

## Relações entre estilos de pensar e criar, bem-estar, saúde percebida e estresse na terceira idade

Tatiana de Cassia Nakano<sup>1</sup>

Wagner de Lara Machado<sup>2</sup>

Isabel Cristina Camelo de Abreu<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, SP

<sup>2</sup>Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS

### Resumo

O presente estudo teve como objetivo, investigar a relação entre estilos de pensar e criar, bem-estar, saúde percebida e estresse na terceira idade. Para isso, 123 idosos (98 mulheres e 25 homens), com idades entre 60 a 90 anos ( $M=68,35$ ;  $DP=7,4$ ) responderam a Escala de Estilos de Pensar e Criar, Escala de Saúde Mental Positiva, Escala de Estresse Percebido e um questionário sociodemográfico. Análises de  $\rho$  de Spearman e uma rede de correlações parciais regularizadas foram utilizadas para investigar as relações entre os construtos avaliados. Os resultados mostraram que os estilos que mais se relacionaram, de forma positiva, com as variáveis de saúde, bem-estar e estresse foram os estilos inconformista-transformador e emocional-intuitivo. As características de tais estilos podem ser incentivadas de modo a atuarem como fatores positivos para a qualidade de vida na maturidade. *Palavras-chave:* criatividade; cognição; bem-estar psicológico; depressão; idosos; qualidade de vida.

### Relationship between styles of thinking and creating well-being, perceived health and stress in older adults

#### Abstract

The purpose of the present study was to investigate the relationship between thinking and creating styles, well-being, perceived health, and stress in a sample of older adults. The sample was composed of 123 individuals (98 women and 25 men), aged from 60 to 90 years ( $M = 68.35$ ,  $SD=7.4$ ), who answered the Thinking and Creating Scales, Positive Mental Health Scale, Perceived Stress Scale and a sociodemographic questionnaire. Spearman's  $\rho$  analyzes and a network of regularized partial correlations were used to investigate the relationships between the variables. We concluded that the styles that most positively related to the variables of health, well-being and stress are Nonconformist-transforming and Emotional-intuitive styles. The characteristics of such styles can be encouraged to act as positive factors for quality of life at maturity.

*Keywords:* creativity; cognition; psychological well-being; depression; seniors; quality of life.

### Relaciones entre estilos de pensar y crear, bienestar, salud percibida y estrés en la vejez

#### Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo investigar la relación entre estilos de pensar y crear, bienestar, estrés y salud percibida en la vejez. La muestra fue compuesta por 123 ancianos (98 mujeres y 25 hombres), de 60 a 90 años ( $M = 68,35$ ,  $DE = 7,4$ ) los cuales respondieron la Escala de Estilos de Pensar y Crear, Escala de Estrés Percibido, Escala de Salud Mental Positiva y un cuestionario sociodemográfico. Los análisis de  $\rho$  de Spearman y una red de correlaciones parciales regularizadas, fueran utilizadas para investigar las relaciones entre los constructos evaluados. Se concluye que los estilos que más se relacionaron de forma positiva con las variables de salud, bienestar y estrés son los estilos Inconformista-transformador y Emocional-intuitivo. Las características de estos estilos pueden ser incentivadas para actuar como factores positivos en la calidad de vida en la vejez. *Palabras clave:* creatividad; cognición; bienestar psicológico; depresión; ancianos; calidad de vida

A fase chamada de terceira idade ou velhice se inicia aos 60 anos em países em desenvolvimento (Cabral, Santos, Menezes, Albuquerque, & Medeiros, 2013). No caso específico do Brasil, essa parcela representa acerca de 14,3% da população (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2016). Diante desse quadro, pesquisadores têm sido desafiados a atuar junto a essa população, não só no atendimento a questões voltadas ao âmbito profissional, social e orgânico, mas, também, em aspectos relacionados à aprendizagem, recreação, saúde, esporte e lazer (Pedroso, 2013).

O envelhecimento é um fenômeno universal, dinâmico, progressivo e caracterizado por diversas modificações biológicas, psíquicas e sociais, que podem ser percebidas de forma diferenciada por cada indivíduo (Lima, Lima & Ribeiro, 2010). Tais autoras argumentam que essas mudanças também podem implicar alterações no bem-estar e qualidade de vida na velhice. Nesse sentido, os pesquisadores têm se atentado à necessidade e a importância de se avaliar não somente os déficits que podem estar nessa faixa desenvolvimental, mas, também, os aspectos sadios (Amaral et al., 2007; Tomicki,

Lini, Picoli, Cecchin, & Portella, 2016). Deve, assim, envolver não somente a atenção às patologias e perdas, mas, também, a aspectos positivos que o idoso desenvolveu em sua trajetória de vida, tendo como foco fomentar as forças que cada um possui (Killen & Macaskill, 2015; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Ainda que tal período mais comumente seja abordado em relação às perdas provocadas pela idade, o envelhecimento populacional tem gerado a necessidade de se pensar também em aspectos como plenitude, sabedoria, qualidade de vida e renascimento para uma nova etapa (Amaral, Pomatti, & Fortes, 2007), apoio familiar (Portella, Scortegagna, Pichler, & Graeff, 2017), percepção subjetiva de saúde e satisfação de vida. Tal fase também pode ser vivenciada de forma positiva, por exemplo, se pensada em termos de prevenção e promoção de saúde e sua consequente influência no bem-estar físico e mental, bem como na qualidade de vida dos idosos (Tomicki et al., 2016).

O presente estudo foi concebido dentro dessa visão proposta pela psicologia positiva, a qual se volta ao entendimento da potencialidade do ser humano (Gable & Haidt, 2005; Hart & Sasso, 2011), nesse caso específico, na terceira idade, período do desenvolvimento em que ocorrem muitas transformações. Para isso, buscou avaliar a percepção de saúde, bem-estar, estresse e criatividade nessa população, bem como identificar a relação entre tais construtos.

Sua relevância ampara-se no fato de que diversos aspectos relacionados à saúde podem ser afetados pelo avançar da idade, o qual provoca diversas alterações no organismo que afetam a vida em vários aspectos, podendo-se citar, como exemplos, a limitação física e dos movimentos, perda ou diminuição de funções sensoriais como audição e visão, aspectos cognitivos como memória, atenção e linguagem (Brito & Pavarini, 2012), presença de disfunções orgânicas, doenças, assim como perda da funcionalidade mental e corporal. Tais fatores podem levar à redução de sua independência, de modo a afetar a qualidade de vida do idoso (Gatti, Witter, Gil, & Vitorino, 2015; Vidmar, Potulski, Sachetti, Silveira, & Wibeling, 2011) e também outros aspectos, indiretamente, tais como sua percepção de saúde e bem-estar, juntamente com a possibilidade de desenvolvimento de estresse.

Especificamente sobre o estresse na terceira idade e velhice, a vivência de problemas, de ordem psicossocial, os quais podem envolver luto por perda de amigos e cônjuge, bem como doenças, hospitalização, aposentadoria e morte do cônjuge (Fortes-Burgos &

Neri, 2008) foram apontados como fatores que podem desencadear o estresse nos mais velhos. Igualmente, tais acontecimentos podem afetar mais negativamente o bem-estar dos idosos, em proporções maiores do que os jovens e adultos, ainda que pouca ênfase venha sendo dada a esse construto nessa faixa etária específica (Kim, Lehring, & Sacco, 2015).

