

2 – ABORDAGENS E QUADROS TEÓRICOS

2.1. - Abordagens deterministas

2.2. – Abordagens interacionais e transacionais

2.3. - O controle como conceito explicativo das relações com o ambiente

2.4 – As abordagens sistêmicas

Segundo Seagert & Winkel (1990) a relação com o ambiente é abordada por meio de três paradigmas fundamentais, geradores de teorias na psicologia ambiental: (1) o paradigma da adaptação; (2) o ambiente como estrutura de oportunidades; e (3) o paradigma sociocultural.

O paradigma da adaptação refere-se, numa lógica determinista, aos efeitos de condições ambientais sobre o comportamento. Baseia-se em abordagens a nível da adaptação, a nível da excitação ou estimulação e da sobrecarga ambiental.

O ambiente como estrutura de oportunidades gera abordagens em termos de “affordances”¹ (Gibson), mas também certas abordagens em termos de controle, de restrição e de reactância.

O paradigma sociocultural concerne as abordagens transacionais, sistêmicas ou organísmicas, por vezes também chamadas “psicologia ecológica” (Stokols & Shumaker, 1981), as abordagens relativas aos *behavior-settings* (Barker), e ao modelo sistêmico de Bronfenbrenner (1979), aos quais se juntam as análises que se referem às representações sociais.

2.1 – Abordagens deterministas

As abordagens desenvolvidas neste quadro concernem essencialmente aos efeitos das condições ambientais sobre o comportamento do indivíduo. Mais particularmente, são as análises relativas ao estresse que têm constituído o objeto de uma atenção particular. Quatro modelos dão conta da maneira como os estímulos ambientais incidem sobre o comportamento do indivíduo. Eles põem em jogo: o nível de ativação (ou nível de estimulação), a sobrecarga informacional, as teorias do nível de adaptação e as restrições ambientais (controlabilidade e previsibilidade). É na ocasião das análises relativas ao estresse que estas abordagens alcançam a sua significação.

2.1.1 A teoria da ativação

A excitação não é um estado específico, mas antes um contínuo que vai do adormecimento até à excitação extrema e que tem a sua base fisiológica na ativação do sistema reticular cerebral. De uma maneira geral, a preferência das pessoas e a sua melhor performance situam-se em níveis moderados de vigília. Níveis demasiado

¹ Termo proposto pelo psicólogo James J. Gibson em 1977 e por ele usado sobretudo na abordagem ao estudo ecológico. Na relação agente-ambiente, o termo significaria a qualidade do ambiente que permitiria que o agente realizasse a ação (N.T.)

baixos produzem desatenção e ausência, níveis de vigília demasiado elevados trazem consigo dificuldades de concentração e de controle da atividade. Os índices de um nível de excitação elevada são numerosos: taxas de catecolaminas, condutibilidade da pele, pressão arterial, assim como comportamentos tais como agitação, dificuldade em ficar no lugar, sinais de tensão, de nervosismo e de ansiedade. A observação permite notar comportamentos auto manipulativos frequentes e comportamentos estereotipados (Evans, 1978).

A ativação como mecanismos psicológico foi posta em evidência por Broadbent (1958, 1971) no caso da performance de sujeitos expostos ao barulho. Numerosas pesquisas têm demonstrado que o barulho acarreta déficits específicos. Se os barulhos de curta duração provocam poucos ou nenhum efeitos, quando se trata de taxas simples, as performances mais complexas são perturbadas (Broadbent, 1971; Keele, 1973; Hockey, 1979). Isso se explica pela hiperestimulação que produz um retraimento da atenção, a qual se focaliza então, nos aspectos dominantes ou centrais da atividade. Muito pouca ou excessiva ativação produzem uma distração que impede o sujeito de realizar a atividade nas condições ótimas. Retomando em parte a hipótese da ativação de Broadbent, Mehrabian e Russel (1974) sugeriram que há três dimensões de efeitos do ambiente: a ativação, o prazer e a dominância. Deste modo, se admitir uma relação em forma de “U-invertido” entre o nível de estimulação física e seus efeitos sobre a emoção, a performance e a saúde do indivíduo, resulta daí tanto um excesso como uma carência de estimulação ambiental que trazem consigo efeitos de estresse. Resta então identificar as variáveis físicas que provocam uma carga de estimulação excessiva. Wohlwill (1966) propõe escalas que permitam avaliar o ambiente em termos de intensidade, complexidade, variedade, novidade, incongruência, ambiguidade e conflito resultantes de fontes de informação inconsistentes e de instabilidade (Wohlwill, 1974). Scott e Howard (1970) enfatizam o fato de que não são só os fatores físicos que exercem influência sobre o nível de atividade dos indivíduos e produzem um excesso de estimulação, mas também variáveis socioculturais como a multiplicidade dos papéis e as exigências profissionais.

Assim a densidade provoca uma reação aversiva em razão da excessiva estimulação sensorial que ela produz e das consequências negativas que daí resultam. Baum e Valins (1977), baseando-se na noção de hiperestimulação, postulam que as consequências negativas da densidade provêm da presença de interações não desejadas. Mas, embora, de uma maneira geral, o excesso de contatos possa provocar efeitos negativos, esse não é sempre o caso. Por exemplo, em certas circunstâncias, um grande número de interações sociais pode ser suportável ou até constituir um prazer (congressos, acontecimentos sociais diversos). Em contraposição, quando essas interações não são desejadas ou o indivíduo não as controla, é verossímil que os efeitos da densidade sejam negativos. Dificuldades de regulação do momento e do lugar das interações podem conduzir a um aumento das interações não desejadas e, em consequência, representar uma situação potencialmente estressante. De acordo com esta análise, Baum e Valins (1977) constataam que os estudantes residentes em dormitórios se queixam frequentemente de contatos sociais imprevisíveis e não desejados.

Outro conceito particular de ativação é proposto no modelo Densidade/Intensidade de Freedman (1975). Segundo este autor, a densidade intensifica as reações habituais do indivíduo e, por conseguinte, potencializa os sentimentos agradáveis tanto quanto os

sentimentos negativos numa situação determinada. Com base na noção de intensificação, ele sugere a existência de uma relação entre a hiperdensidade e o contágio das emoções e dos comportamentos. De fato, em condições experimentais de hiperdensidade, o autor constata que as emoções ou os comportamentos expressos por um dos sujeitos se estendem aos demais sujeitos do grupo. Embora o contágio possa ser constatado em todo o lugar onde haja multidão, não se trata, segundo o autor (Freedman et al, 1980), de uma explicação exclusiva. Os comportamentos observados em caso de densidade elevada podem também ser explicados por um fenômeno de comparação social: o indivíduo busca ajustar-se à reação dos outros que se encontram na mesma situação, fenômeno que se pode observar quando ocorrem catástrofes, por exemplo.

2.1.2 A sobrecarga ambiental

O excesso de estimulação pode ser analisado do ponto de vista da capacidade de tratamento da informação. No caso de uma tarefa cognitiva, as experiências impostas para enfrentar uma situação estressante, particularmente se ela é imprevisível ou incontrolável, podem exceder as capacidades de tratamento da informação de um indivíduo. Isso pela razão de que as exigências da performance são por si elevadas. Além disso, quando as exigências são prolongadas e elevadas, como é o caso de certas condições ambientais estressantes ou de tarefas difíceis, as capacidades de tratamento da informação diminuem em razão da fadiga. E, quando há sobrecarga, os recursos disponíveis são então dirigidos aos aspetos mais salientes da tarefa.

O ambiente urbano é caracterizado por uma multidão de informações que solicitam a atenção e as respostas das pessoas que lá vivem. As capacidades de tratamento da informação são limitadas e produz-se frequentemente um efeito de sobrecarga, porque o ambiente urbano ultrapassa os seus limites. Demasiadas estimulações ambientais reduzem o campo da atenção e fazem com que ela seja focalizada para certos estímulos em detrimento de outros. O indivíduo ignora então alguns estímulos periféricos (Broadbent, 1958; Easterbrook, 1959). Em outros termos, produz-se uma sobrecarga ambiental. Segundo Cohen (1978), todos os indivíduos têm capacidades limitadas para lidar com estímulos. Daí que os estímulos periféricos sejam ignorados e os estímulos que necessitam de uma resposta adaptativa, aqueles que são imprevisíveis ou incontroláveis, constituem objeto de uma maior atenção. Além disso, efeitos pós-exposição podem manifestar-se sob a forma de redução da capacidade de afrontar novos estímulos. Após a exposição a uma situação carente de muita atenção, as possibilidades de concentração do indivíduo estão diminuídas.

Simmel (1950) e Milgram (1970) analisam esse fenômeno da mesma maneira, ao falar da adaptação dos cidadãos às fortes estimulações da cidade. Segundo estes autores, os indivíduos se adaptam à sobrecarga, eliminando ou filtrando os aspetos menos prioritários das estimulações. Desse modo, a cidade, em razão da sobrecarga de estímulos que produz, deterioraria a vida social, porque exige demais dos cidadãos (Milgram, 1970). Esta hipótese foi utilizada por Korte (1978, 1980) para explicar a degradação dos comportamentos de ajuda em meio urbano.

O excesso de informação ambiental torna difícil uma elaboração eficaz a esse respeito, na medida em que o indivíduo submerso não percebe provavelmente a

informação ou interpreta-a mal, o que perturba a sua adaptação. Essas más interpretações da informação podem causar incômodo ou frustração e facilitar a agressão hostil (que segue à cólera), ou então podem levar o indivíduo a escolher uma resposta agressiva numa situação que, faltando sobrecarga, suscitaria uma resposta instrumental não agressiva e, portanto, adaptada.

Do mesmo modo, alterações do comportamento interindividual podem ser explicadas, tanto por uma focalização da atenção devida à hiperexcitação, como pelas consequências da sobrecarga imposta às capacidades cognitivas do indivíduo. Por exemplo, constatou-se que sujeitos expostos a barulhos intensos não percebem sinais sutis que denotam perigo (Matthews e Cannon, 1975), nem informações que indicam que há pessoas a precisar de ajuda (uma pessoa que cai da bicicleta; Cohen e Lezak, 1977). Esta redução da atenção em relação aos outros pode ser atribuída à focalização da atenção sob estresse, fazendo com que sinais periféricos, tais como informações relativas a pessoas que necessitam de ajuda, não são ou são mal percebidas (Moser, 1987b, 1988).

Enquanto a hipótese de excitação diz essencialmente respeito a fenômenos automáticos e independentes de fatores cognitivos, a hipótese de sobrecarga dá um lugar importante à intervenção de processos cognitivos. O modelo de sobrecarga de informação tem, portanto, duas vantagens em relação ao modelo da ativação.

