

ESTILOS DE REFLEXIVIDADE E AUTONARRATIVAS NO REPERTÓRIO DE POSIÇÕES PESSOAIS DE UNIVERSITÁRIOS CAPIXABAS

STYLES OF REFLECTIVITY AND SELF-NARRATIVES IN THE CAPIXABAS UNDERGRADUATES' PERSONAL POSITION

LEANDRO GAMA MORAES¹

MARIANA MARCARINI VIEIRA²

MARTHA HELENA RAIZEM²

DIEGO FERNANDES SOUZA³

MARIANE LIMA DE SOUZA⁴

ISSUE DOI: 10.5008/1809.7367.031

RESUMO

Autorruminação (manutenção do pensamento circular em eventos desagradáveis) e autorreflexão (atitude de autoexploração criativa que promove o autoconhecimento) são dois fatores distintos da reflexividade que podem ter uma função importante no processo de criação de narrativas. Este estudo teve por objetivo investigar a relação entre os estilos de reflexividade e as narrativas que as pessoas produzem sobre si próprias. Inicialmente, 32 adultos jovens, estudantes universitários, de ambos os sexos, foram solicitados a responder ao Questionário de Ruminação e Reflexão e a produzir uma narrativa, a partir do roteiro de entrevista semiestruturada do Repertório de Posições Pessoais. O levantamento dos estilos de reflexividade reduziu a amostra, permanecendo somente os participantes com alta tendência à autorruminação e à autorreflexão (n=14). Os participantes com tendência à autorruminação produziram uma narrativa detalhada, com foco em situações de indecisão. Os participantes com tendência à autorreflexão revelaram, em suas narrativas, uma particularidade: quando o passado é narrado de forma precisa, o futuro é descrito de forma vaga, sem menção a um projeto de vida futura ou clareza de metas a serem alcançadas. Quando o passado é descrito de forma vaga, há uma explanação precisa das expectativas e dos planos para o futuro.

Palavras-chave: Autorruminação. Autorreflexão. Autonarrativa.

1 Psicólogo; mestrando do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES).

2 Psicóloga – Universidade Federal do Espírito Santo (UFES).

3 Psicólogo – Universidade Federal do Espírito Santo (UFES).

4 Doutora; professora do Departamento de Psicologia Social e do Desenvolvimento (UFES).

ABSTRACT

Self-rumination (maintenance of the circular thinking on unpleasant events) and self-reflection (attitude of creative self-reflection that promotes self-knowledge) are two distinct factors of reflexivity that may have an important role in the process of self-narratives' creation. The objective of this study was to investigate the relationship between the styles of reflexivity and the narratives that individuals produce about themselves. Initially, 32 young adults, university students of both sexes, were asked to answer the Questionnaire of Rumination and Reflection and to produce a narrative according to the semi-structured interview guide of the Repertory of Personal Positions. After the styles of reflexivity's scores were defined, the sample was reduced to only the participants with high tendency to self-rumination or high tendency to self-reflection (n=14). The participants with tendency to self-rumination produced a detailed narrative, focused on situations of indecision. The participants with tendency to self-reflection revealed, in their narratives, a peculiarity: when the past was described in a precise way, the future is described in a vague way, without mention to life projects or aims to be accomplished. When the past is described in a vague way, there is a more precise description of expectations and projects for the future.

Keywords: *Self-rumination. Self-reflection. Self-narrative.*

Afinados com a ideia de diálogo como o cerne da reflexividade consciente, diversos pesquisadores têm-se preocupado em esclarecer a relação entre a conversação interna e o processo reflexivo da consciência (MORIN, 1993; SIEGRIST, 1995; SCHNEIDER, 2002; BURNKRANT; PAGE, 1984, *apud* MORIN, 2004). De modo geral, os estudos indicam que a conversação interna está diretamente relacionada com a reflexividade da consciência. Isto é, quanto mais a pessoa dirige a atenção para si mesma, mais ela conversa internamente e vice-versa. Especialmente relevantes foram os resultados levantados em um estudo de Trapnell e Campbell (1999) mostrando que a conversação interna nem sempre é sinônimo de bem-estar psicológico, aparecendo associada a escores altos do fator neuroticismo, no *Inventário dos Cinco Grandes Fatores (CGF)*.