Nessa idade, a convivência com doenças crônicas pode se tornar importante fonte de estresse e mal-estar na velhice (Fortes-Burgos & Neri, 2008). Tal fato tem mobilizado estudiosos na busca de iniciativas de promoção e melhorias à saúde dessa população (Mourão, Xavier, Neri, & Luchesi, 2016), de maneira a exigir cuidados específicos necessários (Brito, Freitas, Mesquita, & Lima, 2013). Os programas voltados a esse público visam oferecer suporte para que o processo de envelhecer ocorra sem prejuízos significativos e que sua independência seja preservada (Ferreira, Maciel, Costa, & Silva, 2012). Pelos motivos apontados, a relevância do conhecimento da percepção de saúde pelos idosos se justifica visto que ela pode influenciar de forma direta na concepção de bem-estar e qualidade de vida.

Na investigação também foi inserida a criatividade, pelo fato de que tal característica vem sendo ressaltada como um fator que pode afetar a saúde mental (Behroozi, Manesh, Fadaïyan, & Behroozi, 2014). Isso porque a criatividade pode otimizar a forma como as pessoas lidam com a situação de doença, de modo a possibilitar que os indivíduos nessa condição possam desenvolver recursos pessoais e comportamentais mais saudáveis (Liminana-Gras, Berná-Corbalán, & Sánchez-López, 2009), assim como melhor percepção sobre seu bem-estar. Por tal motivo, intervenções que promovem o contato social ativo e que estimulam a criatividade em idosos têm sido ressaltadas devido a probabilidade de afetar positivamente a saúde e o bem-estar dessa população (Greaves & Farbus, 2006), ainda que uma lacuna junto a essa população na temática da criatividade venha sendo ressaltada pelos pesquisadores (Nakano & Wechsler, 2007; Silva & Nakano, 2012; Zanella & Titon, 2005).

Os resultados de pesquisas conduzidas sugeriram que o comportamento criativo pode melhorar o bem-estar e vice-versa (Boynton, 2001; Wechsler, Oliveira, & Tonete-Suárez, 2015), ainda que diferenças individuais possam determinar limites no nível de benefício alcançado. Tal característica poderia atuar de forma positiva para o desenvolvimento do bem-estar, melhor percepção de saúde e redutor do estresse, sendo, por tal motivo, a relação entre criatividade e bem-estar

investigada junto a diferentes populações e contextos (Leckey, 2011), podendo-se citar, como exemplos, crianças em idade escolar (*World Health Organization*, 2003) ou no ambiente organizacional (Wright & Walton, 2003). De maneira similar, a relação entre criatividade e estresse também vem sendo foco de uma série de pesquisas, notadamente conduzidas no ambiente organizacional (Nguyen, Takahashi, & Nham, 2018; Sarwar & Rahman, 2017).

Considerando-se que os pesquisadores têm se interessado pelo estudo da relação entre criatividade e outros construtos, notadamente inteligência (Kim, 2005; Karwowski et al., 2016; Nakano, 2014; Nusbaum & Silvia, 2011; Plucker & Esping, 2015) e personalidade (Chavéz-Eakle, Eakle, & Cruz-Fuentes, 2012; Cheng, Kim, & Hull, 2010; Conner & Silvia, 2015), a inserção de outros construtos, tais como bem-estar, estresse e percepção de saúde e sua relação com a criatividade, justifica a relevância do estudo. Tal lacuna nesse enfoque foi salientada por Ceci e Kumar (2016). Some-se a esse quadro o fato de que a pesquisa também enfoca uma população usualmente excluída quando se investiga a criatividade.

Sabe-se que as mudanças decorrentes do envelhecimento poderão influenciar uma série de outros aspectos, tais como o bem-estar, a percepção de saúde e o nível de estresse. É sobre as relações entre esses construtos que o presente trabalho busca se aprofundar, investigando ainda se a presença de determinados estilos criativos pode favorecer um desenvolvimento mais saudável na terceira idade.

## Método

### *Participantes*

A amostra deste estudo foi composta por 123 adultos, com idades entre 60 e 90 anos ( $M=68,35$  anos;  $DP=7,4$ ), sendo 25 do sexo masculino e 98 do feminino. Quanto à escolaridade dos participantes 39 (31,7%) possuíam ensino fundamental, 24 (19,5%) possuíam ensino médio, oito com ensino superior e pós-graduação (6,5%) e um grupo de 52 participantes que não forneceram esse dado (42,3%). Dos 123 indivíduos participantes do estudo, 93 praticam atividades físicas (75,6%) e 30 não fazem atividades, conforme dados coletados por meio de questionário sociodemográfico. Dos participantes, 98 são aposentados ou pensionistas (80,7%), enquanto 25 não possuem seguridade pessoal (19,3%), 11,7% eram institucionalizados ( $n=9$ ) enquanto os demais faziam parte de atividade de

ensino (como Educação de Jovens e Adultos), conselho municipal de idosos ou atividades em ONGs que atendiam a esse público ( $n=114$ , 88,3%).

### *Instrumentos*

*Escala de Estilos de Pensar e Criar* (Wechsler, 2006): possui 100 itens a serem respondidos dentro de uma escala do tipo Likert de seis pontos. A escala produz a classificação em um estilo predominante: cauteloso-reflexivo, lógico-objetivo, inconformista-transformador, emocional-intuitivo e relacional-divergente. Os três primeiros são considerados estilos principais e, os demais, secundários.

As propriedades psicométricas do instrumento foram investigadas em uma série de estudos (estrutura fatorial, correlação item-total, alfa de Cronbach) e apontaram evidências de validade e precisão (Wechsler, 2006). Importante destacar que a identificação dos estilos de pensar e criar não visa a quantificação e/ou comparação do nível de criatividade do sujeito com outros, mas sim sua classificação em um estilo/ forma preferencial de utilizar a criatividade.

*Escala de Saúde Mental Positiva* (Machado & Bandeira, 2015): composta por 14 itens que são respondidos em uma escala do tipo Likert de seis pontos e se propõem avaliar vários aspectos da saúde mental positiva. O instrumento possui três subescalas: bem-estar emocional (avalia aspectos como afetos positivos e satisfação com a vida), bem-estar psicológico (percepção do sujeito sobre seu crescimento pessoal, propósito de vida e outras características relacionadas ao desenvolvimento individual) e bem-estar social (avalia crenças de afiliação, conectividade e compatibilidade de valores com seu grupo social).

Uma série de estudos para investigação de suas qualidades psicométricas foram conduzidos, envolvendo análise dos itens, de rede, fatorial exploratória, evidências de validade convergente e precisão (Machado & Bandeira, 2015). Os resultados, favoráveis, apontam para a adequação de seu uso na população brasileira.

*Escala de Stress Percebido-10* (PSS-10, Machado, Damásio, Borsa & Silva, 2014): instrumento usado para avaliação e identificação do estresse, tanto positivo (denominado eustresse e que pode assumir um efeito benéfico e saudável, levando o indivíduo à mudança,) quanto negativo (denominado distresse, que pode atuar de forma a gerar um desequilíbrio prejudicial ao indivíduo).

É composta por 10 itens (seis positivos e quatro negativos) e respondida em uma escala Likert de quatro

pontos (nunca a sempre). Os conteúdos envolvem sentimentos e pensamentos a serem avaliados, em termos de frequência, no último mês. A pontuação final pode variar entre zero e 40, sendo que, quanto mais alto o escore, maior o estresse percebido pelo indivíduo. A presença do estresse apresenta, como ponto de corte, 17 pontos na escala total (Faro, 2015).

Estudos de adaptação do instrumento (Reis, Hino, & Añez, 2010), de análise de sua estrutura fatorial e consistência interna (Machado et al., 2014), evidências de validade concorrente e proposta de normatização (Faro, 2015) foram investigadas e apontaram evidências positivas de suas qualidades psicométricas para uso no Brasil.