Em primeiro lugar, ele explica mais facilmente porque as simulações imprevisíveis ou incontrolláveis produzem efeitos mais marcantes. As estimulações incontrolláveis ou imprevisíveis são mais difíceis de gerir para o indivíduo e necessitam, portanto, de uma mobilização mais significativa das capacidades de informação. Além disso, deve ser feita uma importante distinção entre níveis de estímulos do ambiente e a informação. Enquanto a informação necessita de uma resposta cognitiva do indivíduo, o nível da estimulação não necessita de tal elaboração (Saegert, 1973, 1978; Wohlwill, 1974; Suedfeld, 1980). Saegert, por exemplo, explica o caráter aversivo da densidade, não pelo nível da estimulação, mas pela sobrecarga de informações provenientes de interações sociais involuntárias e imprevisíveis.

Em segundo lugar, ele explica melhor os efeitos consecutivos à exposição às estimulações estressantes. De fato, esses efeitos podem ser considerados como um resíduo da fadiga cognitiva que reflete os custos resultantes da tentativa do indivíduo em enfrentar o estresse para além das suas capacidades cognitivas máximas (McGrath, 1974; Wohlwill, 1974).

2.1.3 As teorias da adaptação

Esses modelos põem em relevo as capacidades psicológicas de adaptação do indivíduo. O indivíduo possui um vasto e flexível repertório de recursos para fazer face a condições ambientais aversivas, o que lhe permite manter um certo equilíbrio em face de condições ambientais variadas. Ele é capaz de resistir, pelo menos por curtos espaços de tempo, a diversas pressões ambientais.

Estas adaptações envolvem custos significativos? Mais em particular, podemos perguntar qual é o custo de uma adaptação imediata e o custo a longo prazo de uma

adaptação a condições ambientais que estão em constante evolução (Boyden, 1970; Dubos, 1965; Kaplan e Kaplan, 1982). Como o faz observar Wohlwill, nós chegamos, graças à tecnologia, a ajustar o mundo físico às nossas necessidades, embora inicialmente nos adaptemos ao mundo físico, mudando as nossas respostas em função das condições ambientais. Dubos acentua o fato de que o homem soube transformar o ambiente, adaptando-o as suas necessidades, e construiu para si um mundo menos ameaçador que o da pré-história (Parr, 1966). A vantagem seletiva da possibilidade de se adaptar a ambientes específicos tornar-se-ia assim progressivamente menos importante para a espécie humana.

As capacidades psicológicas de adaptação têm sido consideradas de dois pontos de vista: o do nível de adaptação, que faz referência às normas habituais de exposição aos estímulos ambientais, e o da maneira como essa adaptação é usada, assim como o seu custo.

2.1.3.1 O nível de adaptação

Segundo Wohlwill (1974), o indivíduo busca um nível intermediário de estimulação ótima. A estimulação caracteriza-se por aspetos sensoriais, sociais e cinéticos que variam em três dimensões: intensidade, diversidade e tipo de estruturação (ritmicidade, por exemplo). A adaptação às condições ambientais habituais é constituída por um ajustamento da distribuição das respostas afetivas e comportamentais, em função da exposição crônica a certos estímulos. Em outros termos, as respostas do indivíduo a uma estimulação particular são função do nível de estimulação habitual.

A teoria do nível de adaptação refere-se, explicitamente, às variáveis interindividuais de percepção e de reação aos estímulos ambientais. Efetivamente, as normas de julgamento sobre as estimulações físicas são função da relação entre o nível atual de estimulação e aquele ao qual o indivíduo está habitualmente exposto, nível que figura como ponto de referência. Mais particularmente, a teoria do nível de adaptação prediz que a exposição atual ou anterior a uma estimulação ambiental traz consigo uma adaptação ou um processo de habituação que faz com que os julgamentos sobre a intensidade de um estímulo sejam menos fortes, se o indivíduo a ele está habitualmente exposto, do que se ele não está exposto à mesma estimulação (Helson, 1964; Wohlwill, 1974). Por exemplo, os indivíduos habitualmente expostos a uma poluição que reduz a visibilidade, acostumam-se a essa visibilidade reduzida (Evans, Jacob e Frazer, 1982; Wohlwill e Kohn, 1976). Todavia, a natureza e a duração da exposição a diferentes condições ambientais não permitem, somente a elas, predizer a reação a essas condições. A isso se juntam as experiências individuais do sujeito exposto a estimulações que vão determinar a sua reação a uma situação presente (Moss, 1973). Do mesmo modo, a exposição à densidade e a necessidade de intimidade podem analisar-se em termos de nível ótimo de adaptação. Altman (1975) nota que, em certos momentos, o indivíduo tem exigências de privacidade e aspira a isolar-se dos outros, enquanto, em outros momentos, pelo contrário, busca a presença de outrem. Para cada situação, o indivíduo tem exigências de privacidade ótima. Se um outro interfere no grau de intimidade buscado pelo indivíduo, esse reage retirando-se, ocultando-se ou erguendo barreiras. Pelo contrário, se o indivíduo se considera demasiado só, ele busca ativamente os contatos sociais.

2.1.3.2 As modalidades da adaptação e seu custo

Contrariamente ao que sugerem as análises no que diz respeito ao ajustamento do nível de reação à natureza das estimulações habituais as quais o indivíduo está exposto, a adaptação não tem senão efeitos positivos. Tanto a generalização como os esforços de adaptação usados pelo indivíduo têm por efeito simultâneo custos psicológicos e fisiológicos nada negligenciáveis.

Numerosos autores constataam uma tendência à generalização: reproduz-se uma estratégia eficaz, adotada para fazer face a um dano particular, e, com isso, ela torna-se um modo operativo característico, mesmo quando o dano já não está presente. Um exemplo de generalização foi posto em evidência no que se refere ao fato de não se perceberem certos ruídos. Cohen e os seus colaboradores (Cohen e colaboradores, 1980) demonstraram que uma das maneiras de fazer face a um ambiente barulhento é ignorar o estímulo em questão. Infelizmente este fenómeno não é acompanhado de uma discriminação mais forte; estende-se e generaliza-se tanto com os barulhos de fundo como com a palavra. Em consequência, indivíduos cujo nível auditivo é normal, mas que moram em residências ruidosas, têm uma discriminação auditiva pior. Este declínio da discriminação auditiva tem sido associado às dificuldades da aprendizagem da leitura (Cohen, 1980; Cohen e Weinstein, 1982). Outras pesquisas mostraram que crianças que vivem em residências barulhentas se deixam distrair mais facilmente pelos ruídos, quando estão a cumprir uma tarefa (Cohen e colaboradores, 1980; 1981; Heft, 1979). A generalização da resposta à densidade humana também tem sido observada: uma experiência anterior de densidade provoca retraimento social mais forte na presença de estranhos, mesmo se a densidade for fraca (Baum e Paulus, 1987; Epstein e Karlin, 1975).

O custo cumulativo da adaptação ao estresse traduz-se no indivíduo numa fadiga cognitiva (Cohen, 1978, 1980; Glass e Singer, 1972). Afrontar estimulações ambientais, especialmente se são incontrolláveis, requer um esforço real. Uma tolerância menor à frustração ou uma performance cognitiva menos boa após a exposição à densidade humana, ao barulho ou à poluição do ar, são constitutivos de efeitos cumulativos de esforços feitos para fazer face a estimulações ambientais, na medida em que a fadiga acumulada reduz a possibilidade de adaptação a estimulações ulteriores. Frakenhauser e Lundberg (1977) mostram que os sujeitos que foram expostos a um barulho intenso, têm depois performances inferiores, quando de novo estiverem sujeitos ao mesmo ruído.

Finalmente, o próprio processo utilizado para fazer face a situações ambientais danosas pode ter efeitos fisiológicos. Fumar ou beber podem diminuir o estresse, mas representam ao mesmo tempo um custo para a saúde do sujeito. O esforço despendido para manter, sob estresse, um nível elevado de performance ou para controlar um acontecimento aversivo, pode produzir reações cardiovasculares. Além disso, se os esforços de controle não forem seguidos de efeitos positivos, as reações fisiológicas serão um tanto mais fortes. Cohen e colaboradores (1986) sugerem que esforços de adaptação prolongados por parte do indivíduo, trazem consigo consequências patológicas, tanto diretas (doenças cardiovasculares, úlceras), como indiretas, enfraquecendo o sistema de defesa imunológica.

Milgram (1977) sublinha as diferenças observáveis entre os indivíduos residentes na cidade e os que residem nas áreas rurais, devido a que citadinos se adaptam ativamente ao nível elevado da informação ao qual estão expostos. Os processos que consistem em ignorar ou em filtrar as informações pouco pertinentes, são suscetíveis de se generalizar, de se tornar uma característica dos indivíduos urbanos e de se traduzir em comportamento geralmente brusco e defensivo, e numa relativa insensibilidade ao infortúnio do outro. Em outros termos, assistiríamos nos citadinos a uma generalização dos meios de afrontar o outro.

A análise dos efeitos das estimulações ambientais em termos de adaptação tem o mérito de integrar a ativação, a sobrecarga e os efeitos do estresse, e de se aplicar tanto ao comportamento do indivíduo, quanto aos fenômenos perceptivos. Além disso, o conceito de nível de adaptação poderia explicar as consequências positivas da adaptação.

2.1.4 As análises relativas às restrições ambientais

Um ambiente indesejável ou inadequado representa uma restrição para o indivíduo e pode provocar nele um sentimento de perda de controle da situação. Segundo Proshansky, Ittelson e Rivlin (1970), Zlutnick e Altman (1976) e Stokols (1978), o indivíduo faz então uma interpretação cognitiva da situação no que se refere à inadequação do ambiente e à perda de controle sobre ele. O termo de “restrição” significa que o ambiente limita ou impede o indivíduo de alcançar o alvo que se tinha fixado. Segundo este modelo, a restrição pode ser tanto efetiva quanto percebida. Em todo o caso, o indivíduo interpreta cognitivamente a situação como se ela não permitisse que ele a dominasse.

Um ambiente percebido pelo indivíduo como um obstáculo que impede que ele atinja o seu alvo, produz desconforto, bem como reações emocionais negativas, e incita-o a tentar retomar o controle da situação, o que pode corresponder ao efeito de uma reactância (Brehm, 1981). Posta em evidência nos processos de influência social, a reactância é um estado de motivação negativa a seguir a uma ameaça, suposta ou real, de uma restrição da liberdade individual, um estado que se traduz numa resistência à influência. A pressão social pode assim desencadear motivações inversas a essas pesquisas. O comportamento de reactância é função da importância que o indivíduo atribui ao comportamento ameaçado e aumenta tanto mais quanto mais diminui o sentimento de liberdade. Se o ambiente impede o indivíduo de atingir o alvo que se fixara, é esse sentimento que modifica o seu comportamento. A reactância manifesta-se na medida em que o indivíduo antecipa uma perda de controle numa situação determinada, e se ele é incapaz de prever o desdobramento dos fatos de modo a que ele retome o controle. Resulta daí um sentimento de confusão que desemboca no “desamparo aprendido” (Garber e Seligman, 1981; Seligman, 1975). Em caso de perda de controle, a reactância fornece um modelo muito previsível, mas, de uma maneira mais geral, outras análises parecem explicar melhor fenômenos observados empiricamente.

