor número, homens também apreciam novelas. Cabe destacar que, nos últimos anos, a televisão aberta têm apresentado temáticas polêmicas relacionadas à política, ciência e tecnologia, misturando ficção e realidade do país.

#### 3.1.4 Músicas que ouve

Quanto à música, dois gêneros se destacam na preferência dos participantes: sertaneja, indicada por 36 participantes e música gospel por 17. Em menor frequência foram citados os gêneros: Música Popular Brasileira (MPB); rock; pagode, romântica e um apenas citou música eletrônica.

A preferência por música sertaneja remete às raízes culturais do povo brasileiro, que, em sua grande maioria, é o campo. O Brasil é um país agrário e o Estado do Mato Grosso do Sul, local em que foi realizada a pesquisa é, por excelência, marcado por fazendas de gado bovino e cultura da soja. Assim, mesmo

que os participantes do estudo vivem em uma cidade de grande porte, as pessoas sentem necessidade de se voltar às suas origens ou às origens da família. Normalmente, são lembranças da infância, das visitas à casa dos avós, que povoam inconscientemente essas pessoas. Isto também está associado ao apego às tradições locais e a família.

No contraponto, observa-se que um número expressivo de participantes indicaram música gospel ou evangélica e, alguns participantes fizeram referência à música de louvor. Essas informações remetem a uma dimensão espiritual, como também, seguir uma doutrina religiosa. Cabe observar que nenhum participante fez referência à música ligada à religião católica. Este dado pode estar associado ao crescimento das religiões evangélicas no país e o enfraquecimento do catolicismo.

No cruzamento dos dados, entre sexo e o hábito de ouvir pagode e samba, 10,7% das mulheres e 29,3% dos homens, informaram que costumam ouvir este gênero de música.

### 3.1.5 Quadro predileto

Percebe-se que nem todos os participantes entenderam a questão, tendo em vista que alguns citaram quadros/programa de TV. Também, 25 participantes não responderam ou afirmaram não ter um quadro de preferência. Entre os respondentes, 25 citaram a natureza, incluindo pássaros, flores e paisagens como seu quadro de preferência. Entende-se que este dado guarda relação com a análise relativa à preferência por música sertaneja, isto é, a paisagem natural faz parte da dimensão humana.

Alguns participantes indicaram o nome de pintores famosos como: Leonardo da Vinci; Picasso, Monet, Van Gogh e os brasileiros Portinari, Tarcila do Amaral e o contemporâneo Romero Britto. Entre os quadros famosos foram citados a Mona Lisa e a Santa Ceia. Mesmo que esses dados foram citados por um número reduzido de participantes, mostram certo grau de cultura e conhecimento de artistas mundialmente conhecidos.

Também é interessante registrar que quadro da família, retrato do casamento, imagem da mãe e da filha, imagem de Nossa Senhora e de Jesus Cristo foram citados

como quadro de preferência. Em todos esses casos observa-se que há fixação na imagem materna, seja pela preferência pela foto da mãe ou da filha, como pelas imagens religiosas.

### 3.1.6 Cor preferida da casa

Questionados a respeito da cor de preferência para pintar a sua casa, os respondentes indicaram uma ou mais cores, de maneira que a tabulação foi efetivada pelo número de vezes que uma determinada cor foi citada. Os dados encontram-se na Tabela 2.

Tabela 2 – Demonstrativo de cores para pintar a casa dos respondentes

<b>COR</b>	<b>Número de citação</b>	<b>Exemplo</b>
Branco e cores claras	43	E49-Gosto do branco que traz clareza.
Azul	17	E21- Azul bebê; E27- Azul claro.
Vermelho e cores vivas	8	E6- Vermelho com branco
Amarelo	5	E60-Branco interno, amarelo externo.
Verde	5	E68- Verde transmite tranquilidade e paz no ambiente de descanso
Preto e cores escuras	5	E7- Preto; E45 Marrom por fora.
Indiferente	1	

Observa-se a preferência dos respondentes pelo branco e por cores claras, seguida da cor azul, com diversos matizes. A cor azul está associada a da logomarca da empresa. Em síntese, pode-se agrupar as cores em dois grupos: cores quentes e cores frias.

Considerando-se cores quentes: “vermelho e cores vivas” e “preto e cores escuras”. Observa-se que a preferência dos participantes para pintar a sua casa são cores frias como branco e cores claras que emanam luz, incluindo também nesta categoria, as cores verde e amarela que remetem, respectivamente, a cor das folhas das árvores e ao sol. Esta observação guarda relação com a preferência dos

participantes a quadros que retratam a natureza e ao gênero de música sertaneja conforme assinalado em parágrafos anteriores.

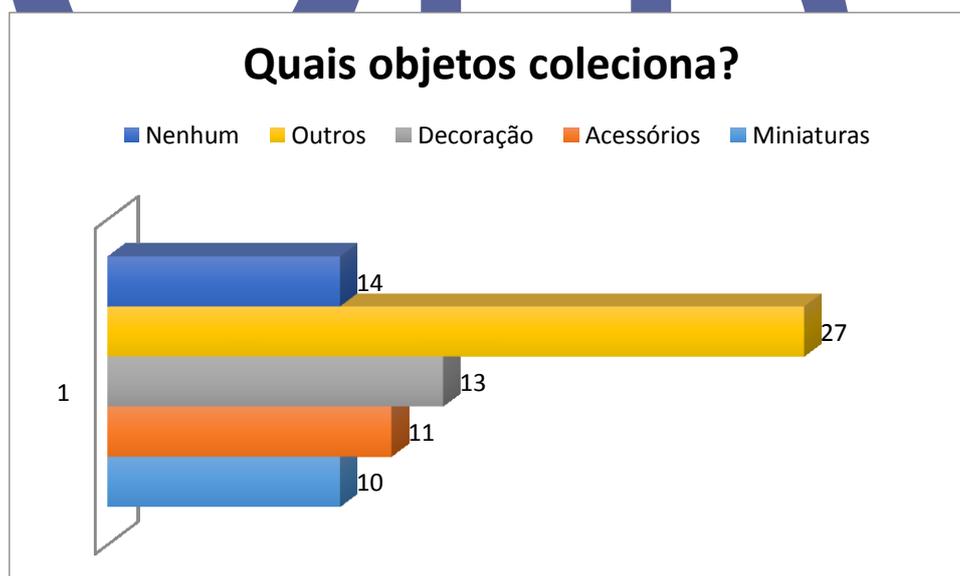
No cruzamento dos dados entre sexo e tons claros para pintar a casa, 50% das mulheres e 26,8% dos homens informaram que preferem essas cores. Normalmente, as mulheres têm uma delicadeza natural que pode estar associada aos tons claros, e os homens, em geral, são mais agressivos o que remete à cores quentes.

### 3.1.7 Objetos de preferência ou coleção

Esta questão teve por objetivo verificar quais objetos são preferidos pelos participantes. Considerando-se a longa lista de objeto citados, esses foram agrupados nas categorias representadas na Figura 11.

Na categoria “nenhum”, foram inclusos os participantes que não colecionam objetos ou que não responderam a questão. Observa-se que há um equilíbrio entre as respostas atribuídas a objetos de decoração e acessórios. Entre os objetos citados na categoria outros, encontram-se livros; fotos antigas; moedas; medalhas; ursinho de pelúcia; aparelho celular, entre outros. Considerando-se que a idade média dos participantes é 35,44 anos, tendo pessoas com 25 anos, pode-se inferir que determinados objetos como boné e celular, estão relacionados à preferência da faixa etária.

**Figura 11:** Gráfico demonstrativo da preferência relativa a objetos de coleção dos participantes.



No cruzamento dos dados entre sexo e objetos de decoração, identificou-se que 35,7% das mulheres e 7,3% dos homens colecionam objetos dessa categoria. Fora do espectro profissional de designs e arquitetos de interior, a função de decoração da casa é, normalmente, de responsabilidade da mulher. O belo e a arte não estão, necessariamente, relacionadas à mulher, mas a alma feminina é mais sensível a essas dimensões.

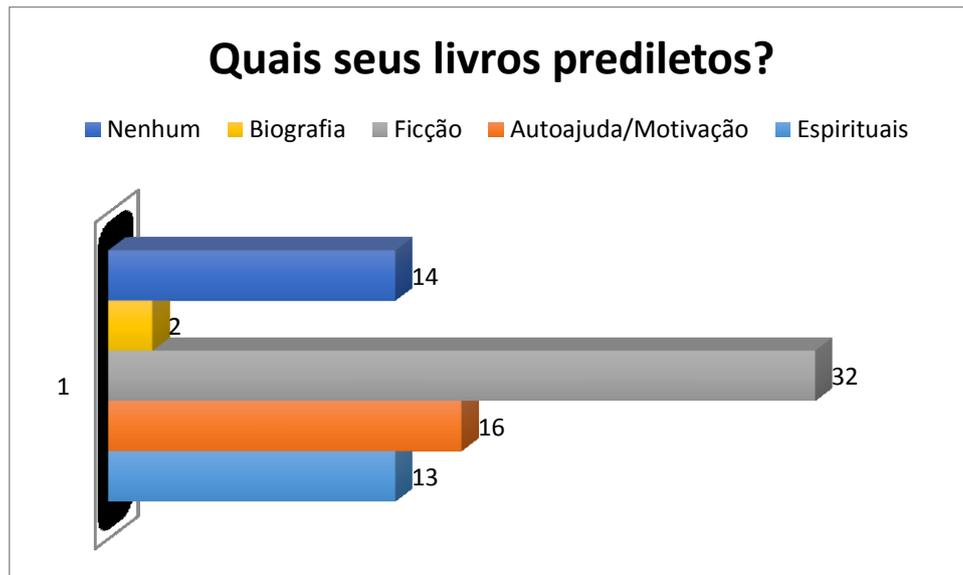
### 3.1.8 Livros prediletos

Questionados a respeito do seu livro de preferência, inicialmente registra-se que 14 participantes não responderam a questão, não têm livros e/ou não gostam de ler. As respostas dos demais respondentes foram agrupadas nas categorias especificadas na Figura 12.

Na categoria autoajuda, foram inclusas também obras relacionadas à liderança e ao aperfeiçoamento profissional. Na categoria livros espirituais, o mais citado foi a bíblia, seguido da obra *Jesus, o maior psicólogo que já existiu*, de Mark W. Baker. Também foram citados pelos participantes, livros ligados à doutrina espírita, como as obras da escritora brasileira Zibia Gasparetto. Disso se conclui que a categoria livros espirituais mantém relação com dados analisados em questões anteriores como a opção pelo gênero de música gospel, preferências pela cor branca ou claras para a pintura da casa, entre outros aspectos.