*Questionário Sociodemográfico* (elaborado pelos autores): composto por 10 questões que investigavam aspectos sociodemográficos tais sexo, idade, escolaridade, estado civil, escolaridade, ocupação atual, se o indivíduo era aposentado ou pensionista, renda mensal aproximada. Também incluiu três questões relacionadas à prática e frequência de atividade física, avaliação geral da saúde e nível de satisfação com a vida.

#### Procedimentos

Após aprovação da pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 666.06117.5.0000-5481), a pesquisadora entrou em contato com quatro instituições de atendimento à terceira idade, sendo três públicas e uma do tipo organização não governamental, localizadas em cidades no interior do Estado de São Paulo. Nestes locais, selecionados por conveniência, os participantes tinham acesso a cursos tais como artesanato, atividades recreativas, hidroginástica, aula de pilates e informática. Todos os frequentadores com mais de 60 anos foram convidados a tomarem parte da pesquisa.

Aqueles que aceitaram, assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. Os instrumentos foram aplicados de forma individual e coletiva, tendo ocorrido, em uma única sessão, com duração aproximada de 30 minutos. Na maior parte das vezes os próprios participantes responderam aos instrumentos sendo que, naqueles casos em que essa possibilidade não se fez presente, a pesquisadora leu as questões e anotou as respostas, tomando o cuidado de não exercer nenhuma influência.

Posteriormente, após a criação do banco de dados com as respostas de todos os participantes, as variáveis foram descritas por meio de análises de frequência e dispersão (média e desvio-padrão) e, para investigar as relações entre os estilos de pensar e criar e variáveis de saúde, bem-estar e estresse, foram realizadas análises de correlação não paramétrica ( $\rho$  de Spearman). A fim de manter apenas as relações mais estáveis, uma terceira análise foi conduzida, por meio da análise de rede de correlações parciais regularizadas. Essa análise identifica as associações entre duas variáveis após controlar o efeito que todas as demais variáveis exercem sobre elas. Por meio dessa metodologia, aumenta-se a certeza das inferências feitas a partir dos dados apresentados nas análises anteriores. Todos os dados foram analisados por meio do software estatístico R.

## Resultados

Inicialmente, para atingir os objetivos propostos, a estatística descritiva dos resultados nos instrumentos foi estimada. Os resultados são apresentados na Tabela 1, a seguir.

A análise dos resultados, tal como proposta nos instrumentos, apontou para a distribuição dos

Tabela 1.

*Estatística Descritiva das medidas de saúde, bem-estar, estilos de pensar e criar e estresse*

	Medida de Saúde		Medida de Bem-estar			Medida de estilos de pensar e criar					Medida de Estresse	
	Saúde	Satisf	BEE	BES	BEP	CR	IT	LO	EI	RD	EstresN	EstresP
Média	2,3	2,3	5,4	4,3	5,3	3,4	4,5	4,4	4,1	4,5	1,8	3,1
D.P.	0,8	0,7	0,8	1,1	0,7	0,5	0,4	0,4	0,6	0,5	0,9	0,8
Mínimo	0,0	0,0	2,3	1,8	3,2	2,1	3,2	3,5	2,7	3,0	0,0	0,3
Máximo	4,0	3,0	6,0	6,0	6,0	4,6	5,6	5,1	5,6	5,7	4,0	4,0

Nota: Saúde = saúde geral, Satisf = satisfação com a saúde, E\_N = estresse negativo, E\_P = estresse positivo, BEE = bem-estar emocional, BES = bem-estar social, BEP = bem-estar psicológico, C\_R = cauteloso reflexivo, I\_T = inconformista transformador, L\_O = lógico objetivo, E\_I = emocional intuitivo, R\_D = relacional divergente.

participantes nos cinco estilos de pensar e criar, sendo que os participantes apresentaram, como estilo principal, o cauteloso-reflexivo ( $n=37$ ), estilo inconformista-transformador ( $n=74$ ) e o estilo lógico-objetivo ( $n=12$ ), tomando-se por base as tabelas normativas. Em relação ao estresse, 110 participantes (cerca de 90%) apresentaram pontuação maior do que o ponto de corte, de modo a indicar a presença de estresse. A avaliação geral de sua saúde, dentro de uma escala de 1 a 5 (muito ruim a excelente), indicou maiores proporções de respostas entre “excelente” e “muito boa”. Já o nível de satisfação com a vida, dentro de um intervalo de 1 a 4 (muito insatisfeito a muito satisfeito), foi avaliado como intermediária entre “satisfeito” e “insatisfeito”.

Inicialmente, com o objetivo de avaliar a relação entre percepção de saúde e os estilos de pensar e criar dos participantes, a correlação entre as medidas foi estimada. Somente o estilo Cauteloso-Reflexivo apresentou relação significativa com a medida de saúde, salientando-se que negativamente ( $\rho=-0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ). Nenhuma outra relação significativa foi encontrada entre os construtos e suas medidas.

Posteriormente, as relações entre os estilos de pensar e criar e as medidas de estresse positivo e negativo foram investigadas. Os resultados apontaram para uma relação positiva com estilo cauteloso-reflexivo com o estresse negativo ( $\rho=-0,22$ ;  $p\leq 0,05$ ) e positiva com o estresse positivo ( $\rho=0,22$ ;  $p\leq 0,05$ ). O estilo inconformista transformador também se mostrou associado, de forma positiva e significativa, com o estresse positivo ( $\rho=0,18$ ;  $p\leq 0,05$ ). Os demais estilos não apresentaram relação com as medidas de estresse.

Em seguida, as relações entre os estilos de pensar e criar e as medidas de bem-estar apontaram para uma correlação positiva e significativa dos estilos Inconformista-Transformador ( $\rho=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ) e Emocional-Intuitivo ( $\rho=0,29$ ;  $p\leq 0,05$ ) com o bem-estar psicológico. Os demais tipos de bem-estar não se mostraram relacionados aos estilos de pensar e criar.

Por fim, os resultados da análise de rede ponderada são apresentados na Figura 1. Cada círculo representa uma variável, enquanto as linhas representam as relações entre elas, que podem ser positivas (azul) ou negativas (vermelho). A espessura indica a magnitude da associação.

Na Figura, pode-se perceber a presença de quatro nodos (agrupamentos), os quais representam os construtos avaliados. Dentre as variáveis agrupadas em cada nodo, pode-se verificar o tipo de relação que se estabelece entre as medidas que compõem o mesmo construto

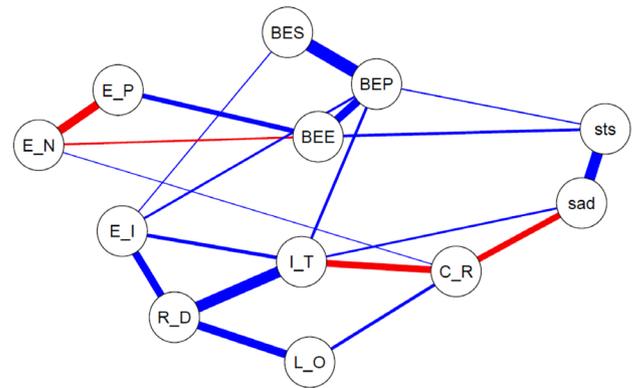


Figura 1. Rede de correlações parciais regularizadas entre as variáveis de saúde, bem-estar e estresse e os estilos de pensar e criar. Legenda: sad = saúde geral, sts = satisfação com a saúde, E\_N = estresse negativo, E\_P = estresse positivo, BES = bem-estar social, BEP = bem-estar psicológico, BEE = bem-estar emocional, E\_I = emocional intuitivo, R\_D = relacional divergente, I\_T = inconformista transformador, L\_O = lógico objetivo, C\_R = cauteloso reflexivo.