São dois os conceitos que permitem analisar mais particularmente e prever as consequências da exposição do indivíduo a uma situação que o limite: o controle e a previsibilidade. De fato, uma situação ambiental é tanto menos constrangedora para o

indivíduo quanto mais controlável ela é potencialmente, por um lado, e quanto mais previsível é a sua aparição, por outro.

2.1.4.1 A controlabilidade

Quanto mais o indivíduo pensa poder controlar o seu ambiente, mais os seus comportamentos adaptativos são eficazes. As pesquisas mostram claramente que as condições ambientais incontroláveis ou imprevisíveis provocam efeitos mais importantes do que quando são controláveis. Isso é verdadeiro quanto à densidade (Baum, Paulus e Epstein, 1982), ao barulho (Glass e Singer, 1972; Cohen e Weinstein, 1982), à poluição do ar (Evans, Jacob e Frazer, 1982) e ao calor (Bell e Greene, 1982).

As restrições ambientais podem interferir com um comportamento em curso e provocar um sentimento de perda de controle. Além disso, a percepção de uma perda de controle pode gerar em si uma frustração que motive o indivíduo a tentar retomar o controle do seu ambiente. Este fenômeno tem sido posto em evidência no comportamento dos usuários confrontados com um telefone avariado e que não devolve a moeda nele introduzida. Face à situação, os indivíduos avançam frequentemente para um comportamento de agressão. Quebram o aparelho telefônico, primeiramente para desbloquear a moeda introduzida e, depois, vista a ineficácia de um tal comportamento instrumental, arremetem de uma maneira mais violenta. Nota-se claramente a passagem de uma agressão instrumental a uma agressão hostil (Moser e Lévy-Leboyer, 1985; Moser, 1988b). O componente hostil do comportamento diminui fortemente, se for oferecido ao usuário a possibilidade de controlar a situação por meio de informações sobre o local do telefone mais próximo e do lugar onde ele pode recuperar o dinheiro perdido. Em outros termos, quando o indivíduo tem a possibilidade de controlar a situação, o seu comportamento de agressão hostil desaparece.

Vários pesquisadores analisam os efeitos da densidade no que diz respeito à percepção do controle. Os efeitos negativos da densidade podem, na realidade, ser explicados pela perda de controle. De fato, a noção de interações não desejadas proposta por Baum e Valins está baseada no controle. Os efeitos negativos da densidade são devidos à multiplicação dos contatos sociais que tornam difícil o controle das interações. A densidade representa uma restrição ambiental na medida em que impede certas opções comportamentais, reduzindo por isso a liberdade de ação do indivíduo. Não tendo a sua disposição um espaço suficiente, o indivíduo não pode controlar, nem a natureza das suas interações, nem a escolha das pessoas com quem quer interagir. Além disso, se o indivíduo pode adequadamente controlar o grau de intimidade numa interação dual, mantida uma certa distância interpessoal, esse controle já não é possível no caso em que o espaço disponível é demasiado restrito: demasiado próximo do outro, o indivíduo perde o controle da regulação da intimidade. A interferência também pode ser vista como uma ameaça ao controle que o indivíduo é capaz de ter sobre o comportamento que adota para atingir o seu objetivo. Sendo assim, alguns autores estimam que a densidade é aversiva, porque reduz a liberdade do indivíduo, impedindo-lhe certos movimentos (Proshansky, Ittelson e Rivlin, 1970; Stokols, 1972). Para outros, é a perda do controle que constitui o mecanismo principal que explica o estresse causado pela densidade (Schmidt e Keating, 1979; Sherrod e

Cohen, 1979). Além disso, o barulho é considerado particularmente aversivo pelos indivíduos que moram em zonas residenciais ou em zonas onde eles imaginam ter um certo controle das suas condições ambientais (Stokols, 1976). Inversamente, a impossibilidade de exercer um controle aumenta a percepção de densidade: os indivíduos reconhecem um local como sendo tanto mais denso quanto mais restrições comportamentais atribuem à presença de outros ou à falta de espaço (Baron e Rodin, 1978; Schmidt e Keating, 1979).

A exposição crônica a simulações ambientais incontroláveis é suscetível de causar um sentimento de confusão, descrito com o termo de desamparo aprendido. Este fenômeno pode ser interpretado dentro do quadro da teoria da atribuição. Se o indivíduo não pode prever nem ter o controle sobre uma causa ambiental, ele pode desenvolver um sentimento de incapacidade de influenciar o ambiente com o seu próprio comportamento. Os residentes num ambiente barulhento manifestam com frequência esse sentimento de desamparo. Indivíduos expostos a estimulações incontroláveis persistem menos em tarefas cognitivas que exijam uma certa tolerância à frustração (Cohen, 1980). Baum e Paulus (1987) constata mais abandonos em jogos de competição por parte de estudantes que vivem em dormitórios com excesso de população. Cohen e outros (1980, 1981, 1986) observam que as crianças abandonam mais facilmente uma tarefa difícil, se frequentam uma escola barulhenta. Abransom, Garber e Seligman (1980), mostraram que a manifestação de um sentimento de desamparo e a sua generalização em outras situações dependem das atribuições que o indivíduo confere às causas da sua impossibilidade em dominar uma situação.

É possível observar o resvalar de uma estratégia de controle centrada no problema para uma estratégia centrada na emoção e na afetividade em indivíduos confrontados com uma situação cronicamente aversiva e incontrolável. Na mesma ordem de ideias, eles podem recorrer à negação ou a outros tipos de racionalização, referindo-se à periculosidade das condições às quais estão expostos (Campbell, 1983). Por outro lado, sabe-se que as manifestações de desamparo aparecem mais em indivíduos com *locus de controle* interno que em indivíduos com *locus de controle* externo, quando esses atribuem a perda de controle do ambiente a fatores de incapacidade pessoal mais estáveis do que instáveis e mais gerais do que específicos.

2.1.4.2 A previsibilidade

Os danos ambientais tendem a interromper um comportamento em curso ou a interferir em seu desenvolvimento. Assim, os danos cuja aparição é imprevisível, tornam mais difícil a concentração em certas tarefas. Por exemplo, Poulton (1977, 1978) sustenta que é fundamentalmente a distração causada pelo barulho a responsável pelos seus efeitos na realização de certas tarefas. Da mesma maneira, situações não familiares ou altamente ambíguas e, por isso, difíceis de interpretar, podem ser estressantes. Se o indivíduo não pode discernir o significado ou a função de um objeto ou situação, o resultado será uma certa confusão e manifestações de estresse (Gibson, 1979).

A previsibilidade pode também ser analisada em termos de controle: acontecimentos aversivos não previsíveis são mais difíceis de controlar e impedem o indivíduo de se

preparar para lhes fazer face. A inadequação da preparação como causa de estresse foi posta em evidência por Mechanic (1962, 1978). A habilidade em dominar situações difíceis depende fortemente da preparação do indivíduo para resolver o problema que tem a frente. Estimulações imprevisíveis são também mais aversivas na medida em que o indivíduo dispõe ou não de alguma informação sobre a sua duração e sua frequência, enquanto que, em face de uma estimulação previsível, ele pode interromper a sua atividade, sabendo quando poderá ulteriormente retomá-la (Seligman, 1975). A interrupção de comportamentos em curso constitui um estresse em si. Efetivamente, na medida em que os indivíduos preveem as suas atividades antes de as executar, a interrupção de atividades previstas e planificadas pode ter efeitos de desorganização cognitiva e de hiperativação emocional, principalmente quando o indivíduo tenta perseverar em sua atividade.

Em seu conjunto, o modelo de restrição ambiental está essencialmente centrado na intervenção de mecanismos cognitivos por intermédio do conceito de controle. A possibilidade de antecipar a aparição de uma estimulação, isto é, a natureza previsível ou imprevisível de um estímulo, não parecerá ser senão um caso particular que produz uma modificação do nível de controle.

2.2. – Abordagens interacionais e transacionais

2.2.1 Abordagens em termos de estresse

As abordagens numa perspectiva interacional e/ou transacional enfatizam o equilíbrio dinâmico que se estabelece entre as exigências ambientais e a capacidade do organismo humano de enfrentar esses requisitos. A relação indivíduo-ambiente é tida como um sistema que tende à congruência ou ajustamento entre o indivíduo e o seu ambiente. Existe estresse, quando este equilíbrio dinâmico é rompido, isto é, o estresse será resultado de uma incongruência entre o indivíduo e o ambiente (Caplan, 1983; Michelson, 1970; Stokols, 1979). Estas abordagens põem ênfase na interpretação que o indivíduo faz das situações ambientais e na avaliação que ele faz das suas próprias capacidades de lhes fazer face.

Os modelos interacionais e sistêmicos constituem uma tentativa de explicação geral da relação indivíduo-ambiente, ressaltando, em especial, os aspetos cognitivos. Na medida em que eles tomam explicitamente em consideração a percepção e a avaliação das condições ambientais feitas pelo indivíduo, a reação deste é modulada pelos fatores individuais. Na verdade, desde que se faça referência à relação entre o indivíduo e seu ambiente, a modulação cognitiva dos efeitos das condições ambientais desempenha um papel importante. Para tentar compreender e prever as reações do indivíduo às diversas condições ambientais, parece necessário ter em conta o conjunto de fatores psicológicos mediadores que influenciam essas reações. É no quadro de um conceito transacional da reação do indivíduo exposto a estimulações ambientais em meio urbano que a influência dos fatores mediadores pode ser mais utilmente analisada. Uma análise dessa natureza permite propor uma definição alargada do estresse, levando em conta particularidades das reações imediatas e diferidas do indivíduo às variadas condições urbanas, especialmente no que se refere aos diferentes aspetos do controle, permitindo pôr em evidência os mecanismos que entram em jogo no indivíduo diante de uma situação estressante.

2.2.1.1 Abordagem interacional

Essa abordagem considera que o estresse é um processo relacional e não pode ser reduzido ao seu componente ambiental nem ao seu componente individual. O estresse é o resultado de uma relação dinâmica entre o indivíduo e as exigências do ambiente, os recursos individuais e sociais para responder a tais requisitos e a percepção que o indivíduo tem dessa relação. É um processo com o qual acontecimentos que ameaçam o bem-estar de um organismo, provocam respostas variadas, entre outros comportamentos de ajustamento perante uma ameaça. A reação provocada é uma resposta caracterizada das mudanças fisiológicas, mediante mudanças emocionais, e dos comportamentos dirigidos à redução do estresse. Estes processos envolvem todo o conjunto da situação, nela compreendidos a ameaça, a percepção da ameaça, os processos de ajustamento (coping) e a adaptação daí resultante (Fisher, Bell e Baum, 1984). Este quadro teórico leva-nos a definir o estresse da maneira seguinte: o estresse é o resultado da percepção individual da situação e da reação ao ambiente que a integra (Baum, Singer e Baum, 1982). As condições físicas do ambiente têm uma influência tanto no estresse que o sujeito sente, como na maneira de enfrentá-lo. Certos ambientes são mais suscetíveis de mobilizar os recursos adaptativos do indivíduo. Por isso é necessário analisar as condições que favorecem ou inibem o uso de tais recursos (Kaplan, 1983).