A partir desse achado, os autores estabeleceram uma diferenciação entre ruminação e reflexão como dois fatores distintos da reflexividade. Enquanto a autorruminação se caracteriza pela manutenção do pensamento circular em eventos desagradáveis e pelo receio exacerbado de cometer erros, a autorreflexão consiste em um modo de pensar motivado por interesses epistêmicos e pela busca de autoconhecimento (TRAPNELL; CAMPBELL, 1999). Os pesquisadores desenvolveram uma medida para a ruminação e a reflexão, que denominaram *Rumination-Reflection Questionnaire Scale* (TRAPNELL; CAMPBELL, 1999), adaptada para o português como *Questionário de Ruminação e Reflexão*, em estudo de Zanon e Teixeira (2006). A diferenciação entre autorruminação e autorreflexão, como dois fatores distintos do processo reflexivo, veio acompanhada de um alerta especial para a necessidade de se investigar o conteúdo e as qualidades envolvidas nesse fenômeno.

Uma forma de se investigar a reflexividade consciente por meio de indicadores qualitativos é analisar as narrativas que um indivíduo constrói sobre si. Hermans (2001) desenvolveu um método de avaliação da narratividade da consciência que fornece um mapeamento do repertório de posições pessoais do indivíduo e estimula a criação de narrativas diferenciadas para essas posições, o *Personal Position Repertoire*. Pelo significado pessoal dado pelo participante a cada posição, o pesquisador obtém acesso às relações dialógicas que se desenvolvem entre as posições escolhidas e estimula a criação de narrativas a respeito delas. Isso pode resultar, para o participante, em um novo olhar sobre si mesmo ou sobre seus problemas. Souza (2005) adaptou o instrumento para a língua portuguesa como Repertório de Posições Pessoais (RPP) e o aplicou a 17 adultos brasileiros. O RPP mostrou-se um eficiente meio de acesso a essa qualidade narrativa do processo reflexivo da consciência.

Embora tanto o Repertório de Posições Pessoais quanto o Questionário de Ruminação e Reflexão tenham sido desenvolvidos para investigar a reflexividade consciente, ainda não foram publicadas pesquisas estabelecendo relações entre estilos de reflexividade e o estilo das narrativas que os indivíduos produzem sobre si mesmos. Dessa forma, o presente estudo teve como objetivo investigar as relações entre estilos de reflexividade, conforme medida a partir do QRR, e os estilos das narrativas, como foram eliciadas pelo RPP, em uma amostra por conveniência de universitários capixabas. Os objetivos específicos foram: identificar o estilo de reflexividade (autorruminativo ou autorreflexivo) da amostra de universitários capixabas; identificar as características das narrativas elaboradas a partir do RPP; e indicar os pontos de correspondência entre os estilos de reflexividade e as características das narrativas elaboradas a partir do RPP.

MÉTODO

Delineamento

Trata-se de uma pesquisa qualitativa descritiva quanto aos seus objetivos (GIL, 1996) e quanto aos procedimentos de coleta e análise dos dados (CRESWELL, 2007).

Participantes

Participaram da pesquisa 32 universitários (10 homens e 22 mulheres), com idade entre 18 e 25 anos, estudantes da Universidade Federal do Espírito Santo.

Instrumentos

Foram utilizados os seguintes instrumentos:

- a) questionário de ruminação e reflexão (TRAPNELL; CAMPBELL, 1999; adaptado para a língua portuguesa por ZANON; TEIXEIRA, 2006). O QRR é constituído por 24 questões às quais o participante deve atribuir uma nota de 1 a 5 em escala do tipo *likert*, sendo 1=discordo totalmente e 5=concordo totalmente;
- b) repertório de posições pessoais (HERMANS, 2001, adaptado para a língua portuguesa por SOUZA, 2005).

O RPP segue duas etapas distintas.

Na primeira etapa, o participante recebe uma lista de posições internas (por exemplo, “eu enquanto mulher”, “eu enquanto filha”, “eu enquanto otimista”, “eu enquanto alguém que busca afeto”) e externas (por exemplo, “minha mãe”, “meu pai”, “meus filhos”, “meu colega de trabalho”) à qual pode acrescentar posições que julgue relevantes e não constem da lista. As posições internas estão dispostas em linhas e as posições externas em colunas. O participante é convidado a estimar a extensão, utilizando uma escala Likert (0 a 5 – nenhuma a alta), da predominância de cada posição interna em relação a cada posição externa correspondente, em sua experiência.