(magnitude e sentido), sendo importante destacar que, tal como esperado, as relações de maiores magnitudes aconteceram entre medidas do mesmo construto.

Considerando-se as relações que se estabeleceram entre os estilos de pensar e criar e os demais construtos analisados, pode-se verificar que o emocional intuitivo foi o que mais apresentou relações significativas: com bem-estar social e bem-estar psicológico, ambas positivas, mas de fraca magnitude. O estilo inconformista-transformador apresentou uma relação positiva com bem-estar psicológico, também positiva e de fraca magnitude. Por outro lado, o estilo cauteloso-reflexivo apresentou relação negativa com saúde geral e positiva com estresse negativo. Os estilos relacional-divergente e lógico-objetivo não apresentaram relação com nenhum dos outros construtos ou medidas.

## Discussão

Diante do aumento do número de idosos, fenômeno que vem sendo notado mundialmente, o cuidado com o envelhecimento saudável vem sendo foco de atenção (Organização Mundial de Saúde, 2015). Nessa busca pela manutenção da funcionalidade, aliada à necessidade de promoção de bem-estar e manutenção da qualidade de vida da população idosa, a atenção da psicologia a essa população se tem mostrado essencial

(Horderbaum & Wagner, 2017), notadamente a psicologia positiva (Reppold, Gurgel, & Schiavon, 2015).

Tal ciência pode auxiliar a avaliação de aspectos relacionados ao bem-estar, percepção de saúde e estresse, diante dos possíveis comprometimentos que os fatores associados ao envelhecimento possam causar nos diversos aspectos da vida do idoso. Esse trabalho se mostra recomendado a fim de que alterações, mesmo que mínimas e em estágios iniciais, possam ser identificadas e assim, receber acompanhamento adequado com vistas à manutenção da sua funcionalidade e bem-estar (Argimon et al., 2016). No presente estudo, a criatividade foi tomada como um aspecto sadio e positivo que pode se constituir em uma ferramenta para promoção de bem-estar, redução do estresse negativo e melhora da percepção de saúde nessa população.

No entanto, antes de iniciar uma reflexão sobre os resultados encontrados, convém destacar que, nesse estudo, a criatividade foi investigada tomando-se o modelo dos estilos de pensar e criar. Definidos como maneiras preferenciais de pensar e agir em determinadas situações, caracterizando certas tendências no comportamento e sentimento da pessoa criativa (Wechsler, 2008), tais estilos evidenciam diversas maneiras de expressar a criatividade, não se referindo a uma quantificação do nível de criatividade, mas, a formas preferenciais e tendências de comportamento ao usar essa criatividade, de modo que tal conhecimento pode permitir um melhor aproveitamento dos potenciais criativos e dos conhecimentos das necessidades e preferências individuais (Nakano, Campos, Silva, & Pereira, 2011).

Note-se, que, de forma geral, as magnitudes das correlações, ainda que significativas, foram fracas e que somente, dentre os estilos principais, CR e IT apresentaram relação com os demais construtos, o que não aconteceu em relação ao LO. Dentre os estilos secundários, somente o EI. Conforme recomendação de Wechsler (2006), atenção deve ser dada, em primeiro lugar, às classificações dos indivíduos nos estilos principais e, posteriormente, aos secundários.

O primeiro estilo investigado, Cauteloso-Reflexivo, define uma pessoa (1) que se caracteriza pela prudência, reflexão e ordem, (2) prefere trabalhar com situações conhecidas em que existam regras e métodos pois não gosta de mudança de rotina ou situações de risco, (3) tem dificuldade em expressar suas opiniões, demonstra baixa assertividade, reluta sobre a importância das suas ideias, (4) apresenta pensamento crítico, avaliador e sistemático, (5) reflete bastante antes de agir,

avaliando todas as consequências de uma ação e (6) gosta de trabalhar sozinho e em situações onde não se espera que assuma liderança (Wechsler, 2006).

Tal estilo apresentou relações significativas negativas com a medida de saúde e de estresse positivo e relação positiva com estresse negativo. Considerando-se que o estilo cauteloso-reflexivo se refere a um estilo em que os indivíduos preferem refletir de modo cuidado e ponderar todas as opções antes de tomar uma decisão (Garcês, 2011), sendo predominante um modo ruminativo, assim como acentuada cautela em tomar atitude (Godoy, Ottati, & Noronha, 2010), este estilo pode ser resultado da forma predominante do idoso para lidar com diversas situações e problemas ao longo da sua vida.

O fato de ser cauteloso pode influenciar nas escolhas das oportunidades, assim como determinar certas reservas frente às relações sociais. O estilo cauteloso-reflexivo é característico de pessoas com preferência por situações conhecidas, que gostam de ordem e preferem manter a rotina. Como hipótese, pode-se considerar que pessoas com esse estilo se incomodem com as mudanças provenientes do envelhecimento, as quais, na maior parte das vezes, foge do seu controle. Essa situação pode gerar, nos indivíduos com esse estilo predominante, uma situação de estresse, positiva se o nível de estresse vivenciado for baixo e negativo se forem altos, atuando de modo a diminuir o desempenho criativo (Byron, Khazanchi, & Nazarian, 2010; Nicol & Long, 2010).

Pelo fato de se caracterizar como um estilo mais rígido, a relação negativa com saúde se justifica. A relação positiva com estresse negativo pode ser interpretada perante a hipótese de que visto que, mesmo nas situações em que o estresse pode ser visto como impulsionador de mudanças, tais eventos provavelmente são considerados incômodos por pessoas com esse estilo predominante, uma vez que não se mostram favoráveis a mudanças de rotina ou vivenciar situações de risco. Provavelmente são pessoas que experimentam, de forma mais intensa, o estresse negativo. Por outro lado, a relação positiva com o eustresse, pode ser interpretada perante o fato de que sua característica principal, a cautela, pode ser benéfica no sentido de que tais sujeitos, provavelmente, estão sempre em busca de cuidados pessoais como forma preventiva/cautelosa de lidar com a saúde.

A oscilação de relação entre estilos de pensar e criar e o pólo (positivo ou negativo do estresse) faz sentido perante a constatação de que o estresse pode atuar

de modo a facilitar ou dificultar a criatividade (Ceci, & Kumar, 2016). Assim, dependendo da interpretação que o indivíduo faz do seu estresse, a criatividade pode atuar, em ambos os tipos (distresse e eustresse) como um facilitador. Estresse em nível apropriado, que não provoque uma série de emoções negativas, o chamado eustresse, pode ser considerado um fator positivo e de proteção ao organismo, podendo ajudar no aumento da concentração de cortisol e, conseqüentemente, provocar o aumento da criatividade (Yeh, Lai, Lin, Lin, & Sun, 2015). Por outro lado, os aspectos negativos, distresse, atua de forma prejudicial tanto a nível psicológico quanto físico (Barroso, 2015; Borges, 2014).

O segundo estilo, inconformista-transformador, se caracteriza como (1) questionadora, dinâmica e sonhadora, (2) tem facilidade para liderar pessoas, conseguindo inspirá-las no sentido de alcançar um objetivo maior, (3) possui alta confiança em si mesma, questionando regras de pensar e agir, (4) apresenta preferência por situações nas quais possa executar várias tarefas simultaneamente, (5) é uma pessoa otimista, espontânea, possuindo alta sociabilidade, (6) gosta de situações onde possa utilizar a sua imaginação e resolver problemas de maneiras incomuns e (7) é altamente motivada por suas ideias, possuindo sentido de missão criativa (Wechsler, 2006).