Lazarus (1966), Lazarus e Launier (1978) e McGrath (1970), por sua parte, definem o estresse como um processo que surge, quando as exigências ambientais excedem as capacidades de resposta do organismo. A perspectiva relacional implica que, para que haja estresse, o indivíduo deve avaliar as exigências ambientais, isto é, constatar que os estímulos ambientais excedem a sua capacidade de lhes fazer face. Trata-se portanto de um desequilíbrio entre as condições ambientais e os projetos do indivíduo, incluída a incapacidade dele de fazer face a esses desequilíbrios (French, Rodgers e Cobb, 1974; Lazarus e Cohen, 1977; Stokols, 1979; Baum, Singer e Baum, 1982; Kaplan, 1982; Evans, 1982).

Lazarus (1966) distingue três processos de percepção de uma situação potencialmente estressante: interpretação e codificação do elemento estressante, respostas possíveis à percepção da questão e avaliação das consequências da resposta do indivíduo.

A avaliação primária caracteriza a apreciação dos elementos estressantes. Esses elementos são avaliados em relação a sua ameaça potencial e nocividade, ao dano já ocasionado ou à ameaça que o sujeito pode enfrentar. A avaliação primária depende, portanto, de variáveis situacionais e individuais. Os fatores individuais dizem respeito à confiança na auto eficácia ou no domínio possível, e à centralidade das necessidades ou dos objetivos ameaçados pelo elemento estressante. As variáveis situacionais concernem à iminência da nocividade, à amplitude do estressor, sua ambiguidade, sua duração e sua eventual controlabilidade.

Se o indivíduo faz uma avaliação do elemento estressante, da sua nocividade e da ameaça que representa, entram em jogo processos de avaliação secundários: o sujeito avalia então os seus próprios recursos para enfrentar a situação, assim como as consequências do seu uso. Os diversos processos postos em jogo são tanto centrados na solução do problema, como de ordem emocional. As estratégias centradas no problema implicam modificações da situação com o objetivo de reduzir o impacto do estímulo aversivo, enquanto as estratégias emocionais têm um impacto nas respostas individuais à situação aversiva. Cada um destes estilos de fazer face pode se revestir de diferentes formas tais como a busca de informações, a ação, ou as atividades paliativas (Lazarus, 1966, Lazarus e Launier, 1978).

Esta análise tem três consequências: (1) A percepção que o indivíduo tem, das exigências do ambiente e dos seus próprios recursos para lhes fazer face, é a variável crítica que determina a natureza da resposta, (2) As situações estressantes não são uniformemente nocivas (ou aversivas) e (3) Os elementos estressantes têm um impacto muito mais diferenciado sobre o indivíduo.

Welford (1973) põe a demanda, isto é, as condições ambientais, em relação com a maneira como o sujeito vai encarar a situação. Segundo este autor uma curva em “U” invertida reata a eficácia da resposta do sujeito à demanda, determinada, por sua vez, pelo nível da estimulação numa escala que vai do tolerável ao intolerável pelo indivíduo. Não é senão a um nível ótimo de estimulação que o sujeito é capaz de fornecer uma eficiência máxima. Confrontado com uma demanda elevada, o indivíduo percebe que não tem a possibilidade de lhe fazer face. O aumento da demanda ambiental produz então um desequilíbrio entre a exigência e a capacidade de o indivíduo lhe corresponder. É a relação entre o nível da estimulação e a capacidade de resposta do indivíduo que determina a aparição ou não de um fenómeno de estresse.

McGrath (1974) analisou a maneira como o ambiente impõe ao indivíduo um certo número de exigências ou de demandas que não se tornam estressantes a não ser que ele seja incapaz de resposta. Implicitamente este modelo sugere que o indivíduo percebe as suas próprias capacidades e seja capaz de avalia-las, quer antes, quer durante a exposição à situação nociva. McGrath distingue quatro etapas: 1) a demanda imposta pelo ambiente; 2) a percepção e avaliação pelo organismo do estímulo, avaliação que traz consigo exigências subjetivas; 3) a resposta fisiológica e/ou psicológica do organismo à demanda; 4) a consequência ou o resultado da resposta do indivíduo. O indivíduo pode influenciar o desenvolvimento de cada uma das etapas. O estresse é tido como a relação entre o organismo e o ambiente em cada um destes estágios ao longo do processo.

2.2.1.2 As abordagens transacionais

Essas abordagens consideram o estresse como uma transação particular entre o indivíduo e o seu ambiente, no sentido de que ele é o resultado de uma interação entre variações situacionais e a vulnerabilidade individual (Forsman, 1983; Magnuson, 1982).

Segundo Cox (1978), existe estresse quando há desequilíbrio entre a percepção das exigências e a percepção da capacidade de fazer face a essas exigências. O estado de equilíbrio ou do desequilíbrio não se dá entre as exigências e as capacidades

objetivas, mas entre a percepção desses dois elementos. O que importa aqui é a avaliação cognitiva da situação potencialmente estressante e a estimativa que o indivíduo pode ter das suas possibilidades de enfrentá-la. O estado de desequilíbrio é acompanhado por uma experiência subjetiva de estresse. A resposta consiste na maneira de fazer face ao estresse.

O estresse pode ser definido em termos de controle pessoal (Fisher, 1986): ele corresponde a uma situação em que condições internas e externas desagradáveis não podem ser modificadas pelo indivíduo. É especialmente o caso quando a demanda excede as suas capacidades. O custo do comportamento de controle representa, desse modo, um fator de estresse adicional. Se o desequilíbrio é apenas leve, qualquer indivíduo pode tomar a decisão de fazer um esforço para restabelecer o equilíbrio, na medida em que entende que a reversibilidade da situação é possível. Se, pelo contrário, ele se encontra em face de um estado de desequilíbrio considerável, a correção ou o restabelecimento do estado de equilíbrio seria demasiado custoso. Além do mais, o custo da ação ou do comportamento do indivíduo há de ser comparado com o custo da inação. Seja como for, os indivíduos que se sentem fortemente ameaçados, subestimam as suas possibilidades de controle e tendem, por isso, a não se aventurarem a comportamentos de controle. Além disso, a percepção que eles têm da sua competência de fazer face, é um fator importante que pode explicar as diferenças interindividuais de reação potencial a uma situação determinada.

Se considerar o controle como fator determinante do nível de estresse, daí resultará um certo número de proposições: 1) O indivíduo tem de estar consciente dos benefícios que pode trazer um controle instrumental, encontrando-se ele, por conseguinte, perante a escolha de se lançar ou não a uma tal tentativa de controle. 2) Os benefícios que traz o controle devem ser mais importantes que aqueles que resultam da possibilidade que o indivíduo tem de prever a aparição da estimulação em questão. 3) A percepção do controle deve ter efeitos iguais mas não mais importantes do que aqueles que tem o controle objetivo. Em outros termos, se uma pessoa tem o controle sem o saber, os efeitos são os mesmos que haveria, se não houvesse controle, e 4) Os indivíduos devem ser capazes de avaliar a sua possibilidade de controle, senão os benefícios serão equivalentes aos devidos à intervenção por acaso (Fisher, 1986).

O dar importância à percepção do controle sobre condições ambientais indesejáveis ou inadequadas permite definir o estresse como uma modificação do equilíbrio homeostático que resulta da percepção de uma perda de controle temporário ou permanente. Esta definição aplica-se tanto às consequências da exposição a condições ambientais nocivas, como às de circunstâncias em que o indivíduo toma consciência da sua incapacidade de fazer face.

Os modelos que fazem apelo à congruência são modelos psicológicos baseados na noção da homeostase, ou tendência natural do organismo para restabelecer o equilíbrio, sendo o estresse considerado uma resposta a condições ambientais que exercem pressões sobre o desequilíbrio do sistema. Zimring (1982) aplica o conceito de incongruência como fonte de estresse a quadros arquiteturais mal planejados ou mal projetados. Tais conjuntos arquiteturais seriam geradores de estresse, na medida em que interferem nos projetos ou objetivos pessoais dos indivíduos, ou limitam as

estratégias de adaptação disponíveis para reduzir a incongruência, especialmente não permitindo uma organização adequada entre espaços privados e espaços públicos.

2.2.2 Interação com o ambiente e o estresse

O estresse pode ser considerado como resultado de uma interação com o ambiente no caso da exposição do indivíduo a uma estimulação perturbadora. A definição do estresse é demasiado restritiva, se apenas se levar em conta a impossibilidade de fazer face. É preciso de fato incluir dois casos: (1) o caso em que as estratégias de adaptação são eficazes a curto prazo, mas requerem um esforço de adaptação mais ou menos custoso a longo prazo (desemprego aprendido, degradação da saúde do indivíduo), e (2) o caso em que não pode haver esforço de adaptação em razão da combinação de reações automáticas cujos custos para o indivíduo não são conhecidos a priori. Quando alguns indivíduos têm necessidade de controlar a situação e outros não, o estresse não se pode reduzir à impossibilidade de enfrentar uma situação embaraçosa. A definição a seguir resume estes diferentes pontos.

O estresse é o conjunto de processos usados para intermediar a excitação neurovegetativa que uma estimulação ambiental produz, seja sob forma de reações mediatizadas por processos cognitivos, qualquer que seja a sua eficácia, seja sob forma de reações automáticas desorganizadas, quando uma estimulação demasiado intensa impede a elaboração cognitiva. Assim, toda a estimulação ambiental demasiado intensa para provocar no indivíduo processos de regulação, constitui um estresse. Esta concepção permite propor um modelo dos efeitos das condições aversivas, dando conta do conjunto dos mecanismos comportamentais que se podem observar. Para explicar a variedade dos efeitos comportamentais, é necessário fazer uma distinção entre as estimulações ambientais (1) que produzem uma excitação fisiológica elevada e trazem por isso, consigo, uma resposta automática e (2) as que constituem o objeto de uma elaboração cognitiva, com o fim de fazer face à situação. O controle supõe a intervenção de mecanismos cognitivos, só possível se a excitação não é excessivamente elevada. O controle constitui assim uma regulação cognitiva da excitação neurovegetativa.

Os indivíduos podem ser confrontados em níveis de estimulação muito diferentes que, segundo a sua intensidade, provocam ou não a intervenção de processos cognitivos de elaboração. A Figura 1 dá uma ideia da complexidade dos fatos, pondo em relação a probabilidade de intervenção de processos cognitivos e a intensidade da estimulação ambiental.

As estimulações ambientais produzem uma ativação neurovegetativa. Segundo a intensidade desta excitação, dois casos se podem apresentar: (1) uma reação automática às condições ambientais, ou (2), a intervenção de processos cognitivos de elaboração e de adaptação à situação.