Clínica & Consultoria

**Figura 12:** Gráfico demonstrativo da preferência relativa a livro

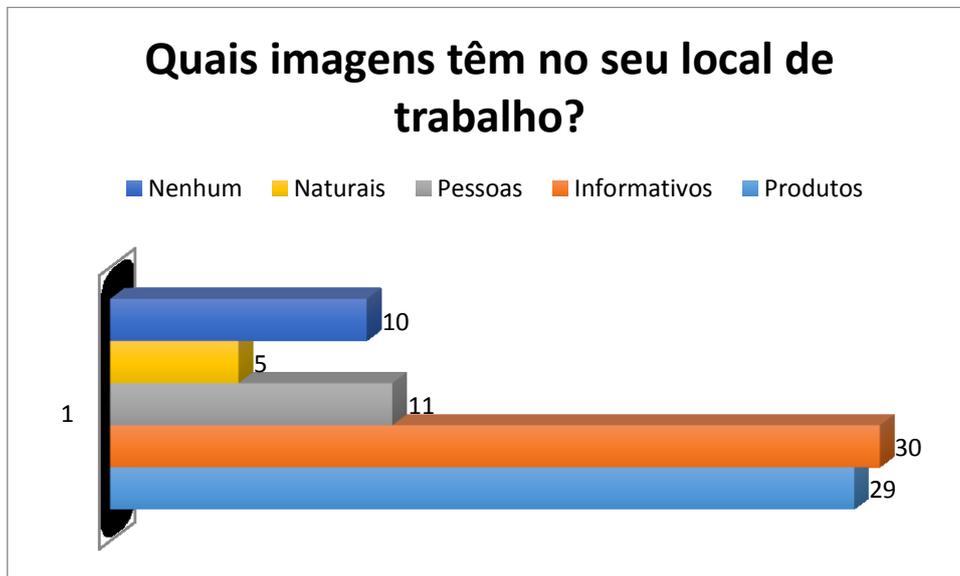


Entre os livros citados na categoria ficção, incluem-se a Saga do Crepúsculo de Stephanie Meyer; Anjos e Demônios e o Código da Vinci, ambos de autoria de Dan Brow; O Senhor dos Anéis de John Ronald Reuel Tolkien e o clássico O Pequeno Príncipe, de Saint- Exupéry. Uma observação procedente nesta análise diz respeito à preferência a histórias de vampiros como na Saga do Crepúsculo e outras ficções sombrias. Esta observação está coerente com a preferência de pintar a casa de cor preta ou cores escuras o que denota um lado sóbrio, mas contemporaneamente “vampírico” da personalidade desses respondentes. Esta dinâmica é reforçada por uma cultura difundida pelas diferentes mídias, livros e cinema. No contraponto, é citado O pequeno Príncipe, uma obra de ficção e também de autoajuda no entendimento de determinadas pessoas. Exupéry repassa uma visão encantada de mundo e o desencanto com os seres humanos, tendo como personagem central uma criança extraterrestre e solitária a qual chamava de “príncipezinho”. Ao longo da narrativa, o autor dispensa um olhar humano ao não humano como, em relação a raposa e a rosa. “Você se torna responsável por aquilo que cativas” e “o essencial é invisível aos olhos” são mensagens que agradam as pessoas e ajudaram a colocar a obra como sendo a mais lida, ficando atrás apenas da bíblia e o alcorão.

### 3.1.9 Imagens e objetos em local de trabalho

Quanto aos objetos e imagens no local de trabalho, dos 69 participantes, 10 indicaram que não tem nenhuma imagem ou não responderam esta questão. As respostas dos demais participantes foram categorizadas conforme mostra a Figura 13

**Figura 13:** Gráfico demonstrativo das imagens em local de trabalho dos participantes por categoria.



A categoria natureza compreende todas as respostas em que os informantes indicaram elementos da natureza como plantas, flores, animais. Servem como exemplos os depoimentos:

- E48-Uma paisagem muito bonita de uma casa e várias plantas.
- E49- As plantas, flores e frutos.
- E52: Frutas de vários tipos e cores.

Na categoria pessoas, é específica a nomeação de clientes ou apenas pessoas. No contraponto, a categoria produtos, contém uma longa lista de itens que foram indicados pelos respondentes. Entre esses, encontram-se produtos alimentícios como, exemplificam: E5-“Um local muito bom, ilha de queijo, balcão de iogurte”; “Vinhos, cervejas e destilados (E15)”. Nesta categoria, também foram incluídas as respostas que indicavam equipamentos de trabalho como computador, televisor, forno, balcão, etc.

A categoria “informativo” reúne as respostas em que os participantes citaram diferentes imagens, como por exemplos, “Imagens das lojas de companhia, quadros com mensagens motivacionais” (E50); “Quadros motivacionais, calendário, agenda, canetas, fruteira com frutas sempre frescas” (E51). Nesta categoria também chama a atenção as citações: “Imagens coloridas, imagem de santa” (E33); “Nossa Senhora do Perpétuo Socorro, porta-retratos da minha família” (E34).

A exposição de informativos comerciais no ambiente de trabalho é uma norma adequada e até funcional ao escopo de mostrar ou informar aos clientes produtos disponíveis naquele estabelecimento. No entanto, imagens religiosas e fotografias da família dizem respeito à subjetividade do indivíduo e nem todas as empresas permitem a exposição desses objetos. De certo modo, essa observação também está coerente com as análises realizadas nos itens precedentes em que se identificou preferências em fazer lazer com a família, a ler livros religiosos ou de autoajuda.

### 3.2 Hábitos, cuidados e atitudes pessoais

Nesta seção, discutem-se as dimensões pessoais dos participantes da pesquisa ligadas aos cuidados, hábitos, cores do vestuário, pensamento ao acordar e ao deitar, alimentação e doenças diagnosticadas.

#### 3.2.1 Hábitos ou manias pessoais

As respostas referentes a hábitos e manias foram categorizadas conforme Tabela 3.

Tabela 3 – Demonstrativo de categorias, frequência e exemplos de hábitos e manias dos participantes.

<b>Categoria</b>	<b>Frequência</b>	<b>Exemplo</b>
Organização/limpeza	17	E60: Mania de organização, gosto das coisas no lugar que sempre deixo. E40: Tenho mania de ficar arrumando quando as pessoas bagunçam. Tenho que colocar tudo no lugar.
Acordar cedo	9	E03: Hábito de acordar cedo. E05: Levantar e ir sentar na varanda antes de vir trabalhar. E01: Acordar cedo e contemplar o ambiente em que vivo.

Apresentação pessoal	7	E 54: Olhar no espelho sempre que passo em frente a um. E49: Gosto de maquiagem, estar bem apresentada. E42: Sempre estar alinhado.
Checagem	7	E63: Olhar se tudo está bem trancado antes de dormir. E68: Checar as coisas duas vezes, mesmo sabendo que já verifiquei.
Dormir durante o dia	4	E18: Tirar um cochilo após as refeições. E66: Dormir após almoço.
Outros	18	E 61: De entrar com o pé esquerdo nos lugares. E67: Roer unhas. E38: Sorrir.
Nenhuma/ não respondeu	6	

As categorias organização/limpeza, cuidado com a apresentação pessoal, acordar cedo e dormir durante o dia referem-se a hábitos funcionais à saúde, ao trabalho e a vida social. O princípio da ordem é básico nas atividades laborais, mas não pode se tornar uma neurose. O cuidado, principalmente, com a aparência pode ser interpretado também como autoestima da pessoa e não apenas como uma exigência social.

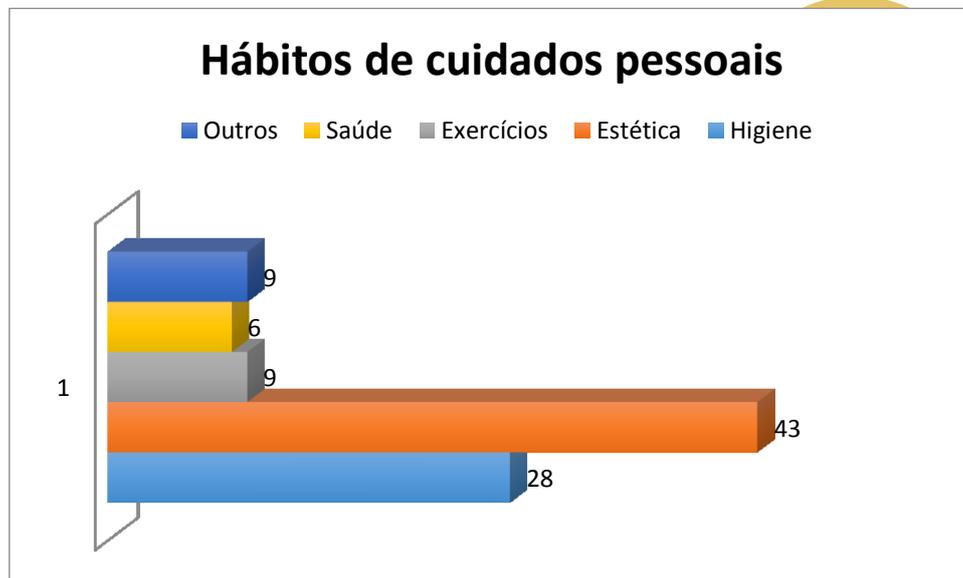
Do ponto de vista psicológico, as manias que remetem ao Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC) situam-se na categoria checagem e, em alguns casos, na obsessão a simetria como se expressou E46 “Perfeccionismo” e, na obsessão por higiene, conforme E57 “Mania de limpeza”. No cruzamento dos dados entre sexo e mania de limpeza, constatou-se que 28,6% das mulheres e 7,3% dos homens têm mania da limpeza que pode estar relacionada às funções laborais (organização e limpeza) juntamente com atenção aos detalhes o que pode ser importante na função de liderança.

Também podem fazer parte desta análise, manias e hábitos inclusos na categoria outros. No entanto, todos os casos identificados como possível TOC e/ou neurose, parecem ser pouco perceptíveis, não atrapalham a vida social dos participantes e nem os impedem de executar o seu trabalho na empresa.

### 3.2.2 Cuidados pessoais

Em relação aos cuidados pessoais, as respostas foram categorizadas observando-se o número de indicações por cada categoria, conforme Figura 14.