Tal estilo apresentou correlação positiva com estresse positivo e com bem-estar psicológico. Sobre a primeira relação, uma possível explicação ampara-se na característica de inconformismo e tentativa de transformação, visto que esse estilo descreve uma pessoa dinâmica, idealista, que tende a ir em busca de ideais e que prefere atividades que impliquem mudança (Garcês, 2011; Garcês, Pocinho, Wechsler, & Jesus, 2014). Ao se deparar com uma situação de estresse, provavelmente tais indivíduos buscarão o lado positivo da situação, compreendendo tal situação como uma oportunidade de mudança. Sua alta confiança em si mesmo pode atuar de forma a superação das dificuldades, por meio da busca de resolução de problemas.

Ribeiro, Neri, Cupertino e Yassuda (2009) ressaltam que maiores níveis de saúde estão associados a idosos com maior participação em várias atividades, o que poderá ser influenciado por este estilo. As características de dinamismo e otimismo podem ser propulsoras da motivação da busca de atividades relacionadas a um estilo de vida mais saudável. Isso se deve, em parte, pelo fato de pessoas criativas buscarem maneiras práticas de resolver seus problemas e visualizarem diferentes formas de solucioná-los (Wechsler,

2008). Considerando-se que o aspecto positivo do estresse, *eustress*, constitui-se em uma condição protetiva para a saúde (Borges, 2014) e são benéficas, produtivas e cruciais para o funcionamento dos indivíduos (Barroso, 2015), os resultados indicaram que indivíduos com o estilo inconformista-transformador podem agir, mediante um evento estressor, de modo a se beneficiarem dessas características para serem geradores de um estresse positivo e controle (*coping*).

Do mesmo modo, a relação positiva com bem-estar psicológico pode ser explicada pela presença de características comuns a essas duas medidas. A autoaceitação, dimensão do bem-estar psicológico pode ser relacionada à autoconfiança em si mesmo, descritora do estilo inconformista transformador (IT). Igualmente, as relações positivas com os outros relacionam-se à facilidade de liderar pessoas, alta sociabilidade e capacidade de inspirá-las. Também pode ser citado, em comum, o propósito de vida e crescimento pessoal, presente nesse tipo de bem-estar e descrito no estilo IT como sentido de destino criativo (Machado & Bandeira, 2012; Ryff, 2014; Santana & Gondim, 2016; Wechsler, 2006).

Nesse sentido, a relação positiva entre o estilo inconformista-transformador e o bem-estar psicológico corrobora as características teóricas que compõem ambos os construtos. O estilo inconformista-transformador configura-se por independência, autonomia no agir, assertividade e abertura às novas experiências (Wechsler, 2006). Características semelhantes são observadas nas dimensões que compõem o bem-estar psicológico, como domínio do ambiente (ter habilidade em conduzir o ambiente, ter senso para aproveitar as oportunidades), autonomia (agir de forma independente) e ter relações positivas com os outros (ter um comportamento acolhedor com o outro) (Machado & Bandeira, 2012; Ryff, 2014).

O terceiro estilo investigado, Lógico-Objetivo, caracteriza uma pessoa (1) com alto nível de pensamento lógico, racional e pragmático, (2) que prefere trabalhar com tarefas já estruturadas nas quais existam soluções conhecidas, (3) gosta de seguir regras, sendo bastante persistente em suas ações, (4) reflete bastante antes de agir, controla suas emoções e sentimentos, (5) gosta de situações práticas e evita qualquer grau de improvisação, (6) apresenta dificuldade em trabalhos com grupos pois não aguenta pessoas pouco objetivas (Wechsler, 2006). Interessantemente, tal estilo não apresentou nenhuma correlação significativa com as medidas de saúde, estresse e bem-estar.

Esse estilo aponta para um indivíduo pragmático e que prefere tarefas estruturadas (Garcês, 2011), sendo importante destacar, no entanto, que o envelhecimento em si, como já citado anteriormente, se encontra associado a uma série de mudanças orgânicas, sociais e profissionais (Brito & Pavarini, 2012), as quais podem ser percebidas de forma diferente por cada indivíduo (Lima et al., 2010) sendo, nessa fase desenvolvimental, difíceis de serem controladas. Nesse sentido, a ausência de relação entre a percepção de saúde, estresse e bem-estar pode ser compreendida perante a impossibilidade de previsão e controle, bem como a necessidade de evitar improvisação, tão característica desse estilo.

O quarto estilo investigado, Emocional-Intuitivo, se refere a um indivíduo (1) que se caracteriza pelo domínio das emoções e intuições em suas ações, (2) demonstra possuir alto grau de imaginação e fantasia, (3) tem facilidade de resolver conflitos de grupo devido ao seu alto grau de empatia com sentimentos alheios, (4) possui grande facilidade de relacionamento pois expressa emoções e sentimentos sem dificuldade, (5) é impulsiva, prefere seguir as emoções do que a lógica e racionalidade, (6) é curiosa e gosta de se arriscar tendo por guia sua intuição (Wechsler, 2006).

O estilo EI reflete uma pessoa que é guiada por emoções e intuições antes de tomar uma decisão (Garcês, 2011) se mostrou relacionado significativamente com o bem-estar psicológico. Se considerarmos que o bem-estar psicológico é composto pelas dimensões que envolvem propósito de vida e crescimento pessoal (Galinha & Pais-Ribeiro, 2005; Machado & Bandeira, 2012; Paschoal & Tamayo, 2008; Rabelo & Neri, 2006; Ryff, 2014), a relação pode ser compreendida. Isso porque, tais características, provavelmente complementam as características predominantes nesse estilo, voltadas ao um alto grau de empatia, domínio de emoções, facilidade de relacionamento. Do mesmo modo, a abertura ao novo, que caracteriza esse tipo específico de bem-estar, relaciona-se com alto grau de imaginação e fantasia, típicos da criatividade, de modo a favorecer o indivíduo.

Pessoas com predominância deste estilo possuem preferência por agir segundo suas emoções e tendem a resolver facilmente discórdias que se apresentam no grupo no qual estão inseridas (Wechsler, 2006). Isso confirma a correlação positiva entre o estilo emocional-intuitivo e o bem-estar psicológico, pois indivíduos com níveis de bem-estar psicológico mantêm relações interpessoais, são acolhedores e têm habilidades para conduzir seu ambiente (Machado & Bandeira, 2012).

Idosos com estilo predominantemente emocional-intuitivo e com níveis de bem-estar psicológico podem adaptar-se melhor a alguns obstáculos que podem surgir neste período do desenvolvimento.

Por fim, o estilo Relacional-Divergente se caracteriza como um indivíduo (1) flexível que busca obter vários pontos de vista e ideias antes de tomar decisões, (2) tem facilidade de liderar grupos pois procura atender às opiniões de seus membros, (3) busca atingir uma melhor comunicação entre pessoas do seu grupo, (4) visualiza e dirige suas ações para objetivos a longo prazo, (5) é aberto a novas ideias e aceita situações onde existam riscos (Wechsler, 2006). Interessantemente, esse estilo não apresentou correlação significativa com nenhuma das medidas investigadas, relacionadas a saúde, bem-estar e estresse.