(1) Se a ativação produzida pelo estímulo é demasiado fraca para ser percebida pelo indivíduo, então é inútil uma elaboração cognitiva da situação. Pelo contrário, se a ativação é demasiado elevada, ela impede a intervenção de atividades cognitivas. No

caso de uma excitação fraca ou insignificante, aquilo que se observa são reações automáticas adaptativas. São reações psicomotoras de que o indivíduo, o mais das vezes, não tem consciência. Pode-se desse modo constatar uma diminuição da atenção, uma redução dos contatos oculares e da distância interpessoal, assim como uma ativação psicomotora que se pode traduzir, por exemplo, no fato de os cidadãos andarem mais depressa que os habitantes das pequenas cidades e de serem menos atentos ao seu ambiente imediato.

No caso de uma ativação neurovegetativa demasiado intensa, o que se observa são reações automáticas desorganizadas. São comportamentos cuja relação de causa e efeito escapa ao indivíduo: manifestações de cólera ou de agressividade, expressões de viva emoção relativas a uma situação determinada, etc. Trata-se então tanto de expressões emotivas como de comportamentos-tipos que foram objeto de aprendizagens anteriores, atualizados por um processo de generalização sem discriminação e, por isso, inadaptados à situação.

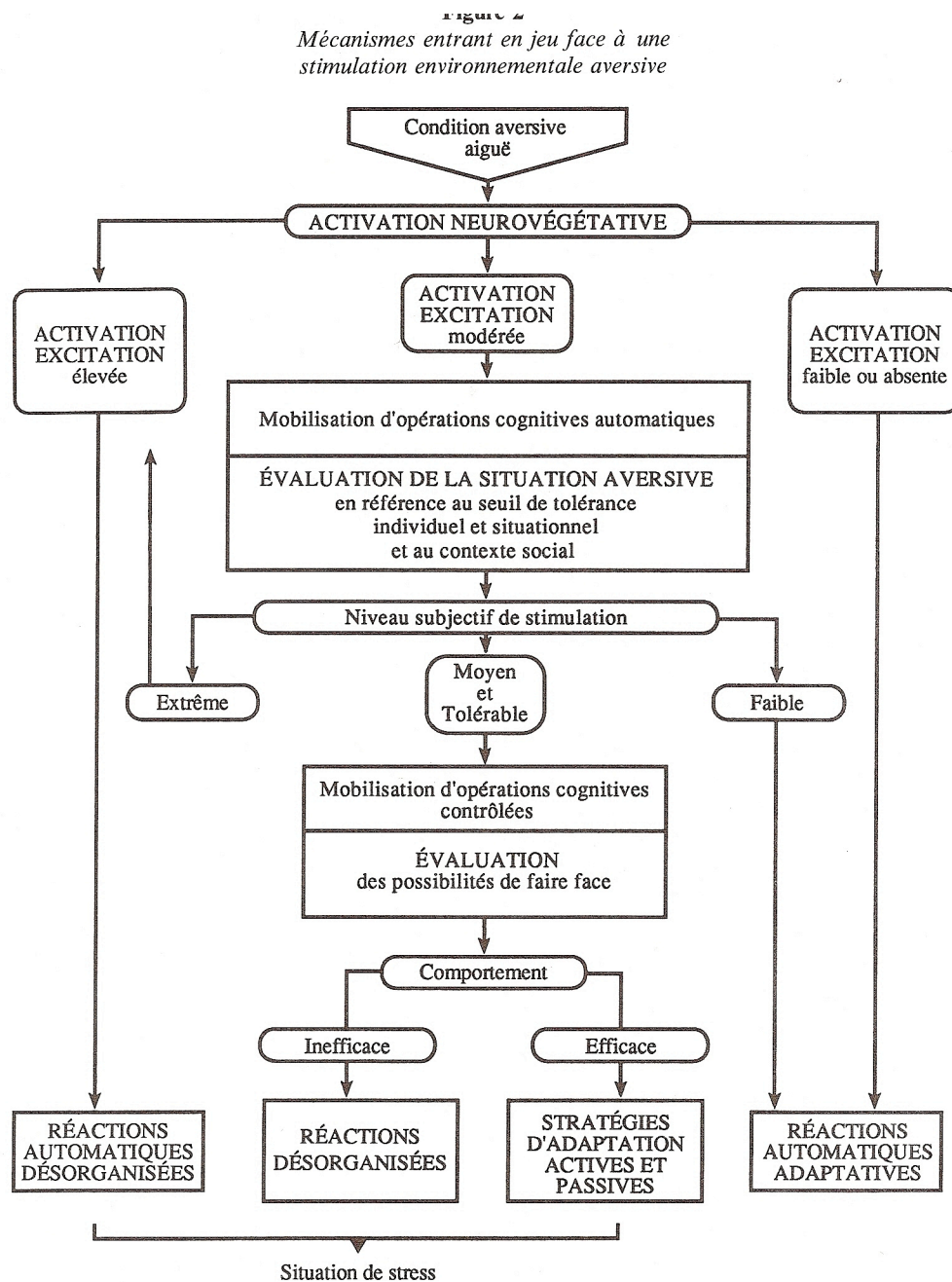
(2) Se a ativação produzida pelo estímulo é mediana, ela permite a intervenção de operações cognitivas automáticas, sob a forma de percepção, de identificação e de avaliação da situação aversiva. Essa avaliação efetua-se pela referência a uma norma que representa uma sensibilidade, individual, social e culturalmente construída, e que difere segundo a situação. A este nível, eventuais mecanismos de atribuição contribuem para a avaliação da situação. O conjunto de tais operações leva à percepção de um nível subjetivo de estimulação. O indivíduo considera então o nível de estimulação a que está exposto nessa situação como sendo de intensidade fraca, portanto insignificante, média ou bem forte. Esta avaliação vai determinar, por sua vez, a intervenção de processos cognitivos como segue:

- um nível de estimulação demasiado fraco não faz intervir no indivíduo tentativas de reagir, não sendo elas necessárias. Contudo, poderão então intervir adaptações automáticas semelhantes às anteriormente descritas. Assim, por exemplo, as condições ambientais poderão provocar uma restrição do campo da atenção sem que o indivíduo tenha consciência disso necessariamente. Trata-se aí provavelmente de comportamentos automáticos de proteção por um retraimento sobre si.
- um nível de estimulação julgado extremo provoca uma redução da capacidade de reagir e impede o indivíduo de lançar-se em tentativas de dominar a situação, em razão da excitação adicional que representa para ele o fato de ser confrontado com uma forte estimulação altamente aversiva. Essa ativação adicional provoca então reações automáticas desorganizadas.

Exposto a pressões ambientais demasiado fortes, o indivíduo desenvolve um sentimento de perda de controle que provoca um comportamento de reactância a fim de recuperar o controle. Se o esforço não for coroado de sucesso, é provável que isso represente uma excitação neurovegetativa suplementar que provocará então quer reações comportamentais desorganizadas, quer um sentimento de impotência. Desse modo, mais além do limiar onde se assiste a uma elaboração cognitiva da situação, o comportamento muda de natureza, transformando-se numa reação emotiva e automática. Esse limiar varia provavelmente conforme os comportamentos, os indivíduos, bem como os mecanismos empregados. Mas ele é também e sobretudo dependente da situação ambiental global. Em outras palavras, é de imaginar que as

reações a um estímulo particular não sejam da mesma natureza que o contexto da sua emergência.

Figura 2.1: Mecanismos que entram em jogo em face de uma estimulação ambiental



As operações que nós descrevemos como intervenientes no caso de uma excitação neurovegetativa moderada, correspondem àquilo que Lazarus (1966) chama “avaliação primária”. Entretanto, contrariamente às concepções de Lazarus, nós estimamos que essa avaliação primária só intervém, quando o estímulo aversivo se

situa no interior de certos limiares, limiares que variam segundo as condições gerais em que se inserem as estimulações agudas.

Consequentemente, é só quando de uma excitação neurovegetativa, relativamente moderada, e de um nível subjetivo de uma estimulação tida como situada dentro dos limites do tolerável, que o indivíduo pode mobilizar atividades cognitivas que lhe permitem avaliar as possibilidades de encarar a situação. Ele pode então aventurar-se a comportamentos que são igualmente estratégias de adaptação à situação estressante. Esses comportamentos são necessariamente mais complexos que as reações automáticas. Representam tanto estratégias ativas (ações relativas à origem do desconforto, comportamentos de proteção ou mesmo de agressão instrumental), como estratégias passivas que se traduzem, por exemplo, na recusa de entrar em interação com outrem, num retrair-se em si mesmo e na salvaguarda da intimidade.

Se as tentativas de comportamento adaptativo se mostram ineficazes, as reações comportamentais tendem a tornar-se desorganizadas, isto é, inadaptadas à situação, não permitindo fazer-lhe face. De fato, o estresse resultante de um esforço de adaptação ineficaz aumenta a excitação neurovegetativa, o que provoca reciprocamente comportamentos automáticos desorganizados. Do mesmo modo, a reactância segue a um esforço de controle ineficaz e gera a confusão e um sentimento de desamparo aprendido no caso em que o indivíduo não pode fazer face às condições ambientais.

2.3. – O controle como conceito explicativo das relações com o ambiente

O conceito de controle pode ser definido como percepção de contingências entre o comportamento e o seu resultado. Se o indivíduo julga que o seu comportamento permite atingir o objetivo pretendido, ele vê a situação como controlável. Deste modo, uma situação controlável é uma situação ameaçadora, mas que pode ser evitada graças a uma resposta instrumental apropriada, mesmo quando o indivíduo não pode nem fugir nem evitar uma situação que ele entende incontrolável.

Todo o ser humano é confrontado com a necessidade de ser eficaz e, portanto, de controlar o seu ambiente (White, 1959; Averill, 1973). O fato de não poder controlar o seu ambiente tem consequências negativas tais como déficits cognitivos e menor motivação para se comportar de uma maneira instrumental (Seligman, 1975). A possibilidade efetiva de poder controlar uma situação estressante ou a sensação de ter condições de o fazer, reduz as consequências negativas.

A percepção do controle desempenha assim um papel determinante nos comportamentos perante uma estimulação estressante. Com efeito, as variáveis intermediárias mais utilizadas como mediadores cognitivos entre as condições ambientais e seus efeitos são o controle e a percepção do controle (Glass e Singer, 1972; Averill, 1973). A noção de controle tem sido utilizada como mecanismo principal para explicar os efeitos aversivos de condições ambientais. As pesquisas sobre o barulho e sobre a densidade têm mostrado que, quando esses estresses são imprevisíveis, produzem mais efeitos negativos sobre o indivíduo. Além disso, a existência de um controle efetivo ou percebido sobre condições ambientais reduz significativamente o seu impacto aversivo (Glass e Singer, 1972; Cohen, 1980; Cohen

e outros, 1986). Enfim, o “desamparo aprendido” é atribuível à exposição crônica a estimulações ambientais incontroláveis.