Na segunda etapa, o participante é solicitado a selecionar duas das posições mais influentes em sua vida no momento presente, a partir das quais constrói uma narrativa orientada por um roteiro de questões semiestruturadas divididas em três blocos. O primeiro e o segundo bloco de questões evocaram relatos sobre experiências, eventos, circunstâncias ou pessoas que o participante identifica como importantes ou influentes em seu passado e em seu presente, respectivamente. O terceiro bloco de perguntas orientou o participante no relato sobre objetivos e metas, e sobre pressentimentos e previsões acerca de eventos que acredite que venham a ter importância em sua vida no futuro (é possível ao participante pensar em um futuro tão distante quanto desejar).

Essa segunda etapa pode ser repetida para quantas posições o pesquisador ou o participante desejarem. O conjunto dos dados das duas etapas forma o repertório de posições pessoais do participante. Para este estudo, apenas os dados levantados na segunda etapa do instrumento (as narrativas produzidas pelo participante) foram utilizados.

Procedimentos de coleta de dados

Após lerem e assinarem os termos de consentimento, os participantes responderam, individualmente, aos instrumentos. Metade deles respondeu primeiramente ao QRR e, em seguida, à primeira parte do RPP. Em um segundo momento, ocorrido no mínimo 24 horas depois do primeiro, o participante foi convidado a escolher uma das posições internas relevantes apontadas na primeira parte de seu repertório e elaborar uma narrativa a partir dessa perspectiva. A outra metade dos participantes respondeu primeiramente à primeira etapa do RPP. Em um segundo momento, ocorrido no mínimo 24 horas depois do primeiro, o participante foi convidado a escolher uma das posições internas relevantes apontadas na primeira parte de seu repertório e elaborar uma narrativa a partir dessa perspectiva e, logo em seguida, a responder ao QRR. As narrativas foram gravadas digitalmente e transcritas. Para todos os procedimentos da pesquisa, foram observados os padrões éticos definidos pelos regulamentos nacionais e internacionais de pesquisa, tendo o protocolo aprovado pela Comissão de Ética em Pesquisa da instituição na qual os dados foram coletados.

Procedimentos de análise dos dados

Os dados obtidos no QRR foram submetidos a uma análise estatística descritiva simples, para distribuição de frequência e determinação dos pontos de corte para definição de baixa, média e alta reflexão e ruminação. As narrativas foram analisadas conforme os critérios da fenomenologia-semiótica (GOMES, 1998), para a delimitação das categorias temáticas. Nessa perspectiva, as categorias temáticas não são demarcadas previamente, mas emergem da percepção do participante de sua experiência vivida que, no momento da entrevista, é contrastada com a percepção do pesquisador. Dessa forma, a análise qualitativa das narrativas é o resultado da combinação entre a percepção do participante e a percepção do pesquisador sobre o fenômeno investigado. Ao final, os dois conjuntos de dados foram contrastados qualitativamente.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Perfis de reflexividade

Os dados obtidos pelo instrumento QRR forneceram a distribuição dos escores de autorruminação e autorreflexão ($N = 32$). Foram definidos pontos de corte com base na média amostral acrescida de um desvio padrão (escores altos) ou subtraída de um desvio padrão (escores baixos). Assim, para a autorruminação, foram considerados escores baixos aqueles entre 0 a 37; médios, entre 38 e 52; e altos acima de 52, considerando-se $M = 45,97$ e $DP = 7,59$. Para a autorreflexão, foram considerados escores baixos aqueles entre 0 e 38; médios, entre 39 e 53; e altos, acima de 54, considerando-se $M = 44,78$ e $DP = 7,71$. Combinando-se a autorreflexão e a autorruminação, os participantes apresentaram os seguintes estilos: RefAlta+RumAlta ($n=1$), RefAlta+RumMédia ($n=2$), RefAlta+RumBaixa ($n=0$), RefMédia+RumAlta ($n=3$), RefMédia+RumMédia ($n=18$), RefMédia+RumBaixa ($n=4$), RefBaixa+RumAlta ($n=1$), RefBaixa+RumMédia ($n=2$), RefBaixa+RumBaixa ($n=1$).

Narrativas no repertório de posições pessoais

As narrativas produzidas na segunda etapa de aplicação foram analisadas qualitativamente quanto ao seu conteúdo (ou seja, os temas que caracterizaram o relato do participante) e quanto à sua forma (isto é, o modo como o participante organizou seu relato e abordou o tema).