**Figura 14:** Gráfico demonstrativo dos hábitos e cuidados pessoais dos participantes.



Inicialmente observa-se que higiene, saúde, estética e exercícios físicos são as categorias complementares e não excludentes. Esse entendimento fundamenta-se na compreensão de que a saúde é resultado das inter-relações que se estabelecem entre o homem e o ambiente social e natural em que vive. A interação entre processos biológicos, culturais e socioeconômicos caracterizam a concepção ecológica de saúde. As proposições a seguir exemplificam as categorias identificadas nas respostas dos participantes:

**Higiene:**

E08 - Sim, de lavar as mãos a todo momento.

E23- Escovar os dentes, pentear os cabelos, me olhar no espelho, tomar banho.

**Atividade Física:**

E31: Pular corda, caminhar, comer salada. Ler livros e revistas.

E32: Tomar muito banho, jogar futebol toda sexta-feira.

E37: Sim. Alimentação, fazer caminhada e jogar aquele futebol.

**Estética:**

E45: Sim, cuidados semanais com unhas e cabelos.

E60: Sim, cabelo e barba têm sempre que estar bom.

E67: Fazer unhas, caminhar quando possível.

E68: Boa aparência, estar sempre vestido de maneira adequada, barba feita, cabelo curto, etc.

**Saúde:**

E 06: Acho que tudo que faz bem para a saúde do corpo e da mente.

E59: Sim, ir ao dentista mensalmente, ir ao médico anualmente para realização de check-up, e o básico diariamente (banho, higiene bucal).

É importante observar que nas respostas da maioria dos participantes há uma preocupação na manutenção da saúde, aliada à estética. Este comportamento é coerente com os padrões culturais das sociedades contemporâneas que valorizam, cada vez mais, os aspectos estéticos da pessoa como um corpo atlético, a aparência do que veste, como ela se comporta, qual o seu estilo de vida. No entanto, a motivação para manter esses cuidados pessoais pode também estar associada à motivação para o trabalho e a necessidade de sua manutenção. Este indicador deve ser considerado nesta análise porque a manutenção da saúde depende mais do estilo de vida da pessoa e de suas condições socioeconômicas de que de sua genética.

### 3.2.3 Cores do vestuário

Questionados a respeito da preferência de cor para se vestir, as respostas foram categorizadas conforme Figura 15.

**Figura 15:** Gráfico demonstrativo dos hábitos e cuidados pessoais dos participantes



A predominância por cores claras, branca e azul no vestir guarda relação com os dados apurados na escolha da cor da casa em que, a cor branca e cores claras foram indicadas 43 vezes; a cor azul, 17 vezes; vermelho e cores vivas 8 indicações e preto e cores escuras 10 vezes. Outra análise que procede fazer aqui diz respeito à

associação da cor do vestir com as cores do uniforme da empresa, conforme as seguintes respostas:

E08: Cores claras, azul ou branco.

E19: Preto (pessoal) e azul (da empresa).

E30: Branco, por preferência e azul que é a cor do uniforme que uso todos os dias.

E48: Gosto muito da cor preta, mas ultimamente o azul.

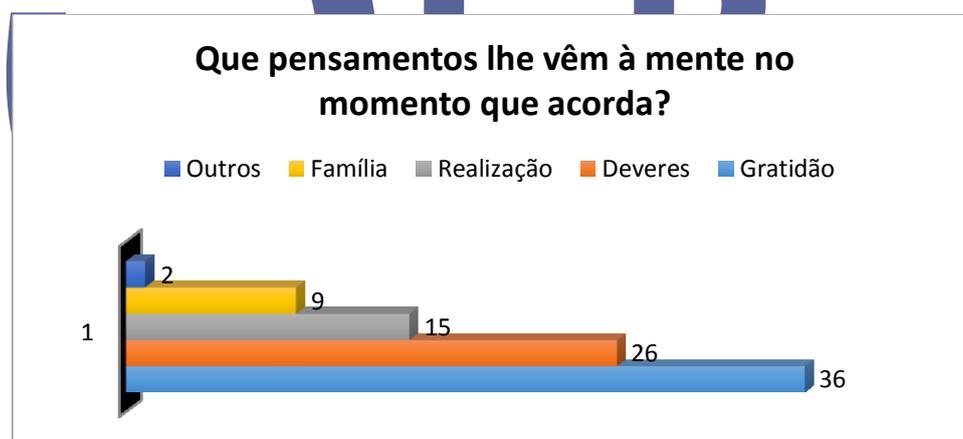
E68: Azul e preto (cor padrão adotada pela empresa nos uniformes).

Observa-se nas respostas de E19, E30, E48 e E68 que esses respondentes citam as cores da empresa na preferência nas cores que utilizam normalmente para se vestir. Esta informação é relevante do ponto de vista da motivação para o trabalho e identificação com a empresa. Dito em outras palavras, esses respondentes são colaboradores que “vestem a camisa” da empresa.

### 3.2.4 Pensamentos ao acordar

Em relação aos pensamentos que os participantes costumam ter ao acordar, o número de respostas situadas em cada categoria que emergiu do material analisado, estão demonstradas na Figura 16.

**Figura 16:** Gráfico demonstrativo de pensamentos ao acordar, segundo os participantes.



A categoria deveres refere-se aos compromissos de trabalho e a categoria gratidão diz respeito à vida, a Deus, à família e ao trabalho, conforme proposições, a seguir:

E02: Agradeço a Deus por mais um dia e peço sua benção.

E08: Acordo pensando no trabalho, principalmente em não atrasar para chegar.

- E12: Gratidão por mais um dia de vida, se todos da família estão bem, afazeres do trabalho.  
 E14: Agradeço a Deus por ter acordado e começar tudo de novo.  
 E42: O trabalho, pois já tenho que fazer uma lista para rotina durante o dia.  
 E49: Obrigada Senhor por estar viva e disposta para as rotinas do dia.  
 E50: Agradecer a Deus por mais um dia de vida e por me dar a oportunidade de fazer a minha história para um mundo melhor.  
 E 68: De como será meu dia. No que vou fazer, como vou fazer e o tempo para fazer.

Observa-se que a posição dos respondentes em relação ao trabalho é de compromisso, mas também de gratidão. Isto está de acordo com o que se evidenciou na questão anterior e permite inferir que os participantes da pesquisa são colaboradores satisfeitos com a empresa em que trabalham.

A atitude de gratidão perante a vida reforça dados encontrados na análise das preferências pessoais relativas a livros de espiritualidade e autoajuda, música gospel, preferência de quadros e imagens da natureza, entre outros. Pensamentos voltados à família e à realização profissional são exemplificados nas respostas:

- E57: Como vai ser o dia, produtividade.  
 E65: Trabalhar e fazer o melhor para que isso me leve ao crescimento profissional e familiar.  
 E67: Atribuições do dia, metas.  
 E69: Meu filho, minha família. Se estão todos bem.

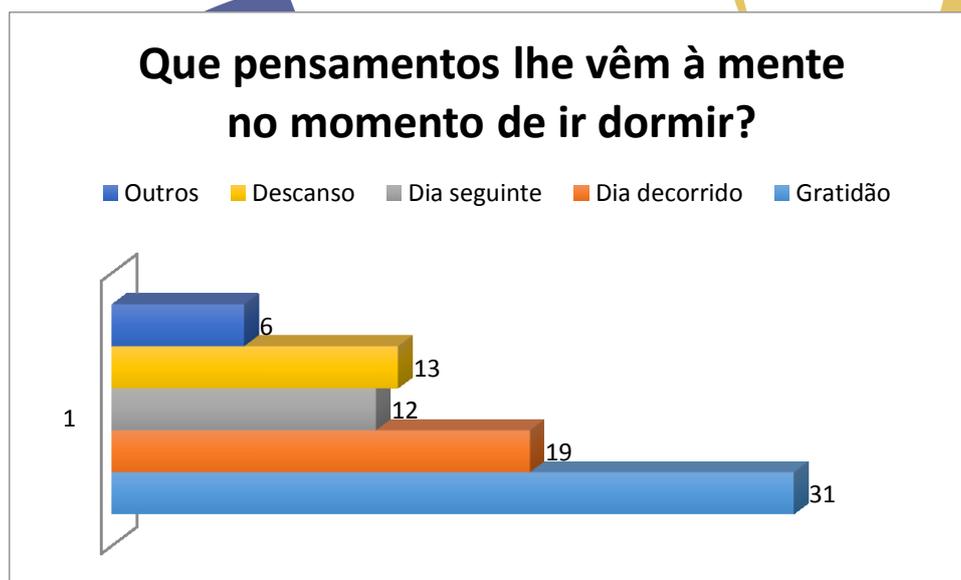
Observa-se que os respondentes E57, E65 e E67 entendem que sendo um colaborador produtivo, alcançam-se metas e crescimento profissional. Isso repercute positivamente na satisfação pessoal e familiar. Na resposta de E69, fica claro a preocupação com os familiares o que é normal a toda pessoa de personalidade madura que decide formar uma família. O cuidado e a atenção, especialmente aos filhos menores é uma questão de responsabilidade e de ética humana.

### 3.2.5 Pensamentos que vem à mente ao dormir

No que diz respeito aos pensamentos que os participantes costumam ter ao deitar, o número de respostas situadas, por categoria que emergiram do material analisado, estão demonstradas na Figura 17. Cabe esclarecer que na categorização das

respostas foi considerada a ideia central da proposição, de maneira que determinadas respostas podem se situar em duas ou mais categorias.

**Figura 17:** Gráfico demonstrativo de pensamentos que vem à mente ao dormir, segundo os participantes.



#### **Descanso**

E08: Em ter uma boa noite de sono e descanso.

E65: Descansar o corpo para ficar 100% para o próximo dia.

#### **Dia Seguinte**

E 56: Como foi meu dia, se consegui realizar tudo o que estava na agenda e o que deixei para o outro dia.

E 69: Pensando sempre e planejando o que fazer no dia seguinte.

#### **Dia decorrente**

E12: Como foi o meu dia, situações assertivas ou não, situações que poderia ter tomado decisões diferentes, etc..

E 20: Repenso tudo o que aconteceu no meu dia.

E 21: Penso que mais um dia foi vencido, graças ao meu Deus.

E 42: Verificar se não ficou nenhuma rotina sem ter sido executada

#### **Gratidão**

E05: Agradecer por tudo que consegui fazer no dia

E09: Agradecer pelo dia, pela vida, pela família e amigos.

E31: Agradecer por mais um dia e pedir sabedoria para fazer melhor no dia seguinte.

E51: Agradeço pelo dia e peço a Deus para limpar minha mente e permita que eu descanse, para eu renovar minhas energias.