De uma maneira geral, quanto mais o indivíduo julga que pode controlar o seu ambiente, mais seus comportamentos adaptativos são eficazes. Face a uma fonte de estresse, o controle pode fundamentalmente ter por objeto estes dois aspectos:

- (1) Pode exercer-se sobre a própria fonte com ações quer contra a fonte, quer contra a (ou as) pessoa(s) responsável(veis) pela emissão do estímulo (fechar a janela para não escutar o barulho ou dizer à pessoa que ocasiona o barulho para fazer o favor de parar com ele).
- (2) O controle pode também consistir em reduzir os efeitos da condição aversiva por intermédio do ajustamento do seu próprio comportamento à situação, ou pela ilusão de poder fazer face a essa condição. Desse modo, o controle pode exercer-se quer sobre os comportamentos possíveis, quer sobre as condições em que o indivíduo se engaja em um comportamento. Em todo caso, é a percepção que o indivíduo tem do controle que pode exercer, que determina a sua reação às condições ambientais.

O controle sobre o ambiente se expressa segundo modalidades variadas. Averill (1973) propõe três tipos de controles: (1) o controle direto, pelo qual o comportamento do indivíduo é capaz de mudar as condições do ambiente (interromper um barulho incômodo); (2) o controle cognitivo pela apreciação da situação e avaliação do estresse (decidir que passear debaixo de chuva não é danoso); e (3) o controle da decisão, quando existe uma escolha entre diversas opções possíveis (escolha de habitação, por exemplo).

Perrez & Reicherts (1988) analisam a previsibilidade de certos tipos de comportamento, tomando em consideração a influência dos parâmetros situacionais, tais como são percebidos pelo indivíduo. Os postulados de base são que a percepção da controlabilidade e da modificabilidade, bem como a valência da situação estressante são condições antecedentes do comportamento de “fazer face” (Norman, 1979). A controlabilidade é definida como probabilidade subjetiva de que a situação seja modificável mediante a melhor reação possível ao indivíduo. A modificabilidade é definida como probabilidade subjetiva de que uma situação vá mudar pela sua dinâmica própria. Três hipóteses teóricas descrevem as relações entre estes parâmetros:

- (1) Quanto mais uma situação for percebida como controlável em relação à capacidade de mudar, independentemente da influência do indivíduo, e quanto mais elevada for a sua valência, tanto mais o indivíduo tenderá a procurar influenciá-la ativamente e, por conseguinte, a apresentar um comportamento de resposta.
- (2) Se a controlabilidade de uma situação for tão importante quanto a sua modificabilidade, e a probabilidade de um resultado positivo for fraca, a tendência mais forte no indivíduo será ficar passivo (hesitação ou resignação).
- (3) Quanto mais fraca for a possibilidade de um resultado positivo para o indivíduo, a tendência maior será a de evitar ou fugir. Quanto mais negativa for a

valência da situação para uma controlabilidade fraca ou média, mais forte será a probabilidade de que o indivíduo se desobrigue da situação em questão.

Este modelo fica incompleto na medida em que não encara alternativa nenhuma ao comportamento destinado a fazer face à situação, afora a fuga ou a passividade. Ora outros comportamentos são possíveis face a uma situação que se revela incontrolável e cuja modificabilidade é fraca: a persistência num comportamento inadaptado à situação, portanto, sem perspectiva. É particularmente o que nós pudemos constatar diante de um telefone avariado e que não respondia aos desejos do sujeito (Moser, 1984b; Moser & Lévy-Leboyer, 1985). Face a uma situação ambiental que interfere com as intenções comportamentais do indivíduo, três tipos de controle podem ser usados: o controle comportamental, o controle cognitivo e o controle decisório.

Se o comportamento do indivíduo é suscetível de mudar as condições do ambiente (parar com um barulho incômodo), trata-se de um controle instrumental.

O controle cognitivo consiste em avaliar a situação e reconsiderar o próprio comportamento perante essa situação (por exemplo, considerar que passear debaixo de chuva não é nocivo).

O controle decisório consiste em escolher entre diversas opções possíveis (escolha de um apartamento, por exemplo).

As condições de escolha de um comportamento de controle são: a controlabilidade, a saber, a probabilidade de que a situação seja modificável por meio da melhor reação possível do indivíduo (cognitiva, instrumental ou de decisão); a modificabilidade, isto é, a percepção da probabilidade de que uma situação vá mudar por sua própria dinâmica; e a valência da situação, a saber, a importância que se reveste para o indivíduo a situação em questão. Pode-se esquematizar a inter-relação dos três aspetos da maneira seguinte:

(1) – valência da situação elevada:

controlabilidade > modificabilidade espontânea => comportamento de controle
controlabilidade = ou < modificabilidade (probabilidade de sucessos do controle fraco) => ausência de comportamento de controle

(2) – valência da situação fraca:

controlabilidade > = ou < modificabilidade => ausência de comportamento de controle

As análises relativas ao controle parecem muito operacionais para explicar todo o conjunto de comportamentos, representando, portanto, um instrumento de análise privilegiado.

A maneira como os indivíduos se adaptam à exposição crônica as condições ambientais, depende da maneira como os seus efeitos eventuais são percebidos. Se o indivíduo percebe os efeitos e seus custos como modificáveis, ele estará mais inclinado a buscar estratégias instrumentais para lhes fazer face (Evans e colaboradores, 1982; Campbell, 1983). O controle tem também influência na percepção da gravidade de uma estimulação e no valor previsível das medidas objetivas e subjetivas destinadas a fazer face. Singer (1988) nota que os efeitos

consecutivos à exposição ao barulho, tais como a concentração, a motivação e a resistência à frustração são modulados pela percepção do controle sobre a fonte. Esta elaboração cognitiva opera-se especialmente nas tomadas de decisão: o controle diz então respeito à incerteza. Os indivíduos evitam adotar um comportamento arriscado, se encontram diante de uma situação suscetível de lhes ocasionar um ganho; pelo contrário, buscam o risco quando a probabilidade de perder é grande. Evans (1988) observa que as crianças expostas de uma maneira crônica ao barulho, têm a tendência a não tentar controlar a situação e a deixar isso à decisão dos outros.

Parece, portanto, evidente que, quando o indivíduo tem o sentimento de poder controlar a situação, o impacto da estimulação ambiental é menos forte.

2.3.1 Divisão de controle e territórios

Se a noção de controle tem sido essencialmente estudada em relação à exposição a danos ou coerções ambientais, não se deve esquecer que o controle se reveste de uma importância capital no conjunto das relações do indivíduo com o ambiente.

A referência aos níveis em que a psicologia ambiental costuma cumprir a sua função, permite pôr em evidência as condições nas quais o indivíduo pode exercer o controle em função da sua partilha. Com efeito, as possibilidades de controle são diferenciadas em função da partilha social da autoridade sobre os territórios em questão (cf. Figura).

Figura 2.2: Níveis de análise e tipo de controle

Microambientes <i>Espaços privados e semiprivados</i> indivíduo(s) / família	==>	controle amplo (não partilhado)
ambientes de proximidade <i>Espaços públicos de proximidade</i> comunidade de vizinhança	==>	controle partilhado baseado no consenso
ambientes públicos <i>Espaços públicos</i> agregados de indivíduos	==>	controle delegado instâncias de controle
ambiente global <i>Planeta Terra</i> população mundial	==>	ausência de controle individual controle institucional

O controle sobre a habitação é amplo, não é partilhado senão com os membros da família ou com as pessoas que habitam sob o mesmo teto. Ao nível dos ambientes de proximidade, tais como a vizinhança e o bairro, o controle e a autoridade são partilhados com as pessoas que frequentam regularmente o mesmo espaço. O controle baseia-se então num consenso de valores e exigências relativos ao ambiente em questão. A impossibilidade de referir-se a um consenso nessa matéria provoca no indivíduo o retrair-se em si e o fato de não se sentir ou de já não se sentir mais interessado.

A heterogeneidade da frequência dos espaços públicos e o sentimento concomitante de não pertencimento, necessitam do recurso a uma delegação de

controle sob a forma de vigilância e/ou de polícia municipal. O controle é então necessariamente delegada à entidade.

É evidentemente ao nível global, onde é exigido ao indivíduo que aja em favor do ambiente, que a ausência de controle no sentido da percepção de contingências entre o comportamento e seu resultado, é um grande obstáculo.

2.4. – As abordagens sistêmicas

Para Graumann, as relações do indivíduo com o seu ambiente funcionam como um sistema. O ambiente contém em si os valores sociais e culturais daqueles que nele vivem. Ele é portador de significados, de identidade, e permite situar o indivíduo social, cultural e economicamente. Para compreender a relação indivíduo-ambiente, é, desde logo, importante saber em qual(is) sistema(s) ideológico(s) se situa o indivíduo que percebe e age. O recurso às representações sociais revela-se assim extremamente útil na análise das relações indivíduo-ambiente.

O interesse pelas abordagens ecológicas tem a sua origem nos escritos de Kurt Lewin que enfatizou o fato de que, para compreender o comportamento dos indivíduos, é necessário, em primeiro lugar, interessar-se pelas oportunidades e pressões geradas pelo ambiente em cujo seio os comportamentos em questão podem ter lugar. O comportamento resultaria de duas forças ativas: uma força interna, a própria pessoa, e uma força externa, o ambiente que exerce um efeito sobre o comportamento mediante as percepções de que ele é objeto (Lewin, 1936, em Stokols & Jakobi, 1982). Esta abordagem da relação ambiente/comportamento em termos de interdependência entre os elementos vivos e não vivos constitui a base da psicologia ecológica, que “é o estudo das relações interdependentes entre as ações instrumentais de indivíduos e os sítios comportamentais nos quais essas ações têm lugar” (Wicker, 1979). São essencialmente três os autores cujos desenvolvimentos são designados pelo termo de “psicologia ecológica” e que têm influenciado fortemente a psicologia ambiental: Barker, Gibson e Bronfenbrenner.

2.4.1 A contribuição das representações sociais

Sejam quais forem os fenômenos estudados, a contribuição das *representações sociais* para a psicologia ambiental é fundamental. O ambiente fornece, antes de tudo, sentido e identidade, situando o indivíduo social, econômica e culturalmente (Moser & Uzzell, 2003). Os lugares têm um passado que contribui para a sua interpretação atual, e um futuro que é suscetível de nos guiar em nossas ações por meio das nossas representações antecipatórias. Uma psicologia ambiental do fenômeno urbano não pode dispensar as representações sociais. O ambiente é tanto um lugar de vida como um objeto dessas representações sociais.

Os comportamentos e práticas que dizem respeito ao ambiente inserem-se num conjunto de sistemas cognitivos complexos que constitui a trama de fundo do pensamento social. O pensamento social faz referência, por um lado, ao conjunto dos saberes comuns que se transmitem por meio das relações sociais e, por outro, aos processos sociocognitivos que servem de base à construção de tais saberes. Ideologias, representações sociais, atitudes e opiniões se transmitem no íntimo de

uma realidade social que permite a sua elaboração e a sua evolução. O pensamento social constitui assim um sistema complexo que permite, não somente compreender o mundo, mas também dominá-lo e agir sobre ele.