Dada suas características de flexibilidade, abertura a novas ideias e persistência, era esperado que tal estilo pudesse apresentar relações positivas com a percepção de saúde e com o eustresse, dada sua facilidade em reagir, de forma natural e criativa, às demandas estressoras do ambiente. No entanto, a ausência de relações significativas pode ser interpretada perante uma hipótese que envolve outra característica bem típica desse estilo: a necessidade de integrar as diversas opiniões de diferentes pessoas para o desenvolvimento de uma tarefa (Garcês, 2011). Nesse sentido, essa característica pode estar atuando de forma prejudicial ao indivíduo com o estilo RD pois, ao tentar considerar as diferentes opiniões, ele pode acabar diante de dilemas relacionados, por exemplo, às melhores formas de cuidar de sua saúde ou ainda o levando a interpretações equivocadas e/ou divergentes sobre as demandas ambientais.

Considerando a análise conjunta, os estilos que se mostraram mais importantes para uma boa qualidade de vida na terceira idade foram o emocional-intuitivo e inconformista-transformador, relacionados ao bem-estar psicológico e social, bem como estresse positivo. As características que descrevem esses indivíduos se mostraram positivas para um desenvolvimento positivo e sadio na maturidade.

Considerando que tais estilos, com suas características, podem apresentar resultados positivos relacionados ao bem-estar e estresse positivo, sugere-se, para futuros estudos, a investigação das formas de estimular características relacionadas a tais estilos de pensar e criar na população idosa. Considerando este perfil, é possível influenciar a busca por melhores condições de vida, melhorando a saúde e o bem-estar das pessoas

nessa fase do desenvolvimento por meio do incentivo a essas características criativas.

Se cercado de cuidados, o processo de envelhecimento pode ser vivenciado como um momento de prazer (Dawalibi, Anacleto, Witter, Goulart, & Aquino, 2013). A oferta de apoio social ao público idoso é considerada um aspecto de proteção em nível de bem-estar psicológico e físico, sendo atribuído a este fator protetivo a redução na taxa de mortalidade desse grupo (Oliveira, Neri & D'Elboux, 2016). Para que venham a ser geradas formas interventivas, em busca de melhor qualidade de vida desses idosos, se faz necessária uma mobilização no campo da educação, da saúde, de serviços sociais e da família (Resende & Rabelo, 2004; Silva, Souza & Crepaldi-Alves, 2015), a fim de que tais dados possam facilitar o desenvolvimento e implementação de políticas públicas (Carvalho, Luckow, Peres, Garcias, & Siqueira, 2012) dentro da visão da psicologia positiva.

Considerando-se que intervenções focadas em construtos da psicologia positiva têm indicado efeitos positivos e benéficos a indivíduos na terceira idade (Friedman et al., 2017; Ho, Yeung, & Kwok, 2014; Killen & Macaskill, 2015; Proyer, Gander, Wellenzohn, & Ruch, 2014; Smith & Hollinger-Smith, 2015), sendo, portanto recomendadas, os dados obtidos na pesquisa poderão ser utilizados com o objetivo de fomentar forças nessa população.

### Considerações Finais

Nesse sentido, a Psicologia, notadamente a Psicologia Positiva, tem muito a contribuir para que o idoso se sinta inserido na sociedade, de forma que venha ser garantido seu bem-estar e qualidade de vida. Uma das possibilidades desse incremento pode se pautar no desenvolvimento e incentivo a uma série de características criativas que se mostraram relacionadas, nos resultados aqui apresentados, a esses construtos.

Os dados obtidos apontam para possibilidades de uma compreensão do funcionamento dos idosos participantes da pesquisa em relação aos construtos investigados, de suas potencialidades e oferecimento de cuidados não só físicos, mas, também, relacionados à sua saúde mental, funcionalidade, bem-estar e qualidade de vida. Tal pesquisa adquire valor ao salientar a importância de se avaliar não somente os déficits do idoso mas, também, identificar seus aspectos sadios. Considerando-se que o processo de envelhecer, por si só, pode gerar, no idoso, certo grau de estresse e queda da sensação de bem-estar e satisfação com a saúde, os

resultados mostraram que certas características associadas à criatividade podem ser visualizadas como recursos para um melhor enfrentamento de tais situações, assim como para a satisfação pessoal nessa fase de vida.

Como possível limitação do estudo, ressaltamos o tamanho e diversidade amostral, sugerindo que futuras pesquisas contemplem um número maior de participantes bem como melhor distribuição por gênero, incluindo idosos institucionalizados e frequentadores de universidades de terceira idade. Considerando-se que a maior parte dos participantes estava envolvido em atividades físicas nas instituições que frequentam, tal fato também pode ter contribuído para uma avaliação mais positiva de saúde, visto que a prática esportiva tem se mostrado benéfica à saúde psicológica dessa população (Bonura & Tenenbaum, 2014).

Do mesmo modo, aspectos como grau de instrução, aspectos afetivos-emocionais, sociais, familiares, físicos e financeiros, devem ser incluídos em análises futuras. As características dos instrumentos utilizados também podem ter exercido influência nos resultados, sendo recomendada, pesquisa futura que faça uso de testes que faça uma avaliação quantitativa da criatividade. Por fim, ainda que relações significativas entre os construtos tenham sido encontradas, sua fraca magnitude faz com que os resultados devam ser interpretados com cautela, de modo que outros estudos poderão confirmar as relações entre os construtos aqui investigados.

### Referências

- Amaral, P.N., Pomatti, D.M., & Fortes, V.L.F. (2007). Atividades físicas no envelhecimento humano: uma leitura sensível criativa. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 4(1), 18-27. doi: 10.5335/rbceh.2012.113.
- Argimon, I.L., Irigaray, T.Q., & Zibetti, M.R. (2016). Psicodiagnóstico de idosos. Em C.S. Hutz, D.R. Bandeira, C.M. Trentini, & J.S. Krug (Orgs.), *Psicodiagnóstico* (pp. 247-257). Porto Alegre: Artmed.
- Barroso, A. M. A. (2015). *Desajustamento emocional, inteligência emocional e sua implicação na satisfação com o trabalho*. Dissertação de Mestrado, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa, Portugal. Disponível em <http://recil.ulusofona.pt/handle/10437/7228>.
- Behroozi, M., Manesh, M.A., Fadaiyan, B., & Behroozi, S. (2014). Investigation of relationship among creativity, spiritual intelligence, perfectionism and