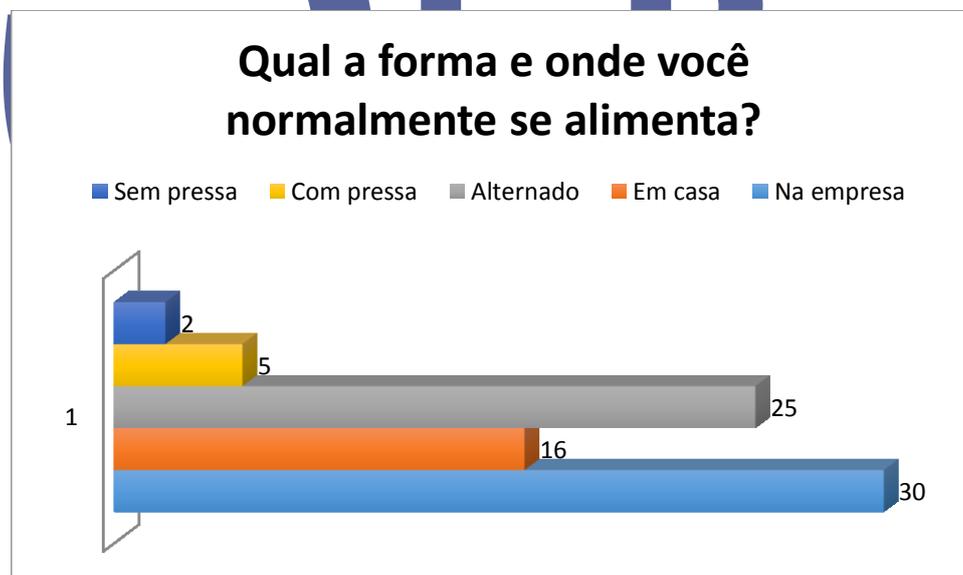
E53: Agradecimento e satisfação de ter vencido mais um dia.

Ao final da noite, antes do deitar, ter pensamentos ligados ao descanso e a revisão do dia, bem como prever as atividades do dia seguinte, deve ser uma atitude normal de toda pessoa comprometida com o trabalho que desempenha. Uma nota interessante diz respeito a todos os respondentes que fizeram menção à gratidão. A primeira vista, tem-se a impressão de espiritualidade, de gratidão à vida e a Deus. No entanto, na análise das respostas não se observa mérito próprio na expressão de gratidão. É como que tudo o que ocorre de bom foi por vontade ou designo divino. Nesse aspecto, infere-se que os participantes necessitam conscientizar-se de que o sucesso, e também o insucesso, é de responsabilidade pessoal aliada à determinação de vencer e não por vontade divina.

### 3.2.6 Atitude na alimentação

Questionados a respeito da alimentação, os respondentes apresentaram explicações diferenciadas e o número de respostas por categorias identificadas, encontra-se na Figura 18.

**Figura 18:** Gráfico demonstrativo das formas de alimentação, segundo os participantes.



Inicialmente, observa-se que um número expressivo de participantes faz uma ou mais refeições na própria empresa, de maneira que as respostas referem-se às

refeições feitas em casa e na empresa. Alguns informantes indicaram a maneira como realizam as refeições (com pressa e com calma). Os exemplos selecionados para ilustrar esta questão deixam claros os aspectos pontuados.

- E01: Preparo minha alimentação no período da manhã, almoço na empresa, dentro do horário que me é concedido.  
 E02: Gosto de legumes e verduras. Geralmente no trabalho.  
 E17: Duas refeições bem estruturadas (café da manhã e almoço) na empresa. A noite sempre um lanche em casa.  
 E18: No refeitório juntamente com os colegas.  
 E 31: Café da manhã em casa. Almoço no trabalho. Janta em casa, sentado. Conversando com colegas ou família.  
 E47: Durante a semana me alimento no refeitório do serviço, final de semana em casa na frente da TV e costumo almoçar rápido.  
 E50: Me alimento de forma balanceada, gosto muito de saladas e alimento leves. Geralmente no refeitório da empresa.  
 E65: De forma moderada. Almoço na empresa e janto em casa. Em casa assistindo Tv com esposa e filho.  
 E68: Café da manhã em casa, almoço na empresa onde trabalho, janta novamente em casa. Consumo alimentos saudáveis.  
 E69: Assistindo Tv, em casa ou no trabalho.

De modo geral, todas as empresas, principalmente as de médio e grande porte servem alimentação aos funcionários conforme prevê a legislação brasileira. Portanto, em horário de trabalho, os colaboradores das empresas têm alternativas para alimentação, disponibilizada no local. Chama atenção o fato de fazer refeições assistindo televisão, isto é, os programas televisivos passam a fazer parte do “cardápio” do dia.

Em horário de almoço e jantar, os canais abertos da TV brasileira apresentam telejornais com matérias de toda natureza: crime, acidentes, problemas sociais, políticos, econômicos, etc. Seguramente, não é a melhor opção alimentar-se diante de cenas de violência, mesmo que na companhia de familiares, como se referem E47 e E65. Infere-se, portanto, que este hábito pode ter repercussão no estado de saúde dos indivíduos.

### 3.2.7 Doença com diagnóstico psicossomático

Questionados a respeito de doença confirmada ou sintoma psicossomático 63 (91,30%) participantes responderam que não tem este diagnóstico. Os problemas de saúde indicados foram: tireoide (2 casos); ulcera gástrica (2); obesidade (1) e ansiedade (1). Esses dados permitem concluir que, segundo a opinião dos participantes, eles formam um grupo saudável. Cabe lembrar que, a grande maioria dos participantes, são adultos jovens, o que pode influir nos resultados da saúde.

### **3.3 Preferência por Imagens, lugares preferidos e atributos da outra pessoa**

#### **3.3.1 Imagens com mais frequência no sonho**

O objetivo desta questão é a verificação dos conteúdos inconscientes que acompanham o indivíduo quando desprovidos das defesas do estado neurológico de vigília. O conteúdo das imagens que habitam o inconsciente onírico são reveladores no sentido de identificar questões proeminentes da dinâmica pessoal individual, se patológicas ou não.

Entre os 69 participantes da pesquisa, observa-se que 38(55,7%) dos respondentes rememoram seus conteúdos oníricos, enquanto 31 (44,92%) relatam não sonhar ou não conseguir uma rememoração adequada desses conteúdos, o que indica repressão dos conteúdos inconscientes. As respostas do grupo que consegue resgatar seus conteúdos oníricos foram tabuladas em categorias não excludentes de maneira que foi considerado o número total de indicações e não o número de pessoas. Os dados são: 16 (23,18%) relatam sonhos com familiares e pessoas próximas; 11 (15,94%) com trabalho e carreira; 7 (10,14%) com paisagens e imagens naturais; 4 (5,79%) com pesadelos; 9 (13,04%) com temas variados. Os exemplos abaixo podem melhor ilustrar a questão debatida.

Observa-se que os conteúdos oníricos de temas familiares, normalmente evocam a dinâmica complexual da situação existencial pelo fato da maioria estar presa ainda a essa dinâmica. Já os conteúdos relacionados ao trabalho e paisagens naturais refletem uma dinâmica positiva, pois demonstram a funcionalidade e o reforço às características positivas do indivíduo. A natureza possui uma lógica própria de ser que se repropõe no ser humano de forma a torná-lo positivo e funcional

para si e para o ambiente. Na tabulação cruzada dos dados entre sexo e sonho com imagens de paisagens naturais mostrou que 17,9% das mulheres e 4,9% dos homens tem sonhos com imagens de natureza.

A não rememoração dos conteúdos oníricos também adota aqui um sentido utilizado pelo mecanismo de defesa de repressão bem como pelo fato do desconhecimento da importância do sonho na realidade do sujeito. É amplamente difundido pelas ciências neurológicas que todos os indivíduos sonham todas as noites, e que esses sonhos são imagens ou desenhos da dinâmica inconsciente do indivíduo. A abstenção da consciência de lidar com os conteúdos oníricos latentes indicam um mecanismo de repressão da realidade interna do indivíduo, o qual não se encontra preparado para lidar com seus próprios conteúdos. De acordo com os conhecimentos da Ontopsicologia, as relações do sonho indicam como o sujeito administra a si mesmo em relação a uma determinada situação. Portanto, conhece a si mesmo quem conhece a própria noite.

### 3.3.2 Imagens que você fixa sua atenção

Nos dados desta questão observa-se um equilíbrio entre o número de imagens citadas nas categorias imagens de pessoas e de natureza, ambas com 19 citações (27,53%). Imagens de tecnologia somaram 5 citações (7,24%) e imagens de tragédias com 4 citações (5,79%). O número mais expressivo de citações foi categorizado como “outros” (29 citações, 42,02%), e incluíram citações relacionadas à religião, publicidade, mídia, produtos, vitrines, trânsito, ou nenhuma.

A análise que se faz aqui considera que o ser humano não é gregário por natureza, mas sim é relacional. Possui um instinto para as relações, portanto se explica a atração/fixação sobre as pessoas, pois é natural e positivo que as pessoas tenham interesse em sua identidade como espécie.

As citações relacionadas à natureza reforçam o que já foi debatido acerca do tema. A origem rural possui forte relação com a cultura brasileira, e esta é reforçadora da dinâmica existencial positiva. Essas imagens reforçam características

positivas do indivíduo, que encontra no contato com a natureza fonte de bem-estar psicológico e de desenvolvimento pessoal autêntico.

Em menor proporção, encontram-se as imagens relacionadas à tecnologia e tragédias. Na tabulação cruzada dos dados entre sexo e tecnologia, encontrou-se um dado significativo em que 12,2% dos homens e nenhuma mulher tem identificação com imagens de tecnologia.

Com relação às imagens de tecnologias, percebe-se também a necessidade do ser humano de atualização constante do modo de vida contemporâneo e o contexto social que valoriza excessivamente as questões relacionadas à inovação. Essa valorização pode causar uma desconexão do homem consigo próprio, em um contexto social que coloca a autenticidade psicológica e emocional do indivíduo em segundo plano. Com relação às imagens de tragédias, nota-se uma tendência a identificar-se com situações que tocam as situações complexuais do indivíduo, dando-lhe a sensação de pertencimento a uma realidade comum.

### 3.3.3 Imagens da mídia que despertam atenção

Os dados referentes a esta questão foram categorizados em: informação, citada 31 vezes; tecnologia (9 citações, 13,04%); natureza (9 citações, 13,04%); tragédias (9 citações, 13,04%); e outros (19 citações, 27,53%).

Sendo a informação a imagem mais citada, percebe-se que o homem moderno, de fato, é assediado pela quantidade ostensiva de informação chegando a haver um assédio psicológico a respeito de se manter informado e atualizado, o que gera uma hiperprosexia relativa ao excesso de estímulos.