A análise, com referência ao conteúdo, indicou a recorrência de assuntos envolvendo as relações familiares, tanto em seus aspectos positivos, como o apoio dado pelos pais, seu papel como modelos

a serem seguidos e a importância afetiva de outros membros da família, como tias e avós; quanto em seus aspectos negativos, como a disputa entre irmãos, os conflitos e brigas com os pais por questões como sexualidade, machismo e desejo de maior independência. Eventos marcantes, como acidentes e doenças de familiares que tiveram impacto significativo nesse relacionamento também foram descritos. Além do foco nas relações familiares passadas e atuais, as narrativas apresentaram também questões ligadas à preocupação com o mercado de trabalho, ao final da graduação e à formação de uma família. As expectativas quanto ao mercado de trabalho e ao futuro foram tanto otimistas, referindo-se à conquista de liberdade e de independência financeira, quanto pessimistas, com relação à insegurança sobre o que fazer após a formatura.

A análise quanto à forma permitiu classificar as narrativas em dois tipos, denominados Tipo 1 e Tipo 2. As narrativas do Tipo 1 caracterizam-se por maior riqueza de detalhes descritivos, mencionando pessoas, lugares e eventos específicos, e por um foco no relato de circunstâncias que exigiam tomadas de decisão, nas quais o indivíduo sentia desconforto e dificuldade para identificar a melhor alternativa entre dois comportamentos ou atitudes opostos, por exemplo, sair de casa ou não, ser verdadeiro com os amigos ou manter uma imagem que julga ser aprovada pelo grupo, emagrecer ou continuar comendo o que gosta. As narrativas do Tipo 2 caracterizam-se por um relato sucinto, marcado por uma especificidade: quando o passado é descrito de forma detalhada e precisa, o futuro é narrado de forma vaga, isto é, sem menção a um projeto de vida futura ou clareza de metas a serem alcançadas. Quando o passado é descrito de forma vaga, com pouca ou nenhuma referência a eventos, pessoas ou lugares específicos, há uma descrição precisa das metas e dos planos para o futuro.

Relação entre estilos de reflexividade e narrativas

Para fins de comparação teórica entre os dois conjuntos de dados (RPP e QRR), todos os participantes classificados como médios em ambos os perfis foram excluídos, permanecendo somente aqueles com tendência à autorruminação – RefBaixa+ RumAlta (n=1), RefMédia+RumAlta (n=3), RefBaixa+RumMédia (n=2), com tendência à autorreflexão –, RefAlta+RumMédia (n=2) RefMédia+RumBaixa (N=4), com reflexividade geral alta – RefAlta+RumAlta (n=1) e com reflexividade geral baixa – RefBaixa+RumBaixa (n=1), compondo uma amostra reduzida de 14 participantes. Não houve nenhuma ocorrência do perfil RefAlta+RumBaixa (n=0).

O conteúdo das autonarrativas, tanto de indivíduos com tendência à autorreflexão quanto de indivíduos com tendência à autorruminação reflete claramente os dilemas da idade adulta jovem, faixa etária na qual se encontram os participantes. A expectativa positiva, com relação ao futuro profissional e com a formação de uma família, indica uma maturidade adulta. Entretanto, a insatisfação com alguns aspectos das relações estabelecidas na família, bem como a busca por uma identidade própria expressa uma cognição social com traços ainda adolescentes, com tendência a concentrar a atenção naquilo que deveria ser e nas possibilidades mais do que na realidade (SPRINTHALL; COLLINS, 2003).

Se participantes com perfis de reflexividade distintos apresentaram temas semelhantes em seus relatos, tais conteúdos, por outro lado, se expressaram diferentemente em cada perfil.

As narrativas do Tipo 1, mais detalhadas e focadas em situações de tomada de decisão, foram elaboradas por participantes com tendência autorruminativa e podem ser explicadas pelo receio de cometer erros, característica exacerbada em indivíduos com estilo de reflexividade ruminativo (TRAPNELL; CAMPBELL, 1999). Ainda que características do período de desenvolvimento em que se encontram os indivíduos também possam explicar a ênfase no relato de suas expectativas quanto ao futuro, a incerteza, as dúvidas e o consequente sentimento de impotência para tomar uma decisão são claramente um indicador de reflexividade ruminativa.