As ideologias são elementos de conhecimentos partilhados; justificam as tomadas de posição, tornando ao mesmo tempo possíveis e compatíveis agregados de crenças, de atitudes e de representações numa sociedade determinada (Rouquette, 1998). As representações sociais, essas são modalidades de conhecimentos (elementos informativos, cognitivos, normativos; crenças; opiniões) veiculadas pela sociedade e partilhadas por um grupo social. Trata-se de uma construção social da realidade que tem por objetivo torná-la significativa (Abric, 2001a); ela corresponde à maneira como um grupo representa mentalmente um objeto definido. São diversas as funções atribuídas às representações sociais, entre elas a gestão das relações sociais (Moscovici, 1961), a interpretação e o controle do ambiente (Jodelet, 1997) e a justificativa das tomadas de posição e dos comportamentos (Abric, 2001a; Doise, 1997). No quadro do pensamento social, as representações sociais coordenam as atitudes que expressam uma posição específica do indivíduo, mediante sua avaliação positiva ou negativa de um determinado objeto (Doise, 1997). A consistência entre a atitude e o comportamento depende da representação do objeto estudado. Estes elementos de pensamento social remetem sistematicamente ao vínculo entre o conhecimento e os comportamentos. Nesse quadro, Rouquette (1998) evoca uma cadeia arquitetural hierarquizada que coloca no topo as ideologias e, na base, os comportamentos. As ideologias são a instância de princípios das representações sociais que aparecem como a instância de princípios das atitudes e das opiniões, elas próprias instância de princípios dos comportamentos. Esta arquitetura faz a ligação entre o modo de pensar coletivo e o pensamento individual: quanto mais as pessoas se aproximam da base da cadeia, tanto mais a variabilidade entre elas se acentua e mais instáveis se tornam os elementos.

Alguns estudos demonstram, contudo, que não são sempre os elementos cognitivos que guiam os comportamentos. No quadro das representações sociais, diversos autores (Abric, 2001b; Flament, 1987; Guimelli, 1998) mostraram que práticas e representações sociais se influenciam mutuamente. A natureza dos seus vínculos é determinada parcialmente pelas características da situação, isto é, em parte pela autonomia do ator e, em parte, pela carga afetiva da situação. As representações sociais determinam os comportamentos, quando a carga afetiva é forte ou quando o indivíduo dispõe de uma certa autonomia (Abric, 2001b). No caso contrário, quando o indivíduo se encontra numa situação de forte pressão material ou social, práticas e representações entram em interação. Se novas práticas parecem contradizer o sistema de valores dos indivíduos e, portanto, as suas representações, os indivíduos serão levados a julgar da reversibilidade da situação, a fim de adaptarem os seus comportamentos. Neste caso, são as práticas que determinarão as representações (Flament, 2001).

2.4.2 O modelo ecológico

O modelo ecológico tem sido aplicado, em primeiro lugar, ao comportamento espacial (Patterson, 1976). Os indivíduos regulam a sua intimidade interpessoal graças a um certo número de comportamentos ditos proxêmicos. Eles são capazes de tolerar

distâncias interpessoais fracas, desde que elas não sejam acompanhadas de contatos oculares, comportamentos compensatórios que permitem ao indivíduo manter uma certa intimidade. De uma maneira geral, as necessidades de privacidade dos indivíduos contribuem para regular os seus comportamentos de proxemia.

Nesta perspectiva, a hiperdensidade pode ser definida como a não-satisfação de uma necessidade de privacidade, sendo o nível efetivo da privacidade menos elevado que o desejado. Neste contexto, os comportamentos de proxemia, como qualquer outro comportamento espacial, podem ser considerados como modos de controle das fronteiras que ajudam o indivíduo a manter ou a modificar o grau de privacidade desejado. Se o grau de privacidade real e o grau de privacidade desejado forem compatíveis, o indivíduo está satisfeito; caso contrário, resultam daí tensões e uma tendência a reequilibrar o sistema (Altman, 1975). A disponibilidade dos recursos adaptativos, como os que são previstos pelo modelo ecológico, é suscetível de limitar as nossas escolhas e de restringir a nossa capacidade de exercer um controle, portanto, de representar um estresse.

2.4.3 Os behavior-settings

O modelo ecológico de Barker (1968) considera os comportamentos dos indivíduos e seu ambiente imediato em termos de interdependências e não mais como elementos independentes. Para descrever esta relação sistêmica, ele propõe o termo "*Behavior setting*". Trata-se de uma unidade de base, ao mesmo tempo ambiental e comportamental; é o conjunto de comportamentos associados a um meio físico definido. O *behavior setting* é então definido como um conjunto de interações em e com um lugar, um esquema comportamental ligado a um lugar particular e que aparece a intervalos regulares (Bechtel, 1987). Dentro das fronteiras espaciais e temporais deste sistema de pequena escala social, os diferentes componentes, incluindo as pessoas e os objetos físicos, interagem numa sequência ordenada que fornece aos indivíduos as bases de ação de que eles têm necessidade. Este "programa" constitui a base dos esquemas comportamentais. A situação comportamental é bem diferente do ambiente objetivo na medida em que ele está definido tanto pelos seus elementos ambientais quanto humanos e, por conseguinte, em grande parte pelos comportamentos que têm lugar dentro das fronteiras definidas da situação. O comportamento de cada um contribui, portanto, para influenciar o comportamento coletivo, que Barker chama o "esquema comportamental extra individual". Por seu turno, estes modelos comportamentais coletivos vão permitir identificar e descrever uma situação comportamental. Por exemplo, numerosos comportamentos podem aparecer numa estrutura composta de quatro muros, de um teto e de um assoalho. Mas, se esta estrutura é uma sala de aula, então os comportamentos que aparecem nessa estrutura serão diferentes daqueles observados numa igreja ou numa usina. Os esquemas comportamentais representam aqui os comportamentos do grupo mais do que comportamentos individuais, pois eles estão ligados à situação: conhecer uma situação permite prognosticar os comportamentos que ali vão ter lugar.

Quando os indivíduos deixam o lugar, o ambiente físico continua o mesmo, mas o cenário comportamental já não existe, uma vez que os esquemas comportamentais já não estão presentes. Basta modificar um único dos dois elementos (seja o esquema

comportamental, seja o ambiente físico) para que a situação comportamental seja diferente. Deste modo, um concerto numa igreja constitui uma situação comportamental; um ofício religioso na mesma igreja constitui outra. O lugar continua o mesmo, embora se trate de duas situações comportamentais distintas, já que os esquemas comportamentais que definem e são impostos pela situação são diferentes. São efetivamente os ocupantes da situação que “produzem” os comportamentos e, nesse sentido, são o seu atributo principal.

Paralelamente, um *behavior-setting* deve responder às exigências dos seus ocupantes, a fim de que estes possam ali prosseguir com suas atividades, caso contrário eles o abandonarão e o cenário comportamental deixará de existir. Um *behavior-setting* é um sistema ativo e autorregulado que impõe o seu programa de atividades às pessoas e aos objetos que o compõem. Deste modo, a ênfase é posta no aspecto homeostático do sistema e essa auto regulação deve também permitir que as ações e os objetos sejam compatíveis ou se ajustem para o ser: é o que Barker chama relação “sinomórfica” que devem ter os diferentes componentes de um *behavior-setting*.

Um dos objetivos da regulação intra-cenário é manter uma relação congruente entre o comportamento e a estrutura física e social. Esta noção de congruência corresponde à adaptação entre o indivíduo e o seu ambiente, isto é, à concordância entre o contexto e as atividades que o sujeito deseja desenvolver nesses lugares. Ela põe em relevo a interdependência entre comportamentos e ambiente, não podendo um ser estudado abstraindo do outro.

Barker interessa-se pela relação que existe entre o número de pessoas presentes numa situação determinada e o número de pessoas necessárias para garantir o funcionamento ótimo nessa situação. Existe um número ótimo de indivíduos presentes para cada situação. Cada situação pode, desde logo, ser analisada no que diz respeito à “população” (Wicker e Kirkmeyer, 1976). Se, por exemplo, há número demasiado de indivíduos num determinado espaço (“super-população”) resultará daí uma sensação de hiperdensidade em virtude de uma implicação pessoal menos forte e de haver um número excedente. Essa sensação produz reações emocionais negativas e, ainda, interações interpessoais também negativas (Wicker, 1979). Há vários conceitos que precisam então das análises em termos de *behavior-setting*: 1) a manutenção de um mínimo de indivíduos necessária para o bom funcionamento numa situação determinada. Se não há número de indivíduos suficientes, fala-se de “sub-população” (por exemplo, quando não há bastantes estudantes, para que um seminário possa acontecer). A manutenção do cenário depende de um número mínimo de participantes, necessário para levar a bom termo o funcionamento. 2) A capacidade, ou máximo de indivíduos para um bom funcionamento, o que permite especialmente regular o fluxo de entradas num sistema determinado (por exemplo, uma exposição). Se essa capacidade é excedida, fala-se de “superpopulação” (por exemplo, quando há número excessivo de estudantes, para que o seminário funcione corretamente).

A noção de “população” faz referência ao número de ocupantes de um cenário e às posições essenciais ocupadas por alguns deles. Os *behavior-setting* tentarão opor-se a tudo o que possa ser uma ameaça a que eles ponham em prática o seu programa. A falta de população, tanto quanto a superpopulação prejudica o bom funcionamento do sítio. Para compreender mais eficazmente este conceito, é preciso diferenciar duas

categorias de pessoas num *behavior-setting*: aqueles que têm responsabilidades, ou pelo menos um papel ativo no desenvolvimento do programa, e aqueles que não têm estas responsabilidades. A falta de população ou a superpopulação só pode aparecer numa destas categorias. Mas, em qualquer caso, a sobrevivência do *behavior-setting* está posta em perigo. Os ocupantes de um *behavior-setting* subpovoado têm de empregar mais esforços e/ou gastar mais tempo para o fazer funcionar, participar em tarefas mais numerosas, mais complexas e mais importantes para a sua sobrevivência; têm de ter mais papéis e assumir mais responsabilidades. Tornam-se então mais importantes para o funcionamento do *behavior-setting* e têm de fazer face a uma demanda excessiva. De igual modo, a superpopulação tem consequências negativas sobre os comportamentos individuais e sobre a qualidade do funcionamento do sítio: ela acarreta particularmente falta de comunicação e de partilha de conhecimentos, associada à falta de interesse pelos indivíduos como pela qualidade do funcionamento do *behavior-setting*.