Em se tratando de mídia, normalmente, o que mais toca são as tragédias humanas, pois isso de certa forma atrai a atenção por tocar situações complexuais de cada indivíduo, o que lhe dá a sensação de pertencimento à massa e reforça a dinâmica existente (identidade).

Outro percentual significativo refere-se às imagens de natureza, o que por sua vez identifica e reforça a dinâmica existencial positiva do sujeito. Este dado reconfirma conclusões obtidas da análise de questões discutidas em itens anteriores

em que os respondentes manifestaram identificação com elementos naturais. Segundo explica a Ontopsicologia, as imagens de natureza possuem a lógica da vida e do ser, e demonstram a funcionalidade e o reforço às características positivas do indivíduo que se repropõe no seu universo de forma a torna-lo positivo e funcional, para si e para o ambiente.

Os dados referentes à tecnologia sugerem a necessidade premente do ser humano manter-se atualizado em um contexto social que hipervaloriza a inovação e a informação. Isso pode causar uma desconexão do homem consigo próprio (tanto no aspecto biológico como no aspecto afetivo/emocional), afastando-o das próprias percepções orgânicas. Na concepção da Ontopsicologia, quanto mais procuramos a verdade fora de nós, mais a perdemos. Nesse sentido, quanto mais estivermos em condições de compreender aquilo que somos, mais a verdade nos confirmará em nós mesmos.

#### 3.3.4 Lugares preferidos para se divertir

Este item teve como objetivo identificar as questões relacionadas ao estilo de vida dos participantes da pesquisa, especialmente em relação às preferências por atividades em momentos de lazer, alheias ao ambiente laboral, onde a individualidade se manifesta de modo menos sistematizado, mais autêntico. As respostas foram tabuladas pelo número de indicação, de maneira que um mesmo respondente indicou mais de um local.

As atividades ao ar livre foram citadas por 48 (69,56%) participantes; 21 (30,43%) citaram atividades com amigos ou familiares; 14 (20,28%) citaram preferências por bares e restaurantes; 12 (17,39%) relataram preferência por Shoppings e cinema; e apenas 2 (2,89%) relataram ausência de preferências, ou apenas “lugares sem aglomeração”. Esses dados guardam relação com a questão analisada no item 3.1.1 em 53 (76,81%) dos participantes indicaram que passam o tempo livre com a família.

Na tabulação cruzada dos dados entre sexo e local em que os participantes costumam se divertir constatou-se que a procura por bares e restaurantes é mais alta no grupo feminino (32,1%) e, 12,2% no grupo masculino.

Observa-se, também, que nas preferências do grupo analisado, há uma grande tendência a atividades ao ar livre, como parques, praças, fazendas, praias e balneários, denotando e tendência à relação com elementos da natureza, confirmando os dados especificados no item 3.1.1 em que 16 (23,18%) dos respondentes citaram que praticam atividade física ou esportes em horários livres.

É procedente reforçar que a identificação dos respondentes com atividades esportivas e o contato com a natureza, são condizentes com um estilo de vida e com os padrões culturais das sociedades contemporâneas que valoriza o corpo atlético.

### 3.3.5 Atributos da outra pessoa que lhe chamam a atenção

Esta questão teve como objetivo verificar quais características pessoais do outro os participantes buscam para atribuir inferências e nortear suas atuações relacionais. A ética foi citada por 27 (39,13%) dos respondentes; personalidade, 24 (34,78%); aparência ou postura, 18 (26,08%); comunicação, 16 (23,18%); e inteligência, 12 (17,39%).

A questão ética condensou citações relacionadas à honestidade, integridade, caráter, transparência, honra, sinceridade, entre outras. O grande número de citações relacionadas aos aspectos éticos da personalidade pode ser compreendido se observado a crise ética em que o país se encontra, considerando as esferas políticas, organizacionais e relacionais, refletindo em uma preocupação coletiva com o tema, denotando uma preocupação generalizada com a atuação individual no mundo frente ao outro.

Questões relacionadas à personalidade incluíram citações como persistência, comprometimento, organização, tranquilidade, serenidade, capricho, disposição, força de vontade, dinamismo, bom-humor, entre outros. Os dados observados aqui pelos participantes refletem uma preocupação com questões de personalidade que

atuam como facilitadores do relacionamento interpessoal, definindo e determinando a dinâmica existencial do indivíduo, bem como a preocupação com aspectos de produtividade, uma vez que todos os respondentes têm sua atuação profissional pautada na liderança e produtividade.

As citações que se relacionavam com aparência/postura incluíram respostas como sorriso, olhar, elegância, aparência, rosto, beleza, modo de se vestir, como se porta, boa apresentação, entre outros. Essas características são complementares à personalidade, mantendo relação de sentido com ela. Por serem dados mais imediatos de observação em detrimento a características intrínsecas de personalidade, servem de base inferencial para leitura do outro.

Com relação às citações sobre comunicação, foram consideradas respostas como jeito de falar, firmeza na fala, maneira como se expressa, convicção na comunicação, falar olho no olho, entre outras. Essas características são fatores determinantes do relacionamento interpessoal, e determina a tônica dos intercâmbios de informações, fator fundamental na garantia das relações e das trocas entre os indivíduos.

A inteligência, por sua vez, incluiu respostas como inteligência, sabedoria e conhecimento. Os baixos resultados obtidos em relação a essa característica são explicados pelo fato de ser uma característica difícil de ser comprovada num primeiro contato e pela dificuldade na identificação e inferência desses dados em outras pessoas.

### 3.4 Análise do teste EBEP- Ryff

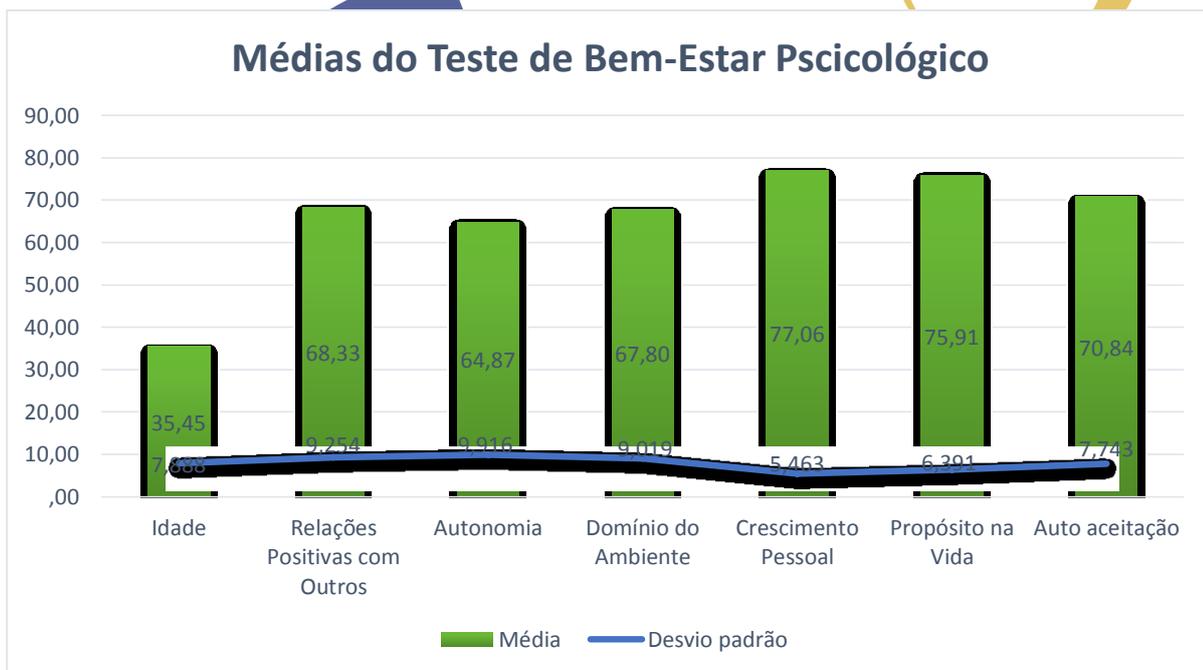
## Clinica & Consultoria

No estudo realizado, também foi utilizada a Escala do Bem Estar Psicológico (EBEP), é um teste psicométrico que se referem à maneira como a pessoa lida consigo mesmo e com sua vida. Elaborado por Ryff e Singer a partir das teorias do desenvolvimento humano, psicologia humanista-existencial e sobre a saúde mental, o EBEP mede as seis dimensões: relações positivas com os outros, autonomia, domínio

do ambiente, crescimento pessoal, propósito de vida e auto aceitação. Cada dimensão compreende 32 itens e foi organizada em termos de escores positivos e negativos. A escala de resposta é do tipo *Likert* de seis pontos, variando de “discordo totalmente” a “concordo totalmente”.

As médias da idade e do EBEP, do grupo estudado, estão representadas na Figura 19, a seguir.

**Figura 19:** Gráfico demonstrativo das médias, por dimensão e desvio padrão, do EBEP.



Inicialmente observa-se certo equilíbrio na média de todas as seis dimensões do EBEP, não havendo nenhuma média muito baixa ou muito alta, próximas a 100. Observa-se também que as médias mais altas situam-se nas dimensões crescimento pessoal (77,06) e propósito na vida (75,91), respectivamente.