- mental health of bushehr artists. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 143, 399-403. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.07.502.
- Bonura, K.B. & Tenenbaum, G. (2014). Effects of yoga on psychological health in older adults. *Human Kinetics Journal*, 11(7), 1334-1341. doi: 10.1123/jpah.2012-0365.
- Borges, P. L. T. P. (2014). *Tipos de personalidade, redes sociais e ajustamento emocional*. Dissertação de Mestrado, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa, Portugal. Disponível em <http://recil.ulusofona.pt/bitstream/handle/10437/6426/Tese%20paulo%20borges%20%28final%29.pdf?sequence=1>.
- Boynton, T. (2001). Applied research using alpha/theta training for enhancing creativity and well-being. *Journal of Neurotherapy: Investigations in neuromodulation, neurofeedback and neuroscience*, 5(1-2), 5-18. doi: 10.1300/J184v05n01\_02.
- Brito, T.R.P. & Pavarini, S.C.I. (2012). The relationship between social support and functional capacity in elderly persons with cognitive alterations. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 29(4), 677-684. doi: 10.1590/S0104-11692012000400007.
- Brito, M.C.C., Freitas, C.A.S.L., Mesquita, K.O., & Lima, G.K. (2013). Envelhecimento populacional e os desafios para a saúde pública: análise da produção científica. *Revista Kairós Gerontologia*, 16(3), 161-178. Disponível em <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairós/article/viewFile/18552/13738>.
- Byron, K., Khazanchi, S., & Nazarian, D. (2010). The relationship between stressors and creativity: A meta-analysis examining competing theoretical models. *Journal of Applied Psychology*, 95(1), 201-212. doi: 10.1037/a0017868.
- Cabral, R. W. L., Santos, S. R., Menezes, K. D. N. B., Albuquerque, A. V., Medeiros, A. L. (2013). Fatores Sociais e melhoria da qualidade de vida dos idosos: revisão sistemática. *Revista de Enfermagem UFPE*, 7(5), 1434-42. doi: 10.5205/ruol.3960-31424-1-SM.0705201326.
- Carvalho, M., Luckow, E., Peres, W., Garcias, G., & Siqueira, F. C. (2012). O Envelhecimento e seus Fatores de Risco Associados. *Revista Brasileira De Ciências Do Envelhecimento Humano*, 8(2), 265-271. doi: 10.5335/rbceh.2012.1296
- Ceci, M.W. & Kumar, V.K. (2016). A correlational study of creativity, happiness, motivation and stress from creative pursuits. *Journal of Happiness Studies*, 17(2), 609-626. doi: 10.1007/s10902-015-9615-y.
- Chávez-Eakle, R., Eakle, A. & Cruz-Fuentes, C. (2012). The Multiple Relations Between Creativity and Personality. *Creativity Research Journal*, 24(1), 76-82. doi: 10.1080/10400419.2012.649233.
- Cheng, Y., Kim, K.H. & Hull, M.F. (2010). Comparisons of creative styles and personality types between american and taiwanese college students and the relationship between creative potential and personality types. *Psychology of Aesthetics, Creativity and the Arts*, 4(2), 103- 112. doi: 10.1037/a0017430.
- Conner, T. S. & Silvia, P. J. (2015). Creative Days: A Daily Diary Study of Emotion, Personality, and Everyday Creativity. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. doi: 10.1037/aca0000022.
- Dawalibi, N.W., Anacleto, G.M.C.A., Witter, C., Goulart, R.M.M., & Aquino, R.C. (2013). Envelhecimento e qualidade de vida: análise da produção científica do Scielo. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 30(3), 394-403. doi: 10.1590/S0103-166X2013000300009.
- Faro, A. (2015). Análise fatorial confirmatória das três versões da Perceived Stress Scale (PSS): um estudo populacional. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 28(1), 21-30. doi: 10.1590/1678-7153.201528103.
- Ferreira, O. G. L., Maciel, S. C., Costa, S. M. G., Silva, A. O., & Moreira, M. A. S. P. (2012). Envelhecimento ativo e sua relação com a independência funcional. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 21(3), 513-8. doi: 10.1590/S0104-07072012000300004
- Fortes-Burgos, A., & Neri, A. (2008). Estresse no desenvolvimento adulto e na velhice: Uma Revisão. *Revista Brasileira De Ciências Do Envelhecimento Humano*, 5(1), 103-114. doi: 10.5335/rbceh.2012.103.
- Friedman, E.M., Ruini, C., Foy, R., Jaros, L., Sampson, H., & Ryff, C.D. (2017). Lighten up! A community-based group intervention to promote psychological well-being in older adults. *Ageing & Mental Health*, 21(2), 199-205. doi: 10.1080/13607863.2015.1093605.
- Gable, S.L., & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology? *General Review of Psychology*, 9(2), 103-110. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.103>.



- correlatos. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 29(4), 587-595. doi: 10.1590/S0103-166X2012000400013.
- Machado, W.L. & Bandeira, D.R. (2015). Positive Mental Health Scale: Validation of the Mental Health Continuum - Short Form. *Psico-USF*, 20(2), 259-274. doi: 10.1590/1413-82712015200207.
- Machado, W.L., Damásio, B.F., Borsa, J.C., & Silva, J.P. (2014). Dimensionalidade da escala de estresse percebido (Perceived Stress Scale, PSS-10) em uma amostra de professores. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 27(1), 38-43. doi: 10.1590/S0102-79722014000100005.
- Mourão, L.F., Xavier, D.A.N., Neri, A.L., & Luchesi, K.F. (2016). Estudo da associação entre doenças crônicas naturais do envelhecimento e alterações da deglutição referidas por idosos da comunidade. *Audiology - Communication Research*, 21, e1657. doi: 10.1590/2317-6431-2015-1657.
- Nakano, T.C. (2014). Avaliação Psicométrica das habilidades cognitivas: relação entre inteligência e criatividade. Em A.M.R. Virgolim & E.C. Konkiewitz (Orgs.), *Altas habilidades/ superdotação, inteligência e criatividade* (pp.99-118). Campinas: Papirus.
- Nakano, T. C., Campos, C. R., Silva, T. F., & Pereira, E. K. G. (2011). Estilos de pensar e criar no contexto organizacional: diferenças de acordo com o cargo profissional? *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 2(2), 171-193. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2236-64072011000200004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072011000200004).
- Nakano, T. C., & Wechsler, S. M. (2007). Criatividade: características da produção científica brasileira. *Avaliação Psicológica*, 6(2), 261-270. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-04712007000200015](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712007000200015).
- Ngyyen, N.N., Takahashi, Y., Nham, T. (2018). Challenge stressors and creativity: moderating effect of emotional intelligence. *Academy of Management Annual Proceedings*, 1, 13774. doi: 10.5465/AMBPP.2018.151.
- Nicol, J.J. & Long, B.C. (1996) Creativity and Perceived Stress of Female Music Therapists and Hobbyists. *Creativity Research Journal*, 9(1), 1-10. doi: 10.1207/s15326934crj0901\_1.
- Nusbaum, E. C., & Silvia, P. J. (2011). Are intelligence and creativity really so different? Fluid intelligence, executive processes, and strategy use in divergent thinking. *Intelligence*, 39(1), 36-45. Disponível em: [https://libres.uncg.edu/ir/uncg/f/P\\_Silvia\\_Are\\_2011.pdf](https://libres.uncg.edu/ir/uncg/f/P_Silvia_Are_2011.pdf).
- Oliveira, D.C., Neri, A.L., & D'Elboux, M.J. (2016). Ausência de expectativa de suporte para o cuidado aos idosos da comunidade. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 69(3), 566-573. doi: 10.1590/0034-7167.2016690321i.
- Organização Mundial de Saúde (2015). *Relatório mundial de envelhecimento e saúde*. Disponível em: <https://sbogg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-port.pdf>.
- Paschoal, T., & Tamayo, A. (2008). Construção e validação da escala de bem-estar no trabalho. *Avaliação Psicológica*, 7(1), 11-22. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-04712008000100004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712008000100004).
- Pedroso, A. (2013). A pesquisa sobre envelhecimento humano: grupos de pesquisa no estado de São Paulo. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 10(1), 92-103. doi: 10.5335/rbceh.2012.2806.
- Plucker, J.A., & Esping, A. (2015). Intelligence and creativity: a complex but important relationship. *Asia Pacific Education Review*. doi: 10.1007/s12564-015-9374-9.
- Portella, M.R., Scortegagna, H.M., Pichler, N.A., & Graeff, D.B. (2017). Felicidade e satisfação com a vida: voz de mulheres adultas e idosas. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 14(1), 93-101. doi: 10.5335/rbceh.v14i1.5960.
- Proyer, R.T., Gander, F., Wellenzohn, S., & Ruch, W. (2014). Positive psychology interventions in people aged 50-79 years: long-term effects of placebo-controlled online interventions on well-being and depression. *Aging & Mental Health*, 18(8). doi: 10.1080/13607863.2014.899978.
- Rabelo, D. F., & Neri, A. L. (2006). Bem-estar subjetivo e ajustamento de bem-estar psicológico em idosos que sofreram acidente vascular cerebral: uma revisão. *Estudos de Psicologia*, 11(2), 169-177. doi: 10.1590/S1413-294X2006000200006
- Reis, R.S, Hino A.A.F., & Añez C.R.R. (2010). Perceived Stress Scale: reliability and validity study in Brazil. *Journal of Health Psychology*, 15(1), 107-114. doi: 10.1177/1359105309346343.