2.4.4 O ambiente como campo de oportunidades

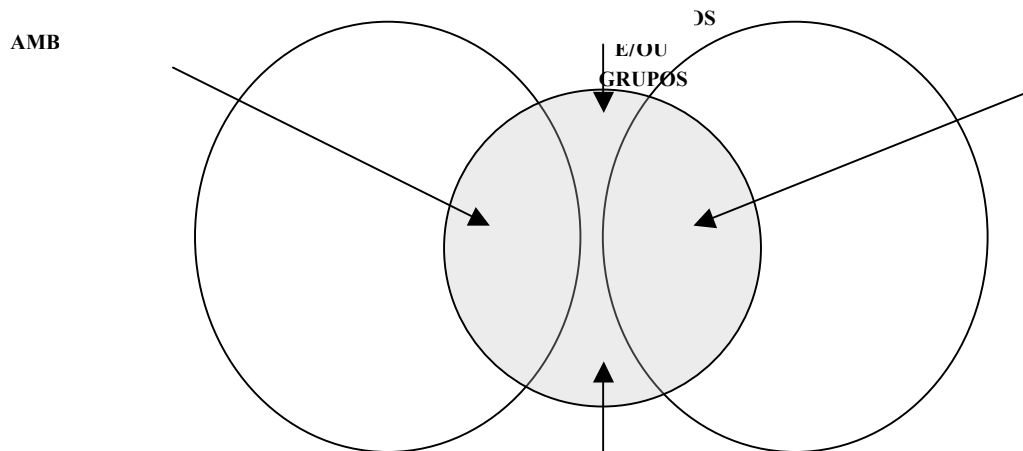
Gibson (1979) considera o ambiente como um campo de oportunidades. Sendo assim, o ambiente pode ser definido como um conjunto de recursos, de possibilidades de ações ou comportamentos que o indivíduo é livre para se apropriar ou não. Não se trata só de arranjos físicos mas também da população de um lugar definido. As oportunidades que oferece um ambiente não existem como tais; é por intermédio da maneira como são percebidas e realizadas pelo indivíduo que elas podem ser atualizadas e tornar-se desse modo oportunidades comportamentais. Elas são, portanto, necessariamente particulares para os indivíduos e grupos que evoluem num lugar determinado.

Assim, podemos distinguir diferentes níveis de oportunidades: potenciais, percebidas, utilizadas e sugeridas. Reed (1993) distingue o campo das ações livres e espontâneas, de um lado, e, do outro, o campo das ações encorajadas (cf. Figura 2.3). O campo das ações encorajadas das regras sociais e das práticas determinam quais oportunidades comportamentais podem ser utilizadas, quando e como. Do mesmo modo, o contexto social e cultural pode restringir ou mesmo impedir a utilização e a atualização de certas oportunidades. Pode-se assim distinguir, num lugar determinado, as ações cuja execução é imposta, as que são sugeridas e/ou encorajadas, e as que são deixadas à discrição do indivíduo.

Figura 2.3: Os diferentes tipos de oportunidades

sugeridas

utilizada

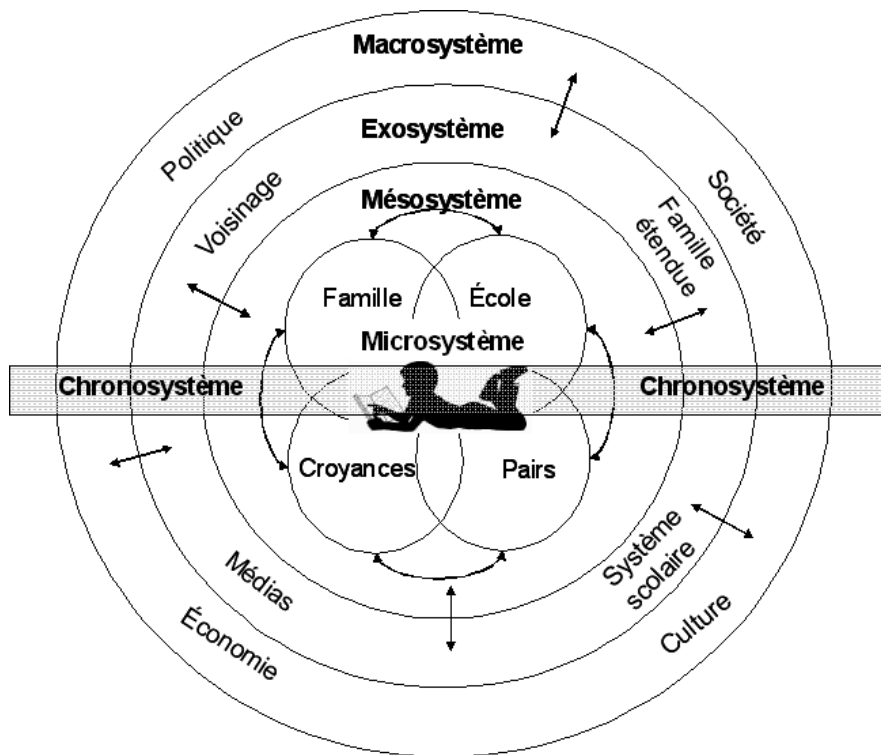


O conceito de “affordances” (qualidades do ambiente que oferecem ao agente condições para realizar a ação) é muito útil para a análise do conjunto total dos lugares: lugares protegidos como os centros comerciais, lugares públicos como praças, parques ou áreas de jogos, mas também estruturas mais vastas tais como as cidades. De fato, as cidades podem ser consideradas como fornecedoras de meios comerciais, sociais religiosos e de lazer de que os habitantes se apropriam em função, não só das suas necessidades, mas também da sua acessibilidade. A qualidade de vida urbana pode assim ser definida como a qualidade e a acessibilidade dos seus recursos. Do mesmo modo, se pode identificar lugares que favorecem, ou, ao invés, impedem as interações sociais, que favorecem a diversidade das interações ou, pelo contrário, são segregadoras (comércios luxuosos, por exemplo). É assim que as pessoas são levadas a perguntar se as oportunidades são universais ou, ao contrário, segregadoras.

2.4.5 A abordagem ecológica de Bronfenbrenner

Segundo Bronfenbrenner (1979), o desenvolvimento do indivíduo deve ser entendido no contexto de um sistema ambiental complexo, indo do microssistema ao macrossistema. Cada unidade é um componente de um sistema mais amplo, dependente, ele próprio, de um sistema mais vasto e organizado. Bronfenbrenner considera o indivíduo em desenvolvimento em diversos níveis de seu ambiente socioecológico (ver Figura 2.4), mesmo permanecendo numa perspectiva transacional que enaltece a reciprocidade entre o indivíduo e os seu ambiente (Anthony & Watkins, 2002).

Figura 2.4: Modelo ecológico de Bronfenbrenner



Cada um dos níveis deste sistema ambiental que Bronfenbrenner descreve, tem um efeito não negligenciável no desenvolvimento da criança e do adolescente. O microsistema caracteriza-se pelo ambiente imediato da criança ou do adolescente, pelo conjunto dos lugares onde ele experimenta as suas primeiras interações com o meio físico e social. Esta primeira unidade do sistema possui qualidades estimulantes (manipulação do objeto, interatividade, etc.) mas também inibitórias (falta de lugar, lugares barulhentos, etc.), tais quais uma criança é capaz de as encontrar numa habitação. O mesossistema *"implique dois lugares ou mais, fréquentados par un mesmo individu"* (Bronfenbrenner, 1993, p. 20), em estreita relação com o primeiro citado, no qual o indivíduo se introduz por um espaço de tempo significativo, como a escola ou o ambiente de trabalho. O exossistema toma em conta sistemas exteriores que afetam o indivíduo mais ou menos diretamente. Abrange o conjunto mais amplo das estruturas sociais e de organização que governam a vida dos outros sistemas e, consequentemente, determinam indiretamente a qualidade de vida da criança. Pode também compreender o conjunto do sistema de valores e das organizações públicas e políticas que governam a vida de um bairro particularmente. Deste modo, as medidas de segurança ou ainda a setorização das escolas são outras tantas medidas que participam na acessibilidades dos espaços. O macrosistema inclui as duas unidades ambientais precedentes (meso e exossistema) e centra-se nos valores sociais e culturais que exercem uma forte influência nas atitudes e comportamentos. Próximo do sistema ideológico, ele fornece a base do pensamento sobre a educação e sobre o lugar da criança na sociedade. Enfim, o cronossistema põe em epígrafe a dimensão temporal desses diferentes níveis ambientais, assim como certas transições normativas de um ponto de vista do desenvolvimento. Em outros termos, este sistema

formaliza passagens entre diferentes fases do desenvolvimento ou entre diferentes períodos de vida do indivíduo que são, em parte, regulados pela sociedade.

Os diferentes níveis deste complexo sistema ambiental podem ajudar a compreender os comportamentos, mas também o bem-estar do indivíduo no contexto do seu ambiente. Eles também podem fazer parte da explicação de certos comportamentos patológicos. Por exemplo, a anorexia pode traduzir-se por uma problemática ligada à imagem do corpo (microssistema) a qual é também dependente das relações vividas na família, na escola e na vizinhança (mesossistema), também ela mesma ligada à qualidade de vida e ao acesso a certos espaços (exossistema), ou ainda a ideais da sociedade (macrossistema). Isto mostra bem que, para compreender um fenômeno, é necessário ter uma visão completa do ambiente de vida para poder desenredar as relações que o indivíduo mantém com o seu ambiente entendido nos seus menores subsistemas.

Resumo

As relações indivíduo-ambiente podem ser consideradas e explicadas de três maneiras: (1) considerando o indivíduo como moldado pelo ambiente no qual se desenvolve, isto é em referência ao determinismo ambiental segundo o qual o ambiente condiciona as cognições e comportamentos do indivíduo; (2) adotando uma abordagem interacional ou transacional entre o indivíduo e o ambiente, o indivíduo e o ambiente se influenciam mutuamente, ou (3) referindo-se às abordagens sistêmicas como as análises em termos de ecologia, behavior-settings ou affordances.

As abordagens em termos da interação indivíduo-ambiente analisam os comportamentos dos indivíduos em função de suas percepções e representações do ambiente em questão bem como em função das próprias características do ambiente. Elas conduzem notadamente aos sistemas explicativos das relações com o ambiente em termos de controle. As abordagens sistêmicas consideram que o indivíduo e o ambiente formam um todo.

Palavras-chave

- Determinismo ambiental
- Interação
- Transação
- Controle
- Abordagens sistêmicas
- Ambiente físico e social
- Behavior-setting
- Affordances

Questões

1. Qual é a particularidade das abordagens sistêmicas?
2. Quais são os pontos comuns das abordagens interacionais e transacionais?

3. Como as análises dos efeitos do ruído sobre o homem são importantes para a compreensão das relações indivíduo-ambiente?
4. Qual a especificidade da noção de estresse em psicologia ambiental?
5. Quais são as condições pelas quais um barulho é uma fonte de estresse?
6. Identifique as condições ambientais de um primeiro dia de liquidação em um grande magazine e enumere seus efeitos sobre os clientes.
7. De que maneira o controle pode ser exercido sobre um barulho gerado na vizinhança?
8. Um cesto para detritos volumosos na rua pode ser considerado como uma oportunidade comportamental?