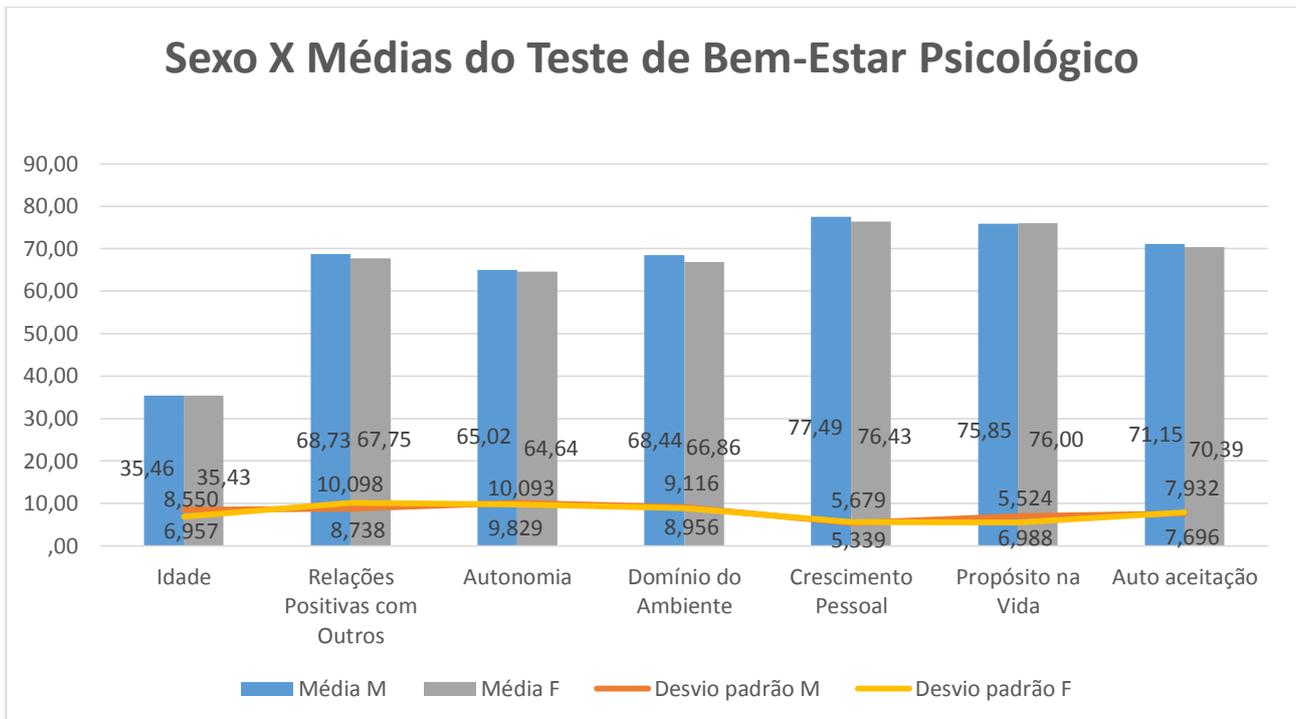
A média alcançada na **dimensão crescimento** pessoal pode ser considerada alta o que indica que a pessoa percebe a si mesmo em contínuo desenvolvimento, em expansão com realização de seus potenciais. Percebe, igualmente, melhoras em si e no comportamento ao longo do tempo. Está aberta a novas experiências, portanto encontra-se em mudanças rumo a um maior autoconhecimento e eficácia. Quanto à

**dimensão propósito na vida**, altos escores significam que a pessoa tem objetivos e um senso de direção na vida. Sente que há um sentido em sua vida presente e passada; mantém crenças em propósitos na vida e tem objetivos pelos quais viver. Esses dados guardam relação com os dados levantados no questionário autoral em que se observou que os participantes refletem uma preocupação com questões de personalidade que atuam como facilitadores do relacionamento interpessoal, definindo e determinando a dinâmica existencial do indivíduo, bem como a preocupação com aspectos de produtividade, uma vez que todos os respondentes têm sua atuação profissional pautada na liderança e produtividade.

A menor média no EBEP foi alcançada na dimensão autonomia (64,87). Mesmo assim, este valor está acima da média de 50% o que indica uma média regular, isto é, pelo teste, os participantes não são totalmente autodeterminados e independentes. Também não são totalmente capazes de resistir a pressões sociais e avaliar a si próprios segundo critérios pessoais apontando que, em determinadas situações, cedem a pressões sociais, pensamentos e ações. Esses dados podem ter relação com a condição dos participantes situados na esfera de líder de setor da empresa e não de gerência serem em número maior nessa amostragem. No contexto empresarial, é normal que o funcionário que desempenha funções de “executar tarefas” ter um comportamento mais dependente e menos autônomo. Isto não é totalmente negativo porque as decisões a respeito de como os setores da empresa devem funcionar, são tomadas em nível de gerência.

No estudo desenvolvido também foram calculadas médias da relação entre sexo e EBEP, conforme consta na figura 20.

**Figura 20:** Gráfico demonstrativo das médias, por dimensão e desvio padrão, da relação sexo *versus* EBEP.



Observa-se que não há diferença significativa entre as médias por dimensão quando relacionado ao sexo dos participantes. Nas dimensões crescimento pessoal, domínio do ambiente e relações positivas com os outros, os homens obtiveram uma média um pouco mais alta do que as mulheres. Isto pode indicar que os homens têm o senso de domínio de competência, manejo do ambiente e atividades cotidianas um pouco mais apuradas do que as mulheres ou infere-se que o nível de detalhamento da mulher é mais apurado e/ou ponderado o que as torna com uma capacidade crítica elevada, bem como o número maior de atividades a qual a mulher se dedica ao mesmo tempo pode dificultar o foco. O mesmo pode-se identificar nos relacionamentos com outras pessoas. As pessoas da amostragem parecem ser capazes de demonstrar preocupação com o bem estar de outras pessoas, serem seguros e desenvolver empatia.

### 3.5 Análise das Correlações

No tratamento realizado, a análise da matriz de correlação revela a existência de grupos de variáveis moderadamente correlacionadas entre si, mas que tem

relativamente uma baixa correlação com diversas variáveis da matriz. Por exemplo, observa-se que a tendência de escolher as imagens ou produtos no local de trabalho está ligada negativamente com o indicador pela escala da autoaceitação pelo teste EBEP. Também se observou que em diversas médias são negativas, ou seja, em média à medida que uma variável cresce a outra decresce de forma moderada.

## Conclusão

O estudo teve por objetivo geral identificar o impacto e o resultado que as imagens e o estilo de vida imprimem na dinâmica existencial do homem, analisando aspectos relativos às imagens (internas e externas) cultivadas pelo sujeito e estilo de vida (preferências pessoais) na determinação da saúde física e psicológica dos indivíduos. A revisão bibliográfica do estudo e a análise dos dados levantados pela pesquisa empírica possibilitaram a elaboração das seguintes conclusões:

- Constatou-se na literatura, especialmente a da Ontopsicologia, a importância das imagens para a subjetivação das funções mentais superiores do homem enquanto protagonistas de seu próprio saber e do saber das coisas do mundo. A literatura também aponta que o homem se encontra inserido em um universo semântico, em um universo de informações e, nesse contexto, comunica e é comunicado através de imagens.

- Para verificar as preferências dos participantes foram propostas 8 questões relativas a ocupação em hora livre, programas de televisão, músicas que ouve, quadro predileto, cor da casa, objetos que coleciona, livro predileto e imagem que têm no local de trabalho. A análise dos dados evidencia coerência nas preferências dos participantes entre todas as variáveis com destaque para imagens de elementos da natureza. Esta imagem também é recorrente em outras variáveis avaliadas no estudo o que comprova que no grupo estudado, a natureza e os elementos relacionados à

mesma, são reconhecidos como importantes por um número expressivo de participantes.

- Em relação aos hábitos, cuidados e atitudes pessoais, os respondentes demonstraram serem pessoas motivadas e, de modo geral, com um estilo de vida condizente a uma visão ecológica de saúde. Os fatores motivacionais podem estar associados ao ambiente de trabalho tendo em vista que os dados da pesquisa apontaram para um quadro de colaboradores com identificação com a empresa em que trabalham.

- Na identificação dos principais atributos, hábitos, tipos de pensamentos e preferências pessoais dos participantes da pesquisa observou-se que os participantes são pessoas sensíveis aos elementos da natureza, apreciam atividades ao ar livre, valorizam as relações familiares e de amigos, apreciam a música sertaneja o que remete às raízes da constituição do povo brasileiro, têm crença religiosa e gratidão à vida, invocam proteção divina e atribuem a Deus o sucesso alcançado, são motivados para o trabalho na empresa e, de modo geral, têm um estilo de vida que proporciona uma saúde equilibrada.

- Nas questões relacionadas à personalidade, os participantes incluíram citações como persistência, comprometimento, organização, tranquilidade, serenidade, capricho, disposição, força de vontade, dinamismo, bom-humor, entre outros. Os dados observados aqui pelos participantes refletem uma preocupação com questões de personalidade que atuam como facilitadores do relacionamento interpessoal, definindo e determinando a dinâmica existencial do indivíduo, bem como a preocupação com aspectos de produtividade, uma vez que todos os respondentes têm sua atuação profissional pautada na liderança e produtividade.

- Em relação ao teste de Bem Estar Psicológico, crescimento pessoal e propósito na vida foram as duas dimensões com média mais alta a que permite concluir que o grupo estudado é composto por pessoas que percebem a si mesmo em contínuo desenvolvimento, com realização de seus potenciais e abertura a novas

experiências, têm objetivos e um senso de direção na vida. Conseguem estabelecer relações entre presente e passado de suas vidas, mantem crenças em propósitos e em objetivos pelos quais querem viver.

- As contribuições da ciência ontopsicológica para o fenômeno estudo mostra que as imagens de natureza possuem a lógica da vida e do ser, e demonstram a funcionalidade e o reforço às características positivas do indivíduo que se repropõe no seu universo de forma a torna-lo positivo e funcional, para si e para o ambiente.

-Percebe-se de uma forma geral um desconhecimento dos indivíduos relativos às imagens que cultivam ou não, ou seja, não se tem conhecimento acerca da importância das imagens na determinação da dinâmica existencial. As pessoas escolhem intuitivamente ou de forma complexual, mas sem a devida atenção ou consciência a respeito do efeito ou resultado dessas imagens cultivadas (TV, filmes, pensamentos, músicas, livros, objetos, ambiente).

Portanto, conclui-se que o estudo confirmou a hipótese levantada de que existe relação entre estilo de vida, preferências pessoais e imagens na determinação da saúde dos indivíduos, pontuando o fator do trabalho como colaborador do estilo de vida (uniforme, cores, limpeza, organização e apresentação pessoal) e na administração de imagens positivas (ambiente, produção, ordem). Demonstra o estudo que as pessoas cultivam imagens e estilo de vida que determinam uma dinâmica de saúde para a criatividade.

Clinica & Consultoria

## Resumo

O tema de estudo parte da premissa de que o homem se encontra inserido em um universo semântico, em um universo de informações e, nesse contexto, comunica e é comunicado através de imagens. A importância das imagens para a subjetivação das funções mentais superiores do homem têm sido objeto de estudos ao longo do desenvolvimento da própria humanidade, enquanto protagonistas de seu próprio saber e do saber das coisas do mundo. Não se pode desassociar a existência do sujeito de sua determinação biológica e ontológica, isto é, o ambiente de estímulos circundantes e o valor semântico que atribuímos, consciente ou inconscientemente, a esses estímulos. A presente pesquisa teve por objetivo geral identificar o impacto e o resultado que as imagens e o estilo de vida imprimem na dinâmica existencial do homem, analisando aspectos relativos às imagens (internas e externas) cultivadas pelo sujeito e estilo de vida (preferências pessoais) na determinação da saúde física e psicológica dos indivíduos. Especificamente procurou-se identificar os principais atributos, hábitos, tipos de pensamentos e preferências pessoais dos participantes da pesquisa; analisar imagens que o sujeito cultivava na sua vida com frequência e apurar quais imagens oníricas produz e na mídia quais fixam sua atenção e identificar que atributos de outras pessoas despertam atenção do sujeito. **A amostra foi composta por 69 profissionais, sendo 41 (59%) homens e 28 (41%) mulheres, funcionários do setor de Operações de uma empresa brasileira, do ramo de Varejo (Supermercado), que possui 12 mil colaboradores, atuando nos estados brasileiros de Mato Grosso do Sul, Santa Catarina, Mato Grosso, Distrito Federal e São Paulo, e está sediada na cidade de Campo Grande, Mato Grosso do Sul, Brasil.** Para a coleta de dados foi utilizado um questionário autoral, contendo 20 questões abertas e/ou dissertativas e o teste EBEP que envolve a Escala de Bem-estar Psicológico de Ryff. As questões dissertativas foram categorizadas e analisadas pela técnica de Análise Qualitativa de Conteúdo, segundo Bardin (2015). Para

registro dos dados quantitativos foi elaborada uma tabela no Excel e o tratamento estatístico seguiu os métodos matemáticos aplicados à pesquisa de acordo com as exigências do Programa Educacional de Pós-graduação em Psicologia da UESP. As conclusões apontam que os participantes da pesquisa são pessoas sensíveis aos elementos da natureza, apreciam atividades ao ar livre, valorizam as relações familiares e de amigos, têm crença religiosa e gratidão à vida, invocam proteção divina e atribuem a Deus o sucesso alcançado, de modo geral possuem um estilo de vida que proporciona uma saúde equilibrada e são motivados para o trabalho na empresa. **Como pesquisadora, psicóloga e profissional de desenvolvimento humano com experiência de vinte e sete anos na área de assessoria empresarial e trabalhando em empresas de pequeno, médio e grande porte, pode-se constatar que os colaboradores são fundamentais no desenvolvimento das organizações, mas que há uma reciprocidade no que refere à importância das organizações (empresas) no desenvolvimento das pessoas. Pelo motivo das empresas saudáveis terem um estilo evolutivo (endereço formal psicológico do líder) que busca melhorias e resultados isso leva e/ou exige das pessoas uma organização referente ao seu estilo de vida e as imagens que cultiva e/ou escolhe pelo fato de ser uma necessidade ter foco em resultado; e para isso as pessoas precisam estar bem (psicologicamente e fisicamente). Ou seja, é verdadeiro afirmar que o homem sustenta e desenvolve as organizações, mas é bem verdade que as empresas são fomentadoras e determinantes no desenvolvimento humano no que diz respeito à ordem (estabilização) e progresso (crescimento) do humano.**

**Palavras-chave:** Imagens e informação. Estilo de vida. Empresa. Natureza. Colaborador.

## Referências bibliográficas

ABBAGNANO, Nicola. **Dicionário de Filosofia**. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

BACON, F. **Novum Organum ou Verdadeiras Indicações Acerca da Interpretação da Natureza**. São Paulo: Abril Cultural, 1999. Coleção Os Pensadores.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. 4. ed. ver. e atual. Lisboa, Portugal: Edições 70, 2015.

BRASIL, (1988). **Constituição da República do Brasil**. Promulgada em 5 de outubro de 1988. Brasília DF: Senado Federal.

ESTÉS, C. P. **Mulheres que correm com os Lobos**. Rio de Janeiro: Rocco, 2014.

GRISHINA N. V. em conferência ministrada em 18.05.16, em módulo da Especialização em Ontopsicologia na Universidade Estatal de São Petesburgo.

HAIR, J. F. Jr. et. al . **Fundamentos e métodos de pesquisa em Administração**. Tradução Lene Belon Ribeiro. Porto Alegre: Bookman, 2005.

MENEGHETTI, A. **Conhecimento Ontológico e Consciência**. Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2011.

MENEGHETTI, A. **Dicionário de Ontopsicologia**. Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2012.

MENEGHETTI, A. **Imagem Alfabeto da Energia**. Recanto Maestro: OntopsicológicaEditrice, 2006.

MENEGHETTI, A. **Imagem e Inconsciente**. Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2012.

MENEGHETTI, A. **Manual de Ontopsicologia**. Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2010.

MENEGHETTI, A. **O Em Si do Homem**. Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora, 2004.

MENEGHETTI, A. **Ontologia da Percepção**. Recanto Maestro: Ontopsicológica Editora Universitária, 2015.

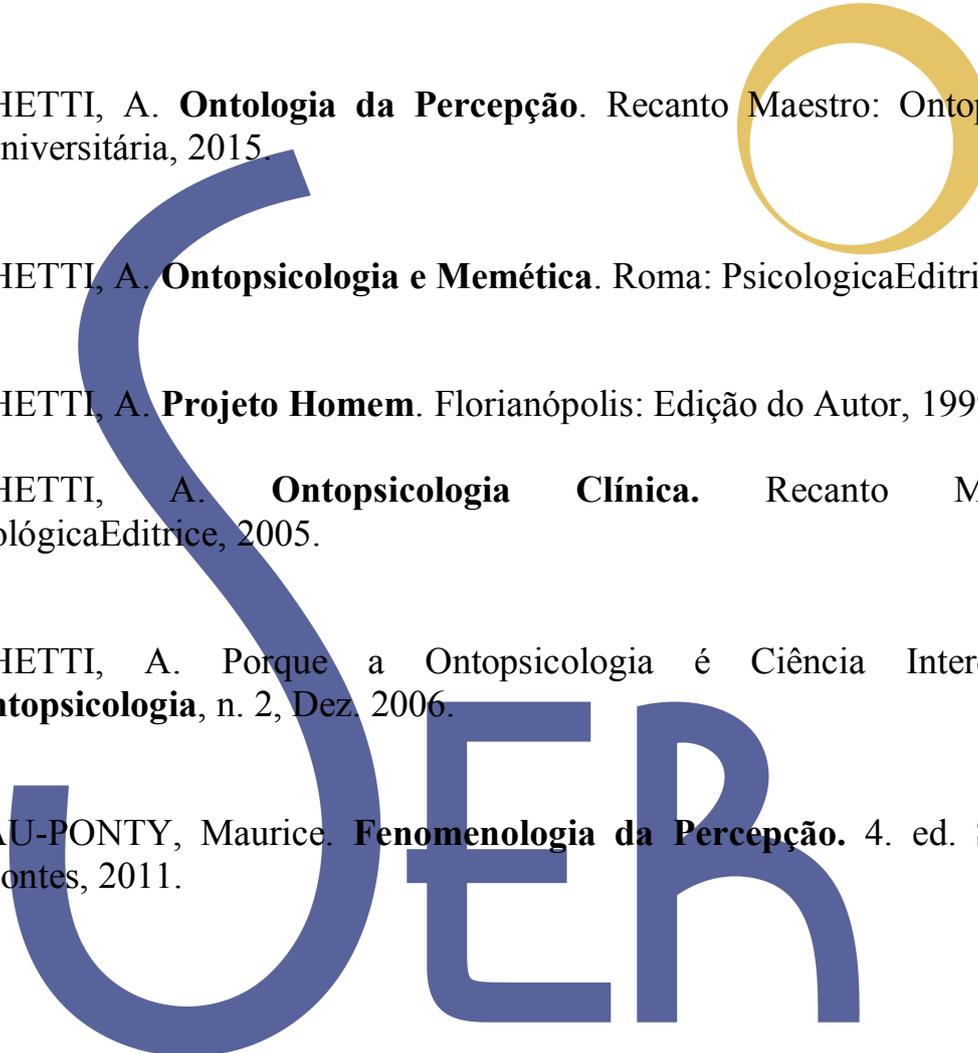
MENEGHETTI, A. **Ontopsicologia e Memética**. Roma: Psicologica Editora, 2002.

MENEGHETTI, A. **Projeto Homem**. Florianópolis: Edição do Autor, 1999.

MENEGHETTI, A. **Ontopsicologia Clínica**. Recanto Maestro-RS: Ontopsicológica Editora, 2005.

MENEGHETTI, A. Porque a Ontopsicologia é Ciência Interdisciplinar. **Nova Ontopsicologia**, n. 2, Dez. 2006.

MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da Percepção**. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2011.



U ER  
Clínica & Consultoria

## QUESTIONÁRIO AUTORAL - *Estilo de Vida e Saúde*

Nome :

### I DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS:

Sexo: M ( ) F ( )

Idade: \_\_\_\_\_ anos

Estado Civil:

Escolaridade:

Profissão:

Renda:

Número de filhos:

Ordem de nascimento na família:

### II QUESTÕES:

- 1- O que faz no seu tempo livre?
- 2- Gosta de ver televisão? Quais programas ou filmes?
- 3 - Gosta de quais melodias? Músicas que ouve?
- 4- Qual o seu quadro predileto?
- 5- Qual cor prefere em casa?
- 6- Alguns objetos que prefere?
- 7- O livro predileto?
- 8- Que imagens têm no seu local de trabalho? (Imagens e objetos)
- 9- Coleciona algum objeto? Quais?
- 10- Que hábitos possui de cuidados pessoais?
- 11- Que cores utiliza normalmente no seu vestuário?
- 12- Que pensamento lhe vem à mente no momento que acorda?
- 13- Que pensamento lhe vem à mente no momento de ir dormir?
- 14- Qual a forma e onde que habitualmente você se alimenta?
- 15- Você tem algumas doenças confirmadas pelo diagnóstico ou sintomas psicossomáticos?
- 16- Quais imagens aparecem com frequência nos sonhos?

- 17- Em quais imagens Você fixa a sua atenção?
- 18- Quais são as imagens da mídia que despertam a sua atenção?
- 19- Que lugares procura para se divertir?
- 20- Qual atributo da outra pessoa lhe desperta atenção?

### EBEP – Escala de Bem Estar Psicológico

As questões abaixo se referem à maneira como você lida consigo mesmo e com sua vida. Lembre-se, não há respostas certas ou erradas, apenas marque a alternativa que melhor descreve como você se sente, no momento, em relação a cada frase.

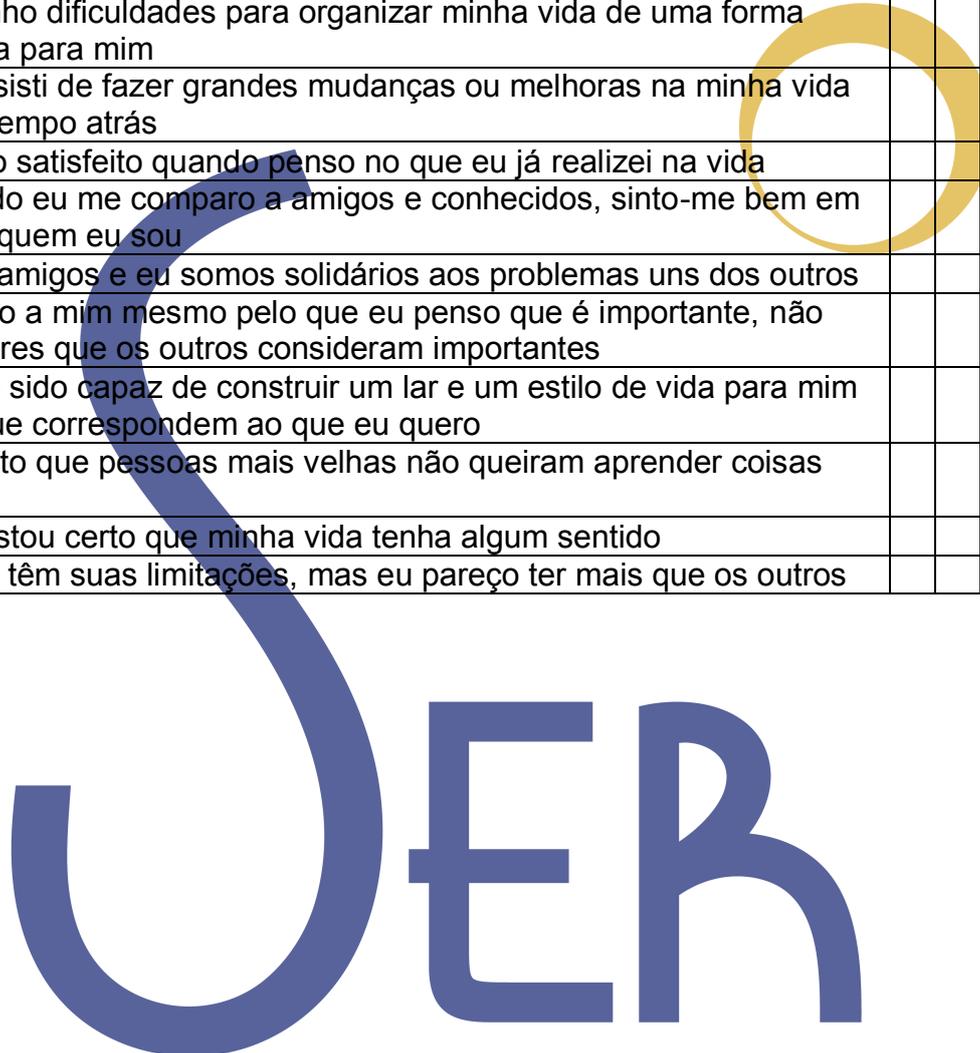
1- Discordo Totalmente	2- Discordo Parcialmente	3- Discordo Pouco	4- Concordo Pouco	5- Concordo Parcialmente	6- Concordo Totalmente
------------------------	--------------------------	-------------------	-------------------	--------------------------	------------------------

	1	2	3	4	5	6
1. A maioria das pessoas me vê como amável e afetuoso						
2. Às vezes eu mudo minha maneira de agir ou pensar para parecer mais com as pessoas à minha volta						
3. Sinto que tenho controle sobre as situações do meu dia-a-dia						
4. Eu não tenho interesse em atividades nas quais possa conhecer coisas nova						
5. Sinto-me bem quando penso no que eu fiz no passado e o que eu espero fazer no futuro						
6. Quando olho para a história da minha vida, fico satisfeito com a maneira como as coisas aconteceram						
7. Manter relações íntimas com outras pessoas tem sido difícil e frustrante para mim						
8. Não tenho medo de expressar minhas opiniões, mesmo quando elas são contrárias às opiniões da maioria das pessoas						
9. As exigências do dia-a-dia geralmente me deixam desanimado						
10. De forma geral, sinto que eu continuo aprendendo mais a meu respeito com o passar do tempo						
11. Eu vivo um dia de cada vez e não penso muito no futuro						
12. De forma geral, sinto-me confiante e positivo sobre mim mesmo						
13. Frequentemente, sinto-me solitário porque tenho poucos amigos íntimos						

com quem eu posso compartilhar minhas preocupações							
14. Minhas decisões geralmente não são influenciadas pelo que os outros estão fazendo							
15. Eu não me integro muito bem às pessoas e à comunidade à minha volta							
16. Sou o tipo de pessoa que gosta de experimentar coisas novas							
17. Costumo me deter no presente, porque pensar no futuro quase sempre me traz problemas							
18. Eu percebo que muitas pessoas tiveram mais sucesso na vida do que eu							
19. Eu gosto de conversas pessoais e corriqueiras com familiares e amigos							
20. Muitas vezes me preocupo com o que os outros pensam sobre mim							
21. Eu sou muito bom em gerenciar as diversas responsabilidades da minha vida diária							
22. Não quero experimentar novas formas de fazer as coisas – minha vida está bem do jeito que está							
23. Acredito possuir objetivos e propósitos na minha vida							
24. Se eu pudesse, mudaria muitas coisas em mim							
25. É importante pra mim escutar meus amigos quando eles falam sobre seus problemas							
26. Estar feliz comigo mesmo é mais importante para mim do que a aprovação dos outros							
27. Geralmente sinto-me sobrecarregado por minhas responsabilidades							
28. Eu acredito que é importante ter experiências novas que desafiem o que você pensa sobre você mesmo e sobre o mundo							
29. Na maioria das vezes, acho minhas atividades desinteressantes e banais							
30. Gosto de ser do jeito que sou							
31. Eu não tenho muitas pessoas que queiram me ouvir quando eu preciso falar							
32. Eu tenho a tendência a ser influenciado por pessoas com opiniões fortes							
33. Se eu estivesse infeliz com minha situação de vida, tomaria atitudes concretas para mudá-la							
34. Ao pensar sobre mim, percebo que não melhorei muito como pessoa ao longo dos anos							
35. Eu não tenho clareza sobre o que eu estou tentando alcançar na vida							
36. Eu cometi alguns erros no passado, mas sinto que, no geral, as coisas se resolveram da melhor maneira							
37. Eu sinto que ganho muito com as minhas amizades							
38. As pessoas dificilmente me convencem a fazer coisas que eu não queira							
39. Eu normalmente gerencio bem minhas finanças e negócios							
40. Em minha opinião, pessoas de todas as idades são capazes de continuar crescendo e se desenvolvendo							

41. Eu costumava estabelecer metas para mim mesmo, mas agora isso parece uma perda de tempo									
42. De um modo geral, me sinto decepcionado com o que alcancei na vida									
43. Parece-me que a maioria das pessoas tem mais amigos do que eu									
44. Acho mais importante pensar como os outros do que ficar sozinho em meus princípios									
45. Acho muito estressante não conseguir levar adiante tudo que preciso fazer no dia-a-dia									
46. Eu aprendi com a vida muitas coisas ao longo do tempo, o que me tornou uma pessoa forte e capaz									
47. Eu gosto de fazer planos para o futuro e trabalhar para torná-los realidade									
48. Em geral, tenho orgulho de quem sou e da vida que levo									
49. As pessoas me descreveriam como alguém disposta a compartilhar meu tempo com os outros									
50. Eu tenho confiança nas minhas opiniões, ainda que elas sejam contrárias ao consenso geral									
51. Consigo administrar bem meu tempo, desta maneira consigo fazer tudo o que deve ser feito									
52. Eu acredito que cresci muito como pessoa ao longo do tempo									
53. Sou uma pessoa ativa para executar os planos que estipulei pra mim mesmo									
54. Invejo muitas pessoas pelo tipo de vida que elas levam									
55. Eu não tenho vivido muitas relações afetuosas e confiáveis com outras pessoas									
56. É difícil para mim opinar sobre assuntos polêmicos									
57. Minha vida diária é atarefada, mas me sinto satisfeito em manter tudo em dia									
58. Eu não gosto de situações novas que exigem que eu troque meus velhos hábitos de fazer as coisas									
59. Algumas pessoas vagam sem propósito na vida, mas eu não sou uma delas									
60. Minha atitude sobre mim mesmo provavelmente não é tão positiva quanto a da maioria das pessoas sobre si mesmas									
61. Em relação às amizades, eu geralmente me sinto deslocado									
62. Muitas vezes, eu mudo de opinião se meus amigos ou familiares discordam das minhas decisões									
63. Eu fico frustrado quando tento planejar minhas atividades diárias porque eu nunca consigo fazer as coisas que planejo									
64. Para mim, a vida é um contínuo processo de aprendizado, mudança e crescimento									
65. Às vezes sinto que já fiz tudo o que tinha para fazer na vida									
66. Muitas vezes eu acordo desanimado com o jeito que tenho levado minha vida									
67. Eu sei que posso confiar em meus amigos, e eles sabem que podem confiar em mim									
68. Eu não sou o tipo de pessoa que cede a pressões sociais para pensar ou agir de determinadas formas									
69. Tenho tido sucesso na busca de atividades e relacionamentos que necessito									

70. Eu gosto de ver como minhas opiniões mudaram e amadureceram ao longo dos anos									
71. Meus objetivos na vida têm sido mais uma fonte de satisfação do que de frustração para mim									
72. Meu passado teve altos e baixos, mas de modo geral eu não gostaria de mudá-lo									
73. Eu acho difícil me abrir quando eu falo com os outros									
74. Eu me preocupo com as avaliações dos outros sobre as escolhas que eu faço na minha vida									
75. Eu tenho dificuldades para organizar minha vida de uma forma satisfatória para mim									
76. Eu desisti de fazer grandes mudanças ou melhoras na minha vida há muito tempo atrás									
77. Eu fico satisfeito quando penso no que eu já realizei na vida									
78. Quando eu me comparo a amigos e conhecidos, sinto-me bem em relação a quem eu sou									
79. Meus amigos e eu somos solidários aos problemas uns dos outros									
80. Eu julgo a mim mesmo pelo que eu penso que é importante, não pelos valores que os outros consideram importantes									
81. Tenho sido capaz de construir um lar e um estilo de vida para mim mesmo que correspondem ao que eu quero									
82. Acredito que pessoas mais velhas não queiram aprender coisas novas									
83. Não estou certo que minha vida tenha algum sentido									
84. Todos têm suas limitações, mas eu pareço ter mais que os outros									



Clínica & Consultoria