- Reppold, C. T., Gurgel, L. G., & Schiavon, C. C. (2015). Research in positive psychology: A systematic literature review. *Psico-USF*, 20(2), 275-285. doi: 10.1590/1413-82712015200208.
- Resende, M.C. & Rabelo, D.F. (2004). Envelhecer com deficiência física: uma experiência com grupos educativos. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, 6, 41-51. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/viewFile/4738/2662>.
- Ribeiro, P. C. C., Neri, A. L. Cupertino, A. P. F. B., & Yassuda, M. S. (2009). Variabilidade no envelhecimento ativo segundo gênero, idade e saúde. *Psicologia em Estudo*, 14(3), 501-509. doi: 10.1590/S1413-73722009000300011
- Ryff, C. (2014). Psychological well-being revisited: advances in science and practice. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 1-29. doi: 10.1159/000353263
- Santana, V. S., & Gondim, S. M. G. (2016). Regulação emocional, bem-estar psicológico e bem-estar subjetivo. *Estudos de Psicologia*, 21(1), 58-68. doi: 10.5935/1678-4669.20160007.
- Sarwar, F. & Rahman, S.A.B.P.A. (2017). Psychological Capital, a Unique Resource to Develop Effective Managers; Relationship with Creativity, Achievement Motivation and Stress. *Advanced Science Letters*, 23(9), 8598-8602. doi: 10.1166/asl.2017.9936.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology an introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.5.
- Silva, T. F., & Nakano, T. C. (2012). Criatividade no contexto educacional: análise de publicações periódicas e trabalhos de pós-graduação na área da Psicologia. *Educação e Pesquisa*, 38(3), 743-759. doi: 10.1590/S1517-97022012005000013.
- Silva, V.R., Souza, G.R., & Crepaldi-Alves, S.C. (2015). Benefícios do exercício físico sobre as alterações fisiológicas, aspectos sociais, cognitivos e emocionais no envelhecimento. *Revista Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida*, 7(3), 1-12. Disponível em: <http://www.cpaqv.org/revista/CPAQV/ojs-2.3.7/index.php?journal=CPAQV&page=article&op=view&path%5B%5D=87>.
- Smith, J.L. & Hollinger-Smith, L. (2015). Savoring, resilience, and psychological well-being in older adults. *Aging & Mental Health*, 19(3), 192-200. doi: 10.1080/13607863.2014.986647.
- Tomicki, C., Lini, E.V., Picoli, N.R.F., Cecchin, L., & Portella, M.R. (2016). Percepção subjetiva de saúde de idosos residentes em instituições de longa permanência. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 13(2), 219-228. doi: 10/5335/rbceh.v13i1.5937.
- Vidmar, M. F., Potulski, A. P., Sachetti, A., Silveira, M. M., Wibelinger, L. M. (2011). Atividade física e qualidade de vida em idosos. *Revista Saúde e Pesquisa*, 4(3), 417-424. Disponível em: <http://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/1714/1394>.
- Wechsler, S.M. (2006). *Estilos de pensar e criar: manual*. Campinas: LAMP/PUC-Campinas.
- Wechsler, S. M. (2008). *Criatividade: descobrindo e encorajando*. (3ª ed.). Campinas: Duo Paper.
- Wechsler, S.M., Oliveira, K.S., & Tonete-Suárez, J. (2015). Criatividade e saúde mental: desenvolvendo as forças positivas de caráter. *Boletim Ibero-Americano de Criatividade e Inovação*, 8, 156-157. Disponível em: [http://www.criabrasilis.org.br/noticias/bcriai\\_numero\\_oito\\_boletim\\_iberamericano\\_de\\_criatividade\\_e\\_inovacao/24](http://www.criabrasilis.org.br/noticias/bcriai_numero_oito_boletim_iberamericano_de_criatividade_e_inovacao/24).
- World Health Organization (2003). *Creating an environment for emotional and social well-being: an important responsibility of a health promoting and child-friendly school*. Geneva: World Health Organization. Disponível em <http://www.who.int/iris/handle/10665/42819>.
- Wright, T.A. & Walton, A.P. (2003) Affect, psychological well-being and creativity: results of a field study. *Journal of Business and Management*, 9(1), 21-32. Disponível em: [www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1408502](http://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1408502).
- Yeh, Y., Lai, G., Lin, C.F., Lin, C., & Sun, H. (2015). How stress influences creativity in game-based situations: analysis of stress hormones, negative emotions and working memory. *Computers & Education*, 81, 143-153. doi: 10.1016/j.compedu.2014.09.011.
- Zanella, A. V., & Titon, A. P. (2005). Análise da produção científica sobre criatividade em programas brasileiros de pós-graduação em Psicologia (1994-2001). *Psicologia em Estudo*, 10(2), 305-316. doi: 10.1590/S1413-73722005000200018.

Recebido em: 31/05/2018

Reformulado em: 24/09/2018

Aprovado em: 05/10/2018

Sobre os autores:

**Tatiana de Cassia Nakano** é Docente do curso de pós-graduação stricto sensu em Psicologia da PUC-Campinas, pesquisadora da linha de Instrumentos e processos em avaliação psicológica. Atua principalmente na área de Avaliação Psicológica, Criatividade, Altas Habilidades/Superdotação, Inteligência, Habilidades Socioemocionais e Psicologia Positiva. Presidente da Associação Brasileira de Criatividade e Inovação (2014-2017) e membro do grupo de trabalho Psicologia Positiva e Criatividade na Anpepp.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5720-8940>

*E-mail:* tatiananakano@hotmail.com

**Wagner de Lara Machado** é Psicólogo (ULBRA, 2008), Doutor em Psicologia (UFRGS; 2013) e Pós-doutorado como consultor de análise quantitativa de dados e psicometria (UFRGS, 2015). É membro do Grupo de Estudo, Aplicação e Pesquisa em Avaliação Psicológica (GEAPAP/UFRGS), do Grupo de Trabalho Avaliação em Psicologia Positiva e Criatividade, da Associação Nacional de Pesquisa e Pós-graduação em Psicologia, da diretoria da Associação Brasileira de Psicologia Positiva e da Associação Brasileira de Criatividade e Inovação. Atualmente é professor da Escola de Ciências da Saúde, nos cursos de Graduação e Pós- Graduação stricto sensu em Psicologia da PUC-RS.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5555-5116>

*E-mail:* wag\_psico@yahoo.com.br

**Isabel Cristina Camelo de Abreu** é Mestre em Psicologia como Profissão e Ciência pela PUC-Campinas, graduada pela mesma universidade.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4905-8476>

*E-mail:* isabelcabreu@gmail.com

Contato com os autores:

Departamento de Pós-Graduação em Psicologia da PUC-Campinas  
Av. John Boyd Dunlop, s/n. Jardim Ipaussurama  
Campinas-SP, Brasil  
CEP: 13060-904