As narrativas do Tipo 2, mais sucintas, e que apresentavam maior riqueza de detalhes na descrição do passado ou do futuro, foram elaboradas por participantes com tendência à autorreflexão. Ainda que também tenha apresentado temáticas caracterizadas por sentimentos de insegurança ou indecisão, principalmente com relação ao futuro profissional, e que, em alguns casos, os planos e expectativas para o futuro não sejam claramente definidos, tais menções não caracterizaram o foco dos relatos, nem se mostraram como dilemas insolúveis ou fontes de desconforto. Os objetivos e expectativas descritos de forma mais precisa, por outro lado, caracterizaram-se por uma exposição mais clara sobre objetivos e opiniões (na medida em que os participantes não se detinham na descrição de problemas e obstáculos relacionados com a definição e o alcance de seus objetivos, como é o caso do raciocínio circular característico de um estilo de pensamento com tendência autorruminativa), o que pode ser compreendido como um estilo autorreflexivo de pensamento cuja principal característica é justamente a autoexploração criativa que promove o autoconhecimento, em termos de clareza dos próprios objetivos, crenças sobre si e valores (TRAPNELL; CAMPBELL; 1999). Estudos futuros devem investigar o fato de os relatos sobre o passado e o futuro terem apresentado graus distintos de precisão, de maneira alternada, como observado nessa amostra, e as possíveis relações com o perfil de reflexividade autorreflexiva.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

À guisa de conclusão, é importante observar que as relações entre os estilos de reflexividade e as narrativas produzidas a partir do repertório de posições pessoais são tendências apontadas pela comparação qualitativa entre os dois conjuntos de dados. As possibilidades aqui levantadas podem ser indicações importantes para estudos futuros que submetam os dados a tratamento estatístico a fim de determinar a intensidade das relações entre a reflexividade e as narrativas. Sugere-se, para esses próximos estudos, que a amostra inicial seja ampliada para que, após a exclusão dos escores médios de reflexividade, o conjunto de dados ainda seja suficientemente robusto e suporte um procedimento quantitativo de análise.

Apoio: CNPq na forma de bolsas de Iniciação Científica.

REFERÊNCIAS

CRESWELL, J. W. **Projeto de pesquisa:** Métodos qualitativo, quantitativo e misto. Porto Alegre: Artmed, 2007.

GIL, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** São Paulo: Atlas, 1996.

GOMES, W. B. (org.). **Fenomenologia e pesquisa em psicologia.** Porto Alegre: Editora da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 1998.

HERMANS, H. J. M. The dialogical self: toward a theory of personal and cultural positioning. **Culture & Psychology**, n. 7, p. 243-281, 2001.

HERMANS, H. J. M.; KEMPEN, H. J. G. **The Dialogical Self:** Meaning as Movement. San Diego: Academic Press, 1993.

MORIN, A. A neurocognitive and socioecological model of self-awareness. **Genetic, Social, and General Psychology Monographs**, v. 130, n. 3, p. 197–222, 2004.

SCHNEIDER, J.F. **Relations among self-talk, self-consciousness, and self-knowledge.** *Psychological reports*, n. 91, p. 807-812, 2002.

SIEGRIST, M. Inner speech as a cognitive process mediating self-consciousness and inhibiting self-deception. *Psychological Reports*, n. 76, p. 259-65, 1995.

SOUZA, M. L. **Self semiótico e self dialógico: uma investigação da reflexividade da consciência.** (Tese de Doutorado em Psicologia). Porto Alegre: Curso de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2005.

SPRINTHALL, N. A.; COLLINS, W. A. **Psicologia do adolescente: uma abordagem desenvolvimentista.** Lisboa : Fundação Calouste Gulbenkian, Serviço de Educação e Bolsas, 2003.

TRAPNELL, P.D.; CAMPBELL. Private self-consciousness and the Five-Factor Model of Personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of personality and social psychology*, v. 76, n. 2, pp. 284-304, 1999.

ZANON, C.; TEIXEIRA, M. A. P. Adaptação do Questionário de Ruminação e Reflexão (QRR) para estudantes universitários brasileiros. *Interação em Psicologia*, v. 10, n. 1, pp. 75-82, 2006.

Recebido em abril de 2010

Aceito em agosto de 2010

Correspondência para / Reprint request to:

Prof.^a Dr.^a. Mariane Lima de Souza

Departamento de Psicologia Social e do Desenvolvimento – CCHN

Universidade Federal do Espírito Santo

Av. Fernando Ferrari, 514 – Goiabeiras – Vitória/ES – Brasil – CEP: 29